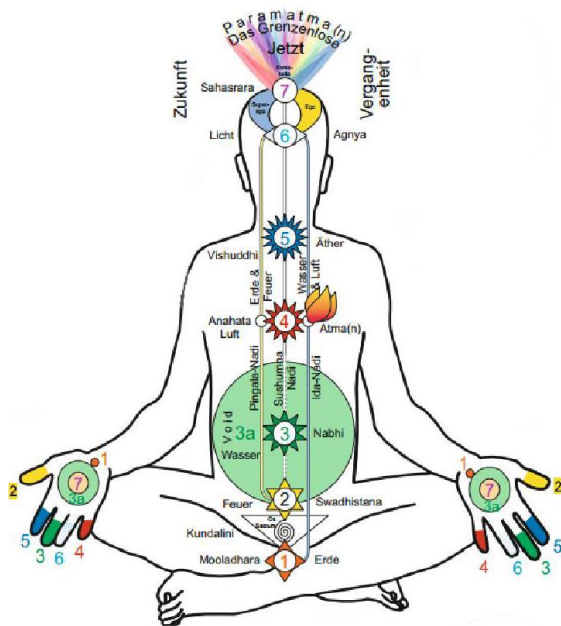


Hilfreiche Musik

Es sind die elementarsten menschlichen Ausdruckformen von Melodie und Rhythmik, die sich zuletzt zur komplexen und subtilen Musikwissenschaft entwickelt haben. West und Ost haben dabei unterschiedliche Richtungen genommen, entsprechend ihrer Weltsicht. Der östlichen Entwicklung ging es dabei um das Wissen der Wurzeln, der westlichen eher um das Wissen der Äste des großen Evolutionsbaumes, wie es Shri Mataji ausdrückte. Sie mahnte sich der "seelenlosen" heutigen Kunst entgegenzustellen, mit der Kreativität des Spirits (Atma). Diese subtile Kreativität zeigt sich dem Menschen nicht über Lautheit und Großspurigkeit des Egos, sondern spricht direkt das Atma an, so sie dem Atma des Künstlers entspringt.

Melodien Stimmungen zuzuordnen ist aller Musik inherent, in der indischen Kultur sind diese jedoch eher subtiler Natur. Dies trifft fast durchgängig zu vom Volkslied bis zur Klassik. Man kann sagen, die traditionelle Musik und Klassik sind eher der spirituellen Dimension des Menschen zugekehrt, im Gegensatz zur mentalen Orientierung westlicher Musik. Natürlich haben auch im Westen vereinzelt spirituelle Künstler bzw. Musiker Spirituelles hinterlassen, etwa Mozart, Bach, Vivaldi und viele mehr.

Für die spirituelle Entwicklung ist geeignete Musik unentbehrlich. Die Betonung liegt auf geeignet. Sie schafft es "spielerisch" gedankenfrei zu werden, die Realität ungefiltert von unseren egozentrischen Vorstellungen zu erleben.



CHAKRA	ELEMENT - ANATOMIE - LAGE	QUALITÄT - PRINZIP
• 7 - Sahasrara	• (Geist) - Scheitel, Limbischer Bereich	Friede, Erleuchtung, Integration
• 6 - Agnya	• Licht - Gehirn (Neocortex)	Verzeihen, Loslassen, Demut
• 5 - Vishuddhi	• Äther - Cervical Plexus, Hals	Kollektivität, Kommunikation, (Mimik-Gestik), Zusammenhalt
• 4 - Anahata	• Luft - Herz, Lunge	Liebe, Mitgefühl, Sicherheit, Verantwortung, Mut
• 3a - Vaid	• Wasser - Ganzer Bauch	Eigene Meisterschaft, Echtheit, Autorität
• 3 - Nabhi	• Wasser - Solar Plexus, Bauchmitte	Suche, Zufriedenheit, Würde, Geborgenheit
• 2 - Swadhistana	• Feuer - Aorta Plexus, Unterleib	Kreativität, Sprache, Wissen, Kunst, Schrift
• 1 - Mooladhara	• Erde - Pelvic Plexus, Becken	Unschuld, Weisheit, Glücksverheißung, Spontaneität

