



EL SONIDO, EL YOGA Y EL GONG.

El canto y la música forman la base de todas las prácticas religiosas y espirituales; todo el mundo usa el sonido para conectarse con su dios. En el principio era la Palabra y la Palabra era Dios. Por lo tanto, no sorprende que el Yoga, la base de todas las prácticas espirituales y la fuente de todas las religiones, sea esencialmente una práctica arraigada en la tecnología del sonido. De hecho, las primeras prácticas de yoga descritas en los textos antiguos no se refieren a posturas, respiración o incluso meditación, sino a mantra y a sonido. La relación entre el sonido y la conciencia es la base de todas las prácticas de yoga. Todas las prácticas auténticas de yoga comienzan y terminan con sonido. Es a través del sonido, que se produce la transformación de la conciencia, que es el propósito del yoga. Aunque todo el yoga se basa esencialmente en el sonido, la práctica del gong explícitamente utiliza el sonido musical del gong para crear un estado extendido de meditación espontánea y relajación terapéutica que facilita el movimiento del prana.

(energía de vida vital) a través del cuerpo para la sanación, y para despertar la conciencia para la transformación. La práctica de gong abre el flujo de energía y crea un estado receptivo del cuerpo y lamente para la relajación profunda y la meditación guiada. Mientras se está relajado y estado de meditación, el gong se toca para limpiar el subconsciente y despertar al practicante a un estado de conciencia trascendente. Es una unión perfecta de conciencia y sonido. Tocar el gong es diferente a tocar la mayoría de los instrumentos musicales. El propósito es para entretener, sino para transportar al oyente a un reino no ordinario del Ser donde se puede producir la reintegración.

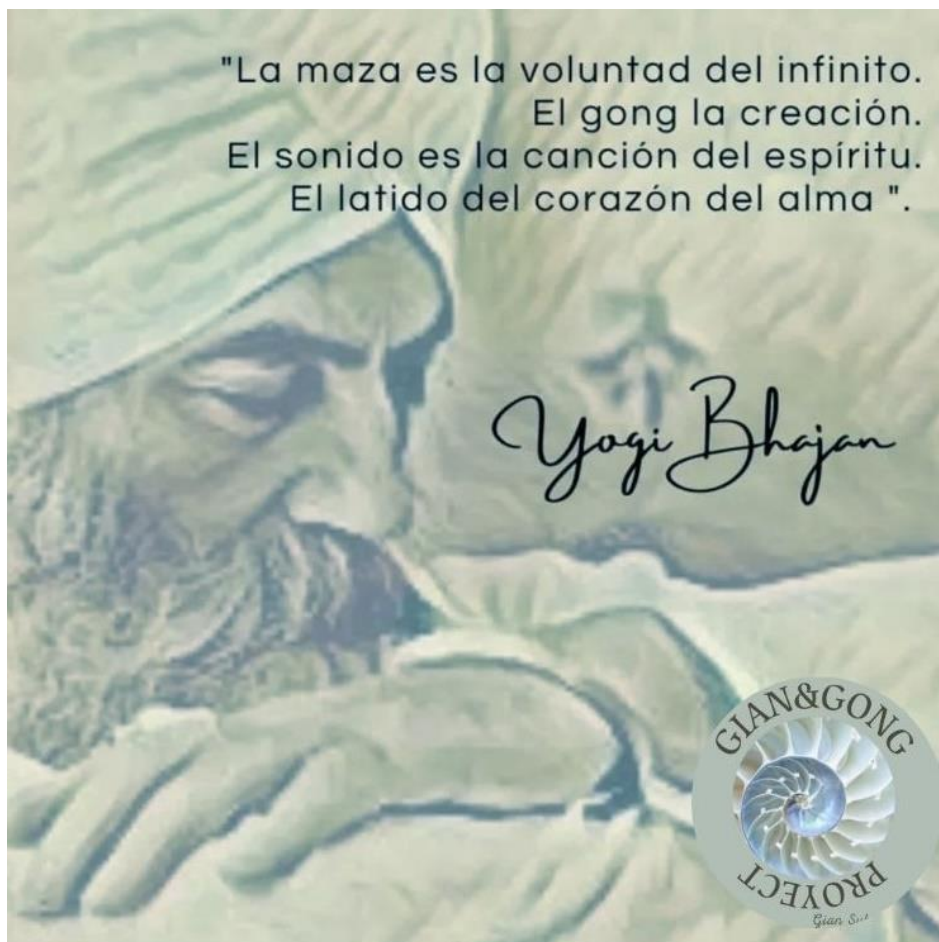
Aprender a tocar el gong se trata de aprender a dejar que el gong te toque a ti.

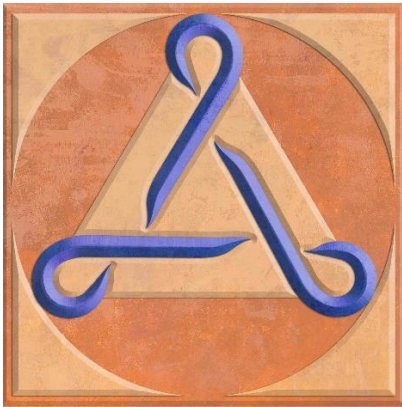
Si bien es necesario entender las técnicas básicas, también hay que aprender a escucharlo que requiere el gong y soltar el ego del artista.

En lugar de utilizar la mente inferior que busca complacer al artista y al público, tendrás que aprender a escuchar tu inteligencia discerniente (lo que los yogis llaman la mente buddhi) para poder guiar cada golpe de la maza en la secuencia perfecta del momento. Aprender las técnicas para tocar el gong es relativamente simple comparado con la mayoría de otros instrumentos musicales. Puedes aprender lo básico en cuestión de horas. Sin embargo, desarrollar el estado mental intuitivo para tocarlo efectivamente requiere que el practicante de gong se encuentre en ese estado de yoga e integración que solo proviene de una práctica personal dedicada de autotransformación.

En el presente taller te enseñamos los fundamentos básicos para que te acerques al sonido del Gong.

Es fundamental que entiendas que el proceso de tocar el Gong es un proceso de que tu escuches al Gong y a través de él se exprese tu Ser.





AVAGAR

Lugar del taller intensivo.

Centro de yoga y salud Avagar.

Calle Bravo Murillo 243.

Metro Estrecho.

Horario.

Sábado 17 de Junio

9:00-14:00h y 15:30-19:00h

Domingo 18 de Junio.

9:00-14:00h.

NAMASTE

GRATITUD