

SUDH/CLASE 10

*30 de noviembre de 1988
Los Angeles, CA*

MARTES 8 DE DICIEMBRE - LIBERANDO EL SUFRIMIENTO DEL SÉPTIMO AÑO

Kriya de Gong

El kriya se compone de 1 parte, el maestro se centra en Purusha con toques sostenidos en Chakra No.5 y No.4 y algunos toques breves en Chakra No.3 **Grado de dificultad medio**. Se requiere buen manejo de plano de Gong, estructura, munequeo, conocimiento en el manejo de tiempos, destreza en percusion y mayormente control de tonos.

Observación:

- Los toques se concentran en la Region Purusha en alternancia con un tiempo minimo de toques desde la zona limitrofe purusha-prakasha. En este Renacimiento los tonos son mayormente suaves, delicados, con algunos momentos de climax sostenidos y mucho control de subida y bajada de tonos directos en la Region Purusha.
- Las secuencias son variadas debido al momento dentro del proceso de Renacimiento.
- Mucha destreza en percusion, toques y munequeo "en reversa".
- El tiempo total de Gong es de 00:14:11 (14 minutos con 11 segundos)

Estructura:

Entonar los 3 mantras sagrados del Maestro Gong.

En este Renacimiento el Toque de Apertura es en el cuadrante superior izquierdo en zona media (Chakra No. 5) con suaves golpes de 1 segundo y no hace diferencia entre la apertura e inicio de la secuencia. La misma es simple y constante. Aproximadamente 1 minuto 30 segundos estimulando Chakra No.5

Continua la secuencia directo sobre la region de Purusha y se mantiene en tono medio y pasa a Chakra No.4 sobre zona limite de regiones purusha – prakasha. Los son de 1 segundo de duracion.

Durante aproximadamente 11 minutos se debe alternar la intensidad de los tonos dentro de la Region de Purusha. El tono sube muy sutilmente a medio alto e incluye golpe seco y directo sobre Purusha sin embargo controlando la vibracion. El munequeo es en inversa todo el tiempo, el antebrazo funciona como palanca y toda

la ejecución es muñeca apoyado con los dedos. Tome el mallet en la parte media baja para facilitar este tipo de ejecución.

Hay un breve estímulo sobre Chakra No.3 aproximadamente de 5 a 7 segundos.

Con el mallet detiene la secuencia sobre la región de purusha pero permitiendo que la vibración continúe.

Retoma la secuencia realizando golpes muy seguidos de aproximadamente 1/2 segundo (son cortos y muy rápidos) y vuelve a subir el tono de manera controlada aproximadamente por 1 minuto y medio. Baja gradualmente tono y velocidad y de esta manera se cierra el espacio vibracional del Renacimiento.

Recuerde que 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 últimas 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.