

1. Video clip 7mo. anuvaka – Sri Rudram



<http://www.youtube.com/watch?v=UOR5YgwUJH8>

2. Guía para la pronunciación del Sri Rudram

7mo. Anuvaka del Namakam



Línea 1

नमो दुन्दुभ्याय चाहनन्याय च
namo dundubhyāya cāhananyāya ca

- namo

- La vocal "o" tiene **dos tiempos** de duración.
- Subida de tono (**swarita**) en la **sílaba "mo"**.

- dundubhyaya

- **Anudatta** en la **sílaba "du"**: baja el tono.
- **Sonido aspirado**, representado por la consonante "**bh**".
- La "**y**", se pronuncia como la "**i**" latina.
- La **primera "a"** es larga.
- **Swarita** en la **sílaba "bhya"**: sube el tono.

- cahananyaya

- La "**c**" se pronuncia como la "**ch**" de nuestro alfabeto.
- Las "**a**" de las sílabas "**ca**" y de la primera "**ya**", tienen **dos tiempos de duración**.
- Pronunciar la "**h**" (aspirar) en la **sílaba "ha"**.
- **Anudatta** en la **sílaba "na"**: baja el tono.
- La "**y**" se pronuncia como la "**i**" latina.
- **Swarita** en la **sílaba "nya"**: sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como nuestra "ch".
- Anudatta: baja el tono.

Línea 2

नमो धृष्णवे च प्रमृशाय च
namo dhṛṣṇave ca pramṛśāya ca

- namo

- La vocal "o" tiene **dos tiempos** de duración.
- Subida de tono (swarita) en la sílaba "mo".

- dhṛṣṇave

- **Sonido aspirado** en la consonante "dh".
- La "r" con **puntito abajo**, corresponde a una **vocal** en el alfabeto sánscrito. Esta vocal se articula en el mismo punto de todas las letras cerebrales (ubicando la punta de la lengua hacia el centro del techo del paladar).
- **Punto situado debajo de la "s"**: se trata de una sibilante que se articula desde la posición cerebral: el sonido debe emitirse colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.
- **Anudatta en la sílaba "dhṛs"**: baja el tono.
- La "n" con **punto abajo**, corresponde a una "n" cerebral. Es muy importante lograr sacar este sonido que es diferente a la "n" del alfabeto romano. La "n" cerebral se articula poniendo la punta de la lengua en el techo del paladar, resonando así, hacia el interior de la boca.
- Emitir el sonido de la "v" en su condición de **consonante dento labial**.
- La "e" tiene **dos tiempos de duración**.
- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como nuestra "ch".

- pramṛśāya

- La "r" con **puntito abajo**, corresponde a una **vocal** en el alfabeto sánscrito: se articula en el mismo punto de todas las letras cerebrales (ubicando la punta de la lengua hacia el centro del techo del paladar).
- **Anudatta en la sílaba "mr"**: baja el tono.
- La "s" con **diacrítico**, corresponde a una sibilante que se articula desde la posición palatal (con la lengua en la posición que utilizamos nosotros al articular el sonido "sh": suena más hacia afuera de la boca que la sibilante cerebral).
- La **segunda "a"** tiene **dos tiempos de duración**.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- **Swarita en la sílaba "ya"**: sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como nuestra "ch".
- Anudatta: baja el tono.

Línea 3

नमो दूताय च प्रहिताय च
namo dūtāya ca prahitāya ca

- namo

- La vocal "o" tiene **dos tiempos** de duración.
- Subida de tono (swarita) en la sílaba "mo".

- dutaya

- La "u" tiene **dos tiempos de duración**.
- **Anudatta** en la sílaba "du": baja el tono.
- La "a" de la sílaba "ta" es larga.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- **Swarita** en la última sílaba: sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como nuestra "ch".
- **Anudatta**: baja el tono.

- prahitaya

- Pronunciar el **sonido de la "h" en la sílaba "hi" como una suave aspiración**.
- **Swarita** en esa misma sílaba: sube el tono.
- La "a de la sílaba "ta" es larga.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.

