

BODHMALA

TAAL DHYAN - Meditation Tabla Rhythms

(Khwasa)

Ghe Na ti ta dhin,

dha Na ti ta tin.

(Luru)

Ti ta , Na Na

dha ti ta , na na

(Manduki)

Na ti ta na

(Komatsu)

Dhin na ti ra ki ta,

na dha ti ra ki ta, dhin

(Parijat)

Dhin na ta dhin

ti ra ki ta na, tin na na

tin ti ta na, dhin na na

ti ra ki ta na, ti ra ki ta na,

dhin na, ti ra ki ta na

(Stambh)

Ti ta ti ta dha dha,

ti ta ti ta dha dha

ti ta ti ta ta ti ta, dha

ti ta , ti ta ta ta

ti ta, ti ta ta ta

ti ta ti ta dha ti ta, ta

(Pragya)

Dhin na tra ka na,

tra ka na, dhin na, na dha na.

(Hirakhaj)

Dhin dhin ta,

ti ra ki ta, ti ra ki ta

dhin ta, dha dha ti ta, dha ti ta

ta dhin ti ta, ti ra ki ta (ti ta ti ta ti ta)

ta dhin ti ta.

(Kala pith)

Dhin na na dhin,

tita ti ra ki ta, tita ti ra ki ta

na tita na, dhin dhin ti raki ta dhin

dhin ti ta na, ti ra kita na

na ti ta na, dhin na na dhin na na dhin na.

(Chitra – dan)

Na dhin, na dhin

dha dha tita, kat ta,

ti ra ki ta, na

(Ksheel)

Tin na ti ra ki ta,

ti ta tita na,

na na tita na na,

dha tita na na.

(Khushi)

Dhin tita dha dha dha, ti ta dha dha dha,

ti ta dha dha dha,

ti ta na na na, ti ta na na na

ti ra ki ta ta ka dhin na,

ti ra ki ta ta ka, dhin dhin, na

dhin na na, dha dha dha

ti ta ti ra ki ta, dha tita, dha tita, dha tita tita.

(Tutakshi)

Dha dhin na, ti ta ti ra ki ta,

dha dhin na, ti ta na

dha ti na , dha ti na

dhin na ta dhin

ti ra ki ta, ti ra ki ta, dhin na

dhin dhin dhin, dha dhin

tin na , tita na,

tin tita na.

(Kali)

Dha ti dha ge,

ti na ki na,

ti na ki na,

dhi na ge na

dhin na gi na,

dhi na ge na,

ta ti ta ke,

ti na ki na

(Umang)

Na dhin na, dha na,

ti ta, na dha, na na dha

ti ta dha ti ta, dha dha ti ta,

na na na , ti ra ki ta na

na tita, na ti ta, tita

ti ra ki ta, dhin na na dhin

dha dha ti ra ki ta dhin dhin

dha ge na ti na ki na.

