



## Mantras y Textos recomendados por la Escuela de Yoga de Maa - YogaMar

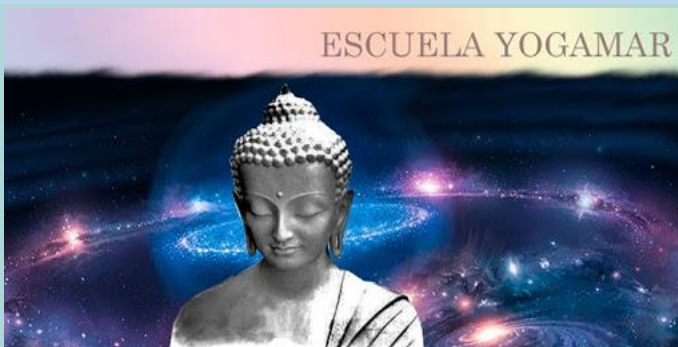
Repertorio gratuito en la web  
Actualizaciones regulares

### Los Enlaces en los PDF

Si has abierto este PDF en Internet y no quieres perderlo de vista, siempre que vayas a abrir un enlace de un PDF, sitúa tu ratón encima del enlace, y con el botón derecho, elige la opción de menú: "Abrir enlace en una pestaña nueva". Así te aseguras de mantener siempre dicho PDF abierto, o bien te descargas este PDF y así los enlaces se te abrirán sin perder de vista el archivo.

Última actualización: 2019-01-19

### Textos ofrecidos por la Maestra de Yoga Maa de la Escuela de Yogamar en Barcelona



<http://maayogamar.blogspot.com.es>

Contacto:

[maayogamar@hotmail.com](mailto:maayogamar@hotmail.com)

Barcelona: C/Nàpols, 162, entsol 1

Los hindús pronuncian como una ch floja, Jaya: (cheya)

- Jay, lo mismo, una ch floja: (che o chea)
- En el mantra de Guru Deva (Mooji Music), ellos pronuncian (Chey), que bien puede ser Jay.
- hey, los hindús pueden pronunciarlo simplemente como una (g) expirado (ge)
- Los europeos lo pueden pronunciar diferente, Incluso entre los cantantes hindús, también pueden pronunciarlo de diferente forma.
- He escuchado muchísimos mantras y a veces es difícil distinguir Jaya, hai, hey,
- Hari (Chey)
- Jay (che)
- Hey (che)

## Índice de los Mantras

LOS ENLACES EN LOS PDF	1
INDICE DE LOS MANTRAS	2
SHIVA NATARAJA	2
AUDIOS Y VÍDEOS – ENLACES Y DESCARGAS	4
OBSERVACIONES	4
ACTUALIZACIONES REGULARES DE MANTRAS	4
ACORDES	4
LOS ENLACES EN LOS PDF	4
MASTER CLASES DE MÚSICA INTERNA	4
ACTUALIZACIONES REGULARES	4
OBSERVACIONES Y COLABORACIONES	4

### Shiva Nataraja

Em D C Bm Em

Nataraaja Nataraaja Narthana Sundara Nataraaja x4

Em D C Bm Em

Shivaraaja Shivaraaja Shivakaami Priya Shivaraaja x2

Em D Em D

Chidambaresha Nataraaja Parthipureesha Nataraaja x2

Audio & Film / Tonalidad: Em Eolidia / Cantidad de acordes: (4) (T0)

- Armonización: Manuel Soler Índice
- Dirección en Música Interna, Armonía y Musicoterapia: Manuel Soler [www.manuelsoler.com](http://www.manuelsoler.com)

\* *Descarga el audio:* Botón derecho del Ratón en: [Descarga el audio](#) / Guardar enlace como...