- ca

- La "c" se pronuncia como nuestra "ch".
- **Anudatta**: baja el tono.

Línea 4

नमो निषङ्गिणे चेषुधिमते च
namó niṣaṅgine ceṣudhimate ca

- namo

- La vocal "o" tiene **dos tiempos** de duración.
- Subida de tono (**swarita**) en la sílaba "mo".

- nisangine

- **Punto situado debajo de la "s"**: sibilante que se articula desde la posición cerebral; el sonido se emite colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.
- **Anudatta** en la sílaba "san": baja el tono.
- La "n" con punto arriba corresponde a una **letra gutural**: la lengua se debe posicionar de la misma forma en que lo hace para pronunciar la "n" en la palabra "sangre" (la base de la lengua toca la parte posterior del paladar). En general, cuando una "n" gutural precede a otra letra gutural (en este caso la "g"), la lengua se posiciona automáticamente en la posición correcta.
- Una "n" con punto abajo corresponde a una "n" **cerebral**. Se articula poniendo la punta de la lengua en el techo del paladar, resonando así, hacia el interior de la boca. Es muy importante lograr sacar este sonido que es diferente a la "n" del alfabeto romano (esta tiene un sonido equivalente al sonido de la "n" dental, sin punto del alfabeto sánscrito).
- La "e" tiene **dos tiempos** de duración en el alfabeto sánscrito.
- **Swarita** en la sílaba "ne": sube el tono.

- cesudhimate

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- La "e" tiene **dos tiempos de duración**.
- **Punto situado debajo de la "s"**: sibilante que se articula desde la posición cerebral; el sonido debe emitirse colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.
- **Sonido aspirado en la consonante "dh"**.
- **Anudatta** en la sílaba "dhi": baja el tono.
- **Swarita** en la última sílaba: sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como nuestra "ch".

- **Anudatta:** baja el tono.

Línea 5

नमस्तीक्ष्णेषवे चायुधिने च
namastīkṣṇeṣave cāyudhinē ca

- namastiksnesave

- **Swarita en la sílaba "mas":** sube el tono
- **Anudatta en la sílaba "tiks":** baja el tono. La "i" tiene **dos tiempos** de duración.
- **Punto situado debajo de la "s":** sibilante que se articula desde la posición cerebral; el sonido debe emitirse colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.
- Una **"n" con punto abajo**, corresponde a una **"n" cerebral**: se articula poniendo la punta de la lengua en el techo del paladar, resonando así, hacia el interior de la boca.
- La **"e" es larga**.
- **Swarita en la sílaba "sa":** sube el tono.
- Pronunciar la **"v"** en su condición de **consonante dento labial**.

- cayudhine

- La **"c"** se pronuncia como la **"ch"** de nuestro alfabeto.
- La **"a" es larga**.
- La **"y"** se pronuncia como la **"i"** latina.
- **Anudatta en la sílaba "yu":** baja el tono.
- **Sonido aspirado** en la consonante **"dh"**.
- La **"e" es larga**.
- **Swarita en la última sílaba:** sube el tono.

- ca

- La **"c"** se pronuncia como nuestra **"ch"**.
- **Anudatta:** baja el tono.

Línea 6

नमः स्वायुधाय च सुधन्वने च
namaḥ svāyudhāya ca sudhanvane ca

- namah

- **Swarita** ó subida de tono en la **última sílaba**.
- La **visarga ("h" con puntito abajo)** cambia su sonido, de acuerdo a la palabra que le sigue. Por estar la visarga seguida de una palabra que comienza con "s", quedaría de la siguiente manera: namaḥsvayudhaya"

- svayudhaya

- La **"v"** se pronuncia como una suave **"u"**.
- Las dos primeras **"a"** son largas.
- La **"y"** se pronuncia como la **"i"** latina.
- **Anudatta en la sílaba "yu":** baja el tono.
- **Sonido aspirado**, representado por la consonante **"dh"**.
- **Swarita en la última sílaba:** sube el tono.

