

**Gentileza de
Diego Herrera
Prof. de Meditación Trascendental
Gestor y Coordinador de Proyectos
03722/411820 - 15777965**

**mtrdiego@fibertel.com.ar - mtrdiego@hotmail.com
Resistencia - Chaco - Argentina.**

**Estudios Científicos y Acceso a Página Principal:
www.maharishiveda.com/indigraf.htm**

**MI ESPACIO DE 5GB. Skydrive (de Windows Live)
Acceso a Libros Ayurveda, Autoayuda, etc.,
COPIA ÉSTA, MI DIRECCIÓN:**

<http://cid-f73cd93df936b7a5.skydrive.live.com/browse.aspx/LIBROS>

**Acceso a Música India, de Ravi Shankar, Ghandarvas, Sama Veda, etc.
COPIA ÉSTA, MI DIRECCIÓN:**

<http://cid-f73cd93df936b7a5.skydrive.live.com/browse.aspx/MUSICA>

MAHARISHI GANDHARVA VEDA

Hace miles de años en la India, la tierra del Veda, los Rishis o veedores capaces de cognizar los ritmos y las melodías de la naturaleza cantaron y interpretaron estas melodías hermosas a las horas apropiadas del día y noche para traer paz y armonía a su tierra y salud perfecta a toda su gente. Sin embargo, a través del tiempo la pureza del conocimiento y el propósito de esta música se perdieron.

Ahora, bajo la dirección de Maharishi Mahesh Yogi, muchos de los músicos indios de renombre se han unido en un renacimiento global de esta música eterna de la naturaleza, avivando su poder para crear equilibrio en el individuo y en el ambiente.

Al escuchar música Gandharva Veda Maharishi, uno puede unirse en la creación de una nueva atmósfera de paz, armonía, y regocijo para uno mismo, la familia, y el mundo.

La música Gandharva Veda es la música eterna de la naturaleza, los ritmos y melodías de la naturaleza expresados como música. Si pudieras oír las frecuencias cambiantes presentes en el primer despertar del amanecer, en la dinámica del mediodía, o en el silencio profundo de la medianoche, oírías las frecuencias de la música Gandharva Veda.

Estas melodías sublimes neutralizan tensión y desarmonía en el ambiente, y suavemente restauran los ritmos biológicos al armonizar la fisiología a los ciclos de la naturaleza que subyacen en cada hora del día y cada temporada del año.

El conocimiento de cuándo escuchar cada melodía se basa en ciclos de tres horas llamados Praharas que corresponden a las cualidades cambiantes de la naturaleza a lo largo del día. El Gandharva Veda Maharishi provee música para crear equilibrio en el ambiente a lo largo de los ocho Praharas del día - Amanecer, Mañana, Mediodía, Tarde, Atardecer, Noche, Medianoche y Madrugada.

"La música Gandharva es la música eterna de la naturaleza, eternamente la misma, continuando y continuando en balanceos de bienaventuranza por todas partes." Maharishi Mahesh Yogy"

<p>Sandhi Prakash Transición hacia la Luz 4-7 a.m. Dulzura, Refinamiento de los Niveles Sensoriales, Paz, Claridad Mental, Integración de Todos los Niveles de la Vida, Mayor Ayuda de la Naturaleza.</p>	<p>Mañana 7-10 a.m. Alegría, Compasión, Amor & Devoción, Paciencia & Nutrición; Ayuda del Corazón.</p> 	<p>Medio Día 10 a.m. -1 p.m. Fuerza en la Acción, Mayor Energía, Éxito en la Actividad, Conocimiento & Sabiduría.</p> 	<p>Tarde 1-4 p.m. Logros, Éxito, Creatividad, Abundancia & Prosperidad, Cumplimiento de los Deseo.</p> 
<p>Sandhi Prakash Transición a la Noche 4-7 p.m. Armonía, Funcionamiento Coherente del Sistema Nervioso, Paz, Claridad Mental, Integración de Todos los Niveles de la Vida, Mayor Ayuda de la Naturaleza.</p> 	<p>Noche 7-10 p.m. Celebración, Expansión de la Serenidad, Mayor Calma con el Objeto de Invitar al Sueño</p> 	<p>Media Noche 10 p.m.-1 a.m. Profundo Descanso & Relajación, Mejora el Sueño, Purificación, Renovación & Rejuvenecimiento</p> 	<p>Últimas Horas de la Noche 1-4 a.m. Mayor Calma Tranquilidad, Fuerza Interna, mente y cuerpo sanos.</p> 

SAMAVEDA

El Sama Veda es la suma total de todo lo referente al Samhita, lo que significa UNIÓN.

Todo en esta creación tridimensional es una Santa Trinidad y nosotros no estamos ajenos a ello, de hecho somos YO, espíritu; mente y cuerpo.

Yo, Diego Herrera defino que escribir y mecanografió éstas palabras con la ayuda de la mente y el cuerpo. El operador soy Yo, no es la mente y el cuerpo, ellos son el Software y el Hardware.

El poder sentirnos, apreciarnos, ver, evaluar, ganar conocimiento, actuar, etc., también dependen de esta Trinidad, y para ello siempre debe y estará presente un OBSERVADOR; UN PROCESO DE OBSERVACIÓN y UN OBJETO OBSERVADO. En Sanskrito, sería Rishi, Devata y Chandas. Cuando esta estructura de tres se expresa a nivel de la fisiología, se convierten en Vatta, Pitta y Kapha.

El Sama Veda, lo que hace es ajustar esta Trinidad, tomando especial cuidado con el Observador, o sea Yo o Vos, que lees éstas líneas, pero Vos. No son tus ojos, ni es tu cerebro, que procesa la información que le llega de tus retinas y del sistema nervioso óptico.

El Sama Veda representa y actúa en la totalidad de los sistemas sensoriales y del aparato perceptivo, incluyendo los receptores, los canales, los circuitos, las estructuras implicadas en la organización, el equilibrio de los mismos, las entradas, los procesos, el descifrar y la identificación de la información. La fisiología en estado de alerta o vigilia, recibe todos los flujos de experiencias a través de estos canales y procesos, que a la vez, promueven y sostienen la calidad de la plenitud que fluye a través del cuerpo, la mente y vos. O sea, la capacidad de permitir y sostener una experiencia de Conciencia Cósmica. ¿Que significa esto?:

Que el Sama Veda ayuda a activar y reforzar los sistemas específicos y las leyes de la naturaleza que se dedican a promover y reforzar la calidad del Rishi, el observador, la calidad de atestiguar - dentro del nivel del Samhita (unión) de los sentido-, proporcionando una estructura al nivel eternamente silencioso, que es uno mismo, autosuficiente, auto-referente, auto-interactúante, un estado completamente despierto de los sentido, que es

íntimo y personal de cada uno, sin perder la capacidad de actuar dentro de los límites, del cambio incesante y del antagonismo, que nos rodea.

Por ello, os recomiendo escuchar el Sama – Veda después de cada meditación. Ya sabemos que debemos descansar 5 minutos después de meditar, para tener una transición suave a la actividad. El cambio que podemos hacer es, descansamos 2 minutos después de la meditación y escuchamos, en el mismo lugar que nos encontramos, 5 minutos de Sama – Veda, Verán como se sienten aún más armonizados al salir.

El otro momento para escuchar Sama – Veda es, antes de dormir, la idea es escucharlo y luego en silencio nos dormimos, o nos vamos a la cama, todo lo demás, lo hacemos antes de.