

## ЙОГА ЗВУКА (медитация на флейту)

Мудрецы древности, риши, на собственном опыте почувствовали, что в этом мире непрерывно звучат божественные звуки. В божественных звуках соединяются все звуки мира и все чувства. Звук, пение, музыка – все это обладает способностью пробуждать в нас чувство сопереживания, если же жизнь лишится чувств, то она лишится красок, а, следовательно, и всякого смысла. Если же чувства пробуждаются, то становится возможным божественный обмен энергиями между человеком и человеком, а также между человеком и Богом. Музыка порождает в человеке схожие вибрации. Поэтому, когда вы слушаете божественные песнопения, пожелайте, чтобы их звуки перенесли вас в высший мир. Будь то флейта бога Вишну или барабан Шивы. Вместе с этими звуками успокаивается каждая клеточка тела, успокаивается ум, успокаивается само существо человека. Человек погружается в состояние блаженства. После того, как божественные звуки перестали звучать, какое-то время необходимо посидеть в тишине и успокоить дыхание.