- ca

- La **"c"** se pronuncia como la **"ch"** de nuestro alfabeto.

- sudhanvane

- **Anudatta en la primera sílaba:** baja el tono.
- **Sonido aspirado** en la consonante “dh”.
- La “v” se pronuncia de acuerdo a su condición de consonante **dento labial**.
- **Swarita en la sílaba “va”:** sube el tono.
- La “e” tiene dos tiempos de duración.

- ca

- La “c” se pronuncia como la “ch” de nuestro alfabeto.
- **Anudatta:** baja el tono.

Línea 7

नमः॑ स्मृत्या॑य च॑ पथ्या॑य च॑
 namaḥ sruṭyāya ca pathyāya ca

- namah

- **Anudatta** ó bajada de tono en la **última sílaba**.
- La **visarga (“h”con puntito abajo)** cambia su sonido, de acuerdo a la palabra que le sigue. Por estar la visarga seguida de una palabra que comienza con “s”, queda así: **namaḥ sruṭyaya**”

- sruṭyaya

- La “y” se pronuncia como la “i” latina.
- La primera “a” tiene dos tiempos de duración.
- **Swarita en la sílaba “tya”:** sube el tono.

- ca

- La “c” se pronuncia como la “ch” de nuestro alfabeto.
- **Anudatta:** baja el tono.

- pathyaya

- **Sonido aspirado** representado por la consonante “th”.
- La “y” se pronuncia como la “i” latina.
- La segunda “a” tiene dos tiempos de duración.
- **Swarita en la primera sílaba “ya”:** sube el tono.

- ca

- La “c” se pronuncia como nuestra “ch”.
- **Anudatta:** baja el tono.

Línea 8

नमः॑ काट्या॑य च॑ नीप्या॑य च॑
 namaḥ kāṭyāya ca nīpyāya ca

- namah

- **Swarita** ó subida de tono en la **última sílaba**.
- La **visarga (“h”con puntito abajo)** cambia su sonido, de acuerdo a la palabra que le sigue. Por estar la visarga seguida de una palabra que comienza con “k”, suena como una “h” “bien aspirada”.

- katyaya

- Las dos primeras “a”, tienen dos tiempos de duración.
- **Anudatta en la primera sílaba:** baja el tono.
- La “t” con un punto debajo, se pronuncia ubicando la punta de la lengua en el centro del techo del paladar.
- La “y” se pronuncia como la “i” latina.

➤ **Swarita en la sílaba "tya"**: sube el tono.

- ca

➤ La "c" se pronuncia como nuestra "ch".

- nipyaya

➤ **Anudatta en la primera sílaba**: baja el tono.

➤ La "i" tiene dos tiempos de duración.

➤ La "y" se pronuncia como la "l" latina.

➤ La primera "a" es larga.

➤ **Swarita en la sílaba "pya"**: sube el tono.

- ca

➤ La "c" se pronuncia como nuestra "ch".

➤ **Anudatta**: baja el tono.

Línea 9

नमः सूद्याय च सरस्याय च
namaḥ sūdyāya ca sarasyāya ca

- namah

➤ **Swarita** ó subida de tono en la **última sílaba**.

➤ La **visarga** ("h" con puntito abajo) cambia su sonido, de acuerdo a la palabra que le sigue. Por estar la visarga seguida de una palabra que comienza con "s", quedaría de la siguiente manera: namas sudyaya"

- sudyaya

➤ La "u" es larga.

➤ La "y" se pronuncia como la "i" latina.

➤ La primera "a" tiene dos tiempos de duración.

➤ **Swarita en la sílaba "dya"**: sube el tono.

- ca

➤ La "c" se pronuncia como nuestra "ch".

- sarasyaya

➤ **Anudatta en la sílaba "ra"**: baja el tono.

➤ La "r" se pronuncia en su sonido suave.

➤ La "y" se pronuncia como la "i" latina.

➤ La tercera "a" tiene dos tiempos de duración.

➤ **Swarita en la sílaba "sya"**: sube el tono.

