

Milí přátelé,

zcela nedávno, ve dnech 2.2. - 5.2. se konal seminář **Jak mít rád sám sebe**. V závěru semináře proběhla

meditace k otevření srdce

, vedená Evou Puklovou, kterou účastníci vnímali tak působivě, že se rozhodli ji sdílet spolu s vámi všemi. Meditaci najdete na tomto odkaze

[ZDE](#)

Po kliknutí se, v závislosti na nastavení vašeho PC, vám buď přímo otevře příslušný audiosoubor ve vašem přehrávači nebo se otevře (většinou) okno Průzkumníka, kde si můžete vybrat mezi stažením souboru do PC a nebo přímé on-line přehrávání. Zvolíte-li variantu druhou, prosím, chvíli vyčkejte, ono se to musí připravit, aby mohlo dojít ke spuštění. Užijte si to.