

Mantren



Ong Namō Guru Dev Namō

Mit dem Singen dieses **Adi Mantra** (Anfangsmantra), wird jeder Yogaunterricht eröffnet.

Bedeutung: Ich begrüße (Namō) die kosmische Energie (Ong) und den erhabenen Weg (Dev) vom Dunkel (Gu) zum Licht (Ru).



Aad Gureh Nameh,
Djugad Gureh Nameh,
Sat Gureh Nameh,
Siri Guru Dev Gureh Nameh

Aad Gureh Nameh: Ich grüße die Weisheit, die im Anfang war.
Djugad Gureh Nameh: Ich grüße die Weisheit, die durch alle Zeitalter hindurch besteht.
Sat Gureh Nameh: Ich grüße die wahre Weisheit.
Siri Guru Dev Gureh Nameh: Ich grüße die erhabene Weisheit.



Schlusslied

May the long time sun shine upon you
all love surround you
and the pure light within you
guide your way one

Lass die ewige Sonne auf dich scheinen
Liebe dich umhüllen
und das reine Licht in deinem Innern
weise dir den Weg.



Renata Hauser Hugel • KundaliniYogaLehrerin • Pra Tuasch • 7424 Dalin
T: 081.651 4263 • mobil: 078 734 1409 • kundalinikurs@bluewin.ch •
www.kundalinikurs.ch