- ca

➤ La "c" se pronuncia como nuestra "ch".

➤ **Anudatta**: baja el tono.

Línea 10

नमो नाद्याय च वैशन्ताय च
namo nādyāya ca vaiśantāya ca

- namo

➤ La vocal "o" tiene dos tiempos de duración.

➤ Subida de tono (**swarita**) en la **sílaba "mo"**.

- nadyaya

- Las dos primeras "a", tienen dos tiempos de duración.
- Anudatta en la primera sílaba: baja el tono.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- Swarita en la última sílaba: sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como nuestra "ch".

- vaisantaya

- Pronunciar la "v" en su condición de consonante **dento labial**.
- La "s" con diacrítico, corresponde a una sibilante que se articula desde la posición palatal (suena más hacia afuera de la boca que la sibilante cerebral).
- Anudatta en la sílaba "san": baja el tono.
- La "a" de la sílaba "ta", es larga.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- Swarita en la última sílaba: sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- Anudatta: baja el tono.

Línea 11

नमः कूप्याय चावट्याय च

namaḥ kūpyāya cāvaṭyāya ca

- namah

- Anudatta: (baja el tono) en la última sílaba.
- La visarga ("h" con puntito abajo) cambia su sonido, de acuerdo a la palabra que le sigue. Por estar la visarga seguida de una palabra que comienza con "k", suena como una "h" "bien aspirada".

- kupyaya

- La "u" es larga
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La primera "a", tiene dos tiempos de duración.
- Swarita en la sílaba "pya": sube el tono.

- cavatyaya

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- La primera y la tercera "a" tienen dos tiempos de duración.
- La "v" se pronuncia en su condición de consonante **dento labial**.
- Anudatta en la segunda sílaba: baja el tono.
- La "t" con un punto debajo, se pronuncia ubicando la punta de la lengua en el centro del techo del paladar.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- Swarita en la sílaba "tya": sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- Anudatta: baja el tono.

Línea 12

नमो वर्य्याय चार्य्याय च
namo varṣyāya cavarṣyāya ca

- namo

- La "o" siempre tiene **dos tiempos** de duración.
- **Anudatta en la última sílaba**: baja el tono.

- varsyaya

- Pronunciar la "v" en su condición de consonante **dento labial**.
- **El punto situado debajo de la "s"** -sibilante que se articula desde la posición cerebral, indica que el sonido debe emitirse colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La segunda "a" es larga.
- **Swarita en la sílaba "sya"**: sube el tono.

- cavarsyaya

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- La primera y la tercera "a", tienen **dos tiempos de duración**.
- La "v" se pronuncia en su condición de consonante **dento labial**.
- **Anudatta en la sílaba "var"**: baja el tono.
- **Punto situado debajo de la "s"** -sibilante que se articula desde la posición cerebral- indica que el sonido debe emitirse colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- **Anudatta**: baja el tono.

Línea 13

नमो मेघ्याय च विद्युत्याय च
namo meghyāya ca vidyutyāya ca

- namo

- La vocal "o" tiene **dos tiempos** de duración.
- Subida de tono (**swarita**) en la **sílaba "mo"**.

- meghyaya

- La "e" es larga.
- **Anudatta en la primera sílaba**: baja el tono.
- **Sonido aspirado** representado por la consonante "gh".
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La primera "a" es larga.
- **Swarita en la sílaba "ghya"**: sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.

- vidyutyaya

- Emitir el sonido de la "v" en su condición de consonante **dento labial**.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- **Anudatta en la sílaba "dyu"**: baja el tono.
- La primera "a" tiene **dos tiempos de duración**.

- **Swarita en la sílaba "tya"**: sube el tono.
- **ca**
- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- **Anudatta**: baja el tono.

Línea 14

नम ईध्रियाय चातप्याय च
 nama īdhriyāya cātapyāya ca

- nama

- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

- idhriyaya

- La primera "i" es larga.
- **Anudatta en la "i"**: baja el tono.
- **Sonido aspirado** representado por la consonante "dh".
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La primera "a" es larga.
- **Swarita en la primera sílaba "ya"**; sube el tono.