En 1.980, pise por primera vez la India y Nepal.  
Fue en Katmandú, que a los pocos días de mi estancia,  
Tuve un enfriamiento con alta temperatura, ello hizo que guardara cama.  
Un hombre, al que no conocía, me cuidó.  
El, se sentaba a los pies del camastro y me leía el **Bhagavad-gītā**.  
Me hizo comprender quién y qué era Shiva:  
Quien, la tercera Divinidad de la Trinidad Universal.  
Qué, se lo conoce como destrucción, pero en realidad,  
Es transformación constante e irremediable e irreversible  
de toda criatura que se cree nacer y morir.  
**Brahma**, es ese origen del cual todo sale.  
**Vishnu**, es el resultado, la totalidad, la creación al completo.  
**Shiva** es la interrelación entre estos dos.  
**Vishnu** y **Shiva**, en realidad, son lo mismo.  
**Vishnu**, que es la vida toda, es el cauce que sostiene la fuerte corriente  
transformadora que es **Shiva** y **Shiva**, lo regresa todo a **Brahma**.  
**Shiva**, **Nataraja** que es en una de sus representaciones en una danza  
dentro de un círculo de fuego y con uno de sus pies pisando a un niño,  
Este niño, representa nuestra oscuridad inicial:  
Miedos, apegos, sufrimiento, ignorar quienes somos.  
Al igual que cuando se quema un árbol, deja de ser árbol y se convierte en  
carbón, el carbón en cenizas y las cenizas se esparcen por la tierra,  
**Shiva**, quema, aun dolorosamente para nosotros, todo, sin excepción  
alguna, no queda nada en nosotros del niño que fuimos, ni de lo que hemos  
sido el día anterior, ni de lo que soy después de escribir esto.  
Experimenté y ame a partir de ese momento la presencia de **Shiva** en mí.  
Comprendí, qué es la oscuridad.  
Amo esta oscuridad transformadora porque solo ella me muestra la Luz de  
la Verdad.  
Nosotros, vemos la Luz del sol, sin darnos cuenta que solo la podemos ver  
porque estamos rodeados de oscuridad.  
Cuando cantamos a **Shiva**, nos estamos entregando a la transformación,  
en cada cosa que vivimos, con quien la vivimos, con nuestro cuerpo, mente  
y corazón. Gracias por vuestro Amor.  
Siempre Unidos, Maa

## AUDIOS Y VÍDEOS – Enlaces y descargas

La totalidad de audios y vídeos, esto es de descargas y enlaces, son sobre la totalidad de reproducciones gratuitas que se encuentran en YouTube.

### OBSERVACIONES

#### Índice

### Actualizaciones regulares de Mantras

Regularmente actualizamos los Mantras, Musicoterapia musicales, incorporación de nuevos vídeos asociados, mantras, bhajans, armonías, comentarios, recomendaciones... Es por lo que en el listado general de Mantras y en esta página puedes encontrar:

- 1) El texto
- 2) Los acordes
- 3) El vídeo
- 4) Acordes y posiciones para todos los niveles.

Podéis [enviar](#) todos aquellos mantras & acordes... que veáis no se encuentran aquí como regalo para todos. Tus comentarios y aportaciones siempre son muy apreciadas y agradecidas.

### Acordes

En [este enlace](#) puedes encontrar una gran variedad de acordes y estudios armónicos que te permiten interpretar mantras y crear ambientes de improvisación y composición, para los Bhajans, Mantras, Sanghas y Satsangs. Y aquí un [cuadro con todas las tonalidades](#) con sus notas y acordes.

C	D	E	F	G	A	B
DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI

### Los Enlaces en los PDF

Si has abierto este PDF en Internet y no quieres perderlo de vista, siempre que vayas a abrir un enlace de un PDF, sitúa tu ratón encima del enlace, y con el botón derecho, elige la opción de menú: "Abrir enlace en una pestaña nueva". Así te aseguras de mantener siempre dicho PDF abierto, o bien te descargas este PDF y así los enlaces se te abrirán sin perder de vista el archivo.

### Master Classes de Música Interna

Master Classes, encuentros y retiros de [Música Interna](#) y [Humanidad de la Música](#) del despertar en cada ser la Música Interna y la humanidad de la música en la Improvisación, Composición, Mantras, Voz e Instrumentos, Intuición creativa, Comunión vibratoria, Inspiración, Escucha dimensional, Investigación y Musicoterapia... [Contacto](#)

### Actualizaciones regulares

Las actualizaciones son regulares, por lo que antes de enviar, mira en la web la fecha de actualización. Esta versión es: Última actualización: 2019-01-19

### Observaciones y colaboraciones

*Cualquier observación y mejora es de agradecer, así mismo vuestra abertura a colaborar y ayudar en servicios musicales, actualización de nuevos mantras...*

*Namasté*

*Más información y Mantras en [www.manuelsoler.com](http://www.manuelsoler.com)*