

Kundalini Yoga Mantras korrekt (Teil 1)

Wie sie das Gurmukhi vorschreibt

Adi Mantra zum Einstimmen

ਓਅੰ ਨਮੋ ਗੁਰੂ ਦੇਵ ਨਮੋ

oang namo gurū dēv namo

Schöpferkraft, vor Dir verneige ich mich, Guru Dev (Guru Ram Das) vor Deinem Bewusstsein verneige ich mich

Mangalcharan Mantra zum Schutz

Salok aus dem Sukhmani Sahib von Guru Arjan Dev Ji

ਆਦਿ ਗੁਰਏ ਨਮਹ

ād guraē nameh

Vor dem ursprünglichen Guru verneige ich mich,

ਜੁਗਾਦਿ ਗੁਰਏ ਨਮਹ

jugