

# *Dono di grazia*

*Registrato nel corso del 2016 presso il Jyoti Studio di Ananda Assisi.*

*Tecnico del suono: Daniele Poletti*

*Foto e grafica: Dyuti Marra*

*www.musicainarmonia.it   info@musicainarmonia.it*

**Risveglia le qualità dell'Anima!**

*Musiche per risvegliare:*

**Pace e armonia interiore**



*Daniele Poletti*

# Risveglia le qualità dell'Anima!



“O Musicista Magico,

*pizzicando delicatamente le corde dei sentimenti celati nel mio cuore,  
ho visto infine la Tua calda, soffice luce diffondersi come l'aurora  
nel cielo risvegliato della mia mente.*

*Tu, il più amato di tutti i cantori:*

*le Tue note mi hanno destato dal sonno dei secoli!*

*Ora, davanti al Tuo altare,  
desidero offrirti le mie melodie, ispirate da Te”.*

*Paramhansa Yogananda*

## Un viaggio alla riscoperta dei meravigliosi tesori dell'Anima

Ogni cd di questa collana farà risplendere una qualità speciale del tuo cuore. Paramhansa Yogananda, il nostro Maestro spirituale, ci ha insegnato che esistono otto qualità dell'anima, discendenti dalla vibrazione cosmica dell'Om. Potrai sentire vibrare queste qualità e anche altre, nella musica che stai per ascoltare. **Dono di grazia** ti aiuterà a risvegliare **la pace e l'armonia** e ad espanderli dentro di te!

### Ascolto consapevole

Per poterne trarre il maggior beneficio, ti suggeriamo di provare l'ascolto di ogni brano nel modo seguente, come suggerito da **Swami Kriyananda** (discepolo diretto di Paramhansa Yogananda).

- 1. Concentrazione.** Concentra interamente la tua mente sulla musica. Ascolta assorbendoti completamente senza lasciare che la tua mente vaghi. Se sorprendi la tua mente mentre si sta allontanando, riconducila dolcemente all'ascolto della musica.
- 2. Assorbimento.** Senti la musica vibrare in ogni cellula del tuo essere, lasciando che la qualità specifica presente in ciascun brano si riversi sopra e dentro il tuo essere.
- 3. Ricettività.** Quando il brano è terminato dedica del tempo ad osservare e sentire come la musica, su un livello sottile, ha cambiato i tuoi pensieri e la tua energia.



**L'accordatura del pianoforte a 432 Hz (anziché a 440 Hz, come di consuetudine), dona alla musica una particolare vibrazione energetica, colma di pace e armonia. È un'accordatura antica, che utilizzavano grandi compositori come Mozart, Beethoven e Verdi. Le sue note sono in sintonia con la frequenza naturale della Terra (8 Hz), e soprattutto entrano in risonanza con il corpo umano e i suoi chakra, portando energia di guarigione a tutti i livelli: fisico, emotivo e spirituale.**