Am besten zeigt der indische klassische Musikstil des Raga den Unterschied. Jede Darbietung ist ein spontanes Ereignis, eine freie Variation, innerhalb einer Klangfolge, die einen göttlichen Aspekt oder die Natur verherrlicht. Dieser Rahmen, bzw. dessen Tonvorrat, sind archetypisch tradierte, in Klang gegossene Schöpfungsaspekte, die gleichen, die im feinstofflichen System des Menschen residieren, resp. der Natur. Shri Mataji hat punktuell bestimmte Ragas, bestimmten Chakren zugeordnet, sowie die entsprechenden Keim-Silben (Bija-Mantras) und Töne der indischen Notation benannt (siehe unten). Die gleiche Qualität, die selbst das Atma erreichen kann, haben auch Lieder aus Dichtung und Poesie von Heiligen oder Gottes-Aspekten (Bhajans) - volkstümlich vertont - oder wenn sie in der ausdrucksstarken heiligen Sprache Sanskrit gesungen werden.

Das indische Musiksystem von Sahaja Yoga					
Chakra	Note	Deität	Bija-Mantra	Instrument	Raga
Sahasrara	Ni	Shri Kalki	AUM	Sitar	R. Bhairavi
Linkes Sahasrara	<u>Ni</u> (flat)		AUM		R. Darbari Kanada
Zentrales. & Rechtes Agya	Dha	Shri Yesu-Maria Mata	AUM x 2	Sarod	R. Boophali
Linkes Agya	<u>Dha</u> (flat)	Shri Mahaganesha Shri Mahavira	AUM x 2		R. Bageshri
Vishuddhi	Pa	Shri Radha-Krishna	Ham x 16	Flute	R. Jayjaywanti
Rechtes Herz		Shri Sita-Ram	Yam x 12		
Zentrales Herz	Ma	Shri Durga Mata (Shri Jagadambe)	Yam x 12		R. Durga
Linkes Herz	Ma	Shri Shiva-Parvati	Yam x 12	Drum	R. Bhairav
Void	Ga	Shri Adiguru Dattatreya	Ram x 10		R. Malkauns
Rechtes Nabhi	Ga	Shri Nirmala Chitta Swamini (Shri Raja Laksmi)	Ram x 10		R. Amrut Varshini
Zentrales Nabhi	Ga	Shri Laksmi Narayana	Ram x 10	Santoor	R. Abhogi
Linkes Nabhi	<u>Ga</u> (flat)	Shri Gruha Laksmi	Ram x 10		R. Bhatiyar
Zentrales & Rechtes Swadisthan	Re	Shri Brahmadeva-Saraswati	Wam x 6	Veena	R. Yaman
Linkes Swadisthan	<u>Re</u> (flat)	Shri Nirmala Vidya	Wam x 6		R. Gujar Todi
Mooladhara	Sa	Shri Ganesha	Lam x 4	Shennai	R. Bilawal, Hindol, Shyam Kalyam

Hilfreiche Musik für Chakren &	Gunas		
<u>Sahasrara</u> (Krone)	Raja Guna (Yang) - Maha Saraswati (Rechte Seite)	Satwa Guna – Maha Laksmi (Mitte) & Shri Kundalini	Tama Guna (Yin) - Maha Kali (Linke Seite)
Agya (Stirn): Shri-Jesus			
Vishuddhi (Hals): Shri Krishna			
Anahata (Herz): Atma, <u>Shri-Shiva</u> , - Durga , -Rama			
Void (Bauch) Guru-Bereich: Shri Dattatreya			
Nabhi (Nabel): Shri Vishnu			
Swadhisthana (Leiste): Shri Brahmadeva			
<u>Mooladhara</u> (Wurzel): <u>Shri Ganesha</u>			