- catapyaya

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- La primera y la tercera "a", tienen dos tiempos de duración.
- **Anudatta en la sílaba "ta"**: baja el tono.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- **Swarita en la sílaba "pya"**: sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- **Anudatta**: baja el tono.

Línea 15

नमो वात्याय च रेष्मियाय च
 namo vātyāya ca reṣmiyāya ca

- namo

- La "o" siempre tiene dos tiempos de duración.
- **Anudatta en la última sílaba**: baja el tono.

- vatyaya

- Pronunciar la "v" en su condición de consonante **dento-labial**.
- La primera y la segunda "a" son largas.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- **Swarita en la sílaba "tya"**: sube el tono.

- ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.

➤ **Anudatta:** baja el tono.

- **resmiyaya**

- La "r" siempre es suave, aunque esté al comienzo de una palabra.
- La "e" tiene dos tiempos de duración.
- Punto situado debajo de la "s" -sibilante que se articula desde la posición cerebral- el sonido debe emitirse colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.
- **Swarita en la sílaba "mi":** sube el tono.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La primera "a" es larga.

- **ca**

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- **Anudatta:** baja el tono.

Línea 16

नमो वास्तव्याय च वास्तु पाय च ॥७॥

namo vāstavyāya ca vāstu pāya ca ॥7॥

- **namo**

- La vocal "o" tiene dos tiempos de duración.
- Subida de tono (**swarita**) en la sílaba "mo".

- **vastavyaya**

- Emitir el sonido de la "v" en su condición de consonante **dento labial**.
- La primera y la tercera "a" son largas.
- **Anudatta en la sílaba "ta":** baja el tono.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- **Swarita en la sílaba "vya":** sube el tono.

- **ca**

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.

- **vastu**

- Emitir el sonido de la "v" en su condición de consonante **dento labial**.
- La "a" es larga.
- **Anudatta en la última sílaba:** baja el tono.

- **paya**

- La primera "a" es larga.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- **Swarita en la última sílaba:** sube el tono.

3. Significado del 7mo. Anuvaka.

Preguntas de autoindagación para círculo de estudios

Salutaciones a Él, que es el timbal y que también es el palillo del tambor. Salutaciones a Él, que jamás da la espalda en la lucha, pero al mismo tiempo es prudente.

Autoindagación:

- En la "lucha" permanente de la mente con sus enemigos: ¿cómo se manifiesta la prudencia?
¿Prudencia de qué...con qué?

Saluciones a Él, en la forma del mensajero y del representante enviado en misiones especiales.

Autoindagación:

- ¿Lo reconoce la mente -en los enviados que acercan experiencias, a veces dulces y otras no-, para develar tendencias fuertemente escondidas en ellas?

Saluciones a Él, que tiene una espada y una aljaba de flechas. Saluciones a Él, que posee agudas lanzas y todo tipo de armas. Saluciones a Él, que lleva una hermosa y poderosa arma y un arco.

Autoindagación:

- ¿Reconoce la mente Sus “flechas” y Sus “lanzas” cuándo hieren y qué hieren? ¿Cuándo no...?

Saluciones a Él, que está en las sendas estrechas y en los anchos caminos.

Saluciones a Él, que está en los estrechos flujos de agua y en su descenso desde los niveles altos hasta los más bajos. Saluciones a Él, que está en los lugares pantanosos y lodosos y en los lagos. Saluciones a Él, que está en las aguas correntosas de los ríos y en las aguas tranquilas de los pequeños lagos entre montañas.

Autoindagación:

-¿Qué “sendas estrechas” ya atravesó mi mente en esta encarnación y cuáles todavía no?: ¿la del silencio, la del desapego, la del valor y la prudencia, la de la rendición total a las Enseñanzas del Avatar...?

-¿Qué “anchos caminos” ya abandonaron: el de la “comodidad” espiritual, el del deseo personal, el del orgullo espiritual...?



Que todos los mundos sean felices

