

SUDH/CLASE 5

CONFERENCIA LOS ANGELES

28 de marzo de 1989

Los Angeles, CA

MARTES 3 DE NOVIEMBRE (27 DE OCTUBRE)

KRIYA DE GONG

El kriya se compone de 3 partes, el maestro se centra mayormente inicialmente en los Chakra No.5, No.4, y brevemente en No.6 ***Grado de dificultad medio.*** Se requiere buen manejo de plano de Gong, estructura, munequeo, conocimiento en el manejo de tiempos, destreza en percusion y control de tonos.

Observación:

- Los toques se realizan mayormente en la Region Purusha en alternancia en menor tiempo desde la zona limitrofe purusha-prakasha. En este Renacimiento una parte poderosamente activa toca directo en la Region Purusha.
- Se centra la percusion en linea central de chakras.
- Las secuencias son variadas debido al momento dentro del proceso de Renacimiento.
- El tiempo total de Gong es de 00:06:08 minutos.
- Como parte del kriya el maestro Yogi Bhajan ejecuta percusion mediante un pequeño tambor con dos pequeños mallets (punta redonda de madera) en total por 00:3:30 / 3 minutos 30 segundos. Estas fases previa y posterior al Gong permite hacer los ajustes de ritmos entre pranayama y vibracion. Permitiendo crear secuencia, ritmo y fuerza para el pranayama poderoso que realiza el participante bajo la guia del Maestro Yogi Bhajan en el Renacimiento.

Estructura:

Entonar los 3 mantras sagrados del Maestro Gong.

En este Renacimiento el Toque de Apertura es directo al centro de la Region de Purusha (Chakra No. 4) con un golpe fuerte y seco.

Inicia la secuencia sobre Chakra No.4 con golpes consecutivos de latido de corazon (dos golpes seguidos -espacio) de 1 segundo. Se mantiene en Region Purusha.

Baja el tono de percusion y se ejecuta 1 golpe por segundo. Sobre Chakra N.4.

Sube el tono de percusion y se golpea en el Chakra No.5, se alterna con el Chakra No.6

Alterna a Chakra No.4, Chakra No.5, Chakra No.4, Chakra No.5, Chakra No.4, va directo al Chakra No.5 con un toque de fuerza y poderse mantiene en el Chakra No.5 bajando tono y pasa al Chakra No.4 con tono suave.

Inicia suavemente un incremento de velocidad entre golpe y golpe y alterna latidos de corazon y 1 golpe.

Baja el tono hasta ser casi imperceptible y entra la musica alta.

Continua con la musica el latido del corazon alternando con 1 golpe pero muy suavemente.

Suspende la vibracion colocando el mallet en Region Purusha y llevando el Gong hacia atrás.

Continua la musica por 6 minutos.

Irrumpe con un golpe de fuerza y poder sobre el Chakra No.5 y barre al Chakra No.4. y se cancela la musica.

Entran el tambor pequeño por 00:01:15 / 1 minuto 15 segundos.

Musica, mantra y vibracion se ejecutan en forma conjunta y alternada durante el Renacimiento en diversas ocasiones.

Al finalizar el Renacimiento debe permanecer en silencio y en un breve estado meditativo hasta que la vibración cese de manera natural. La intención es permitirse y permitir a los participantes recibir las ultimas ondas de sanación que emite el Maestro Gong.

Observación:

El mallet se coloca en la base, sobre su piel o esterilla.
o preferiblemente en su bolsa.

Nunca colocarlo directo en el piso.