



Содержание альбома совпадает с обложкой: так и хочется растянуться на теплой циновке, и чтобы три славные девы поглаживали спинку, а вокруг и свечи, и благовония, и приятные звуки...и.....и.....ииииииииии.....йааааахххххуууууу.....

{music}images/stories/audio/Ron-Allen-One-Sky{/music}

Первоначально музыка использовалась в основном для медитации; в частности, индийская музыка разрабатывалась как метод медитации, индийский танец разрабатывался как метод медитации. Шива сказал: Слушая струнные инструменты, слушай их составной центральный звук; такова вездесущность.

Вы слушаете какой-то инструмент — ситар или любой другой. Звучит множество звуков. Будьте бдительным и слушайте центральный звук, хребет, вокруг которого струятся звуки, глубочайший поток, который удерживает все звуки вместе, — то, что является центральным и напоминает ваш хребет. Все тело держится на хребте. Слушая музыку, будьте бдительным, проникните в музыку и отыщите ее хребет — то центральное, что струится, удерживая все вместе. Звуки приходят, проходят и исчезают, а суть остается. Осознайте ее.

[Магазин Семизнание:](#) [купить музыку для медитаций и релакса](#)
