

MEDITACION SAHAJA

Detén tus pensamientos para poder sentir el silencio y la paz

Cuando tu practicas la Meditación Sahaja el ruido imparable de pensamientos, ideas planes y reacciones se calma.

Tu cuerpo se relaja y tu mente se tranquiliza y se silencia.

La Meditación Sahaja es siempre gratis. El aprendizaje de las técnicas de meditación nunca se cobra.

Unos pocos minutos de Meditación Sahaja son refrescantes y rejuvenecedores. Tu redescubres una nueva perspectiva, dejas de preocuparte y empiezas a tomar el tiempo para disfrutar la vida completamente.



MEDITACION SAHAJA

Detén tus pensamientos para poder sentir el silencio y la paz

Cuando tu practicas la Meditación Sahaja el ruido imparable de pensamientos, ideas planes y reacciones se calma.

Tu cuerpo se relaja y tu mente se tranquiliza y se silencia.

La Meditación Sahaja es siempre gratis. El aprendizaje de las técnicas de meditación nunca se cobra.

Unos pocos minutos de Meditación Sahaja son refrescantes y rejuvenecedores. Tu redescubres una nueva perspectiva, dejas de preocuparte y empiezas a tomar el tiempo para disfrutar la vida completamente.

