

# Práctica Mayo

*Querida Sangha,  
Les comparto este descargable con 2  
prácticas largas de mantras. Para que  
canten conmigo, y creen espacios para  
conectar con su poder.*

*Adjunto además varios mantras que les  
compartí y algunos extra para que exploren  
incluirlos a su práctica diaria.*

*Cántenlo en voz alta o en mente, y sientan  
los beneficios de entregarse a fluir con su  
energía.*

*Espero les acompañe en sus momentos de  
conexión*

*Les quiero mucho,  
Gracias por estos 3 meses de Sangha.*