



Замечательная индийская музыка для занятий йогой, медитации и прочих радостей.

Исполнитель (похожий на доброго волшебника с восточным уклоном) виртуозно владеет традиционными инструментами. Наслаждайтесь!

**Tony Scott** (настоящее имя Anthony Sciacca) — кларнетист, альт-саксофонист и композитор, первый кларнетист, игравший в стиле бибоп. Стал известен в 60-е годы как этно- и фри-джазовый исполнитель. Считал себя миссионером и способствовал распространению джаза в Азии. Был большим индивидуалистом и искателем приключений.

{music}images/stories/audio/Music-Yoga{/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.

## Музыка для медитации. Tony Scott «Music for Yoga Meditation and other Joys»

Автор: Центр "СемиЗнание"

05.03.2013 23:25 - Обновлено 20.06.2015 05:30

---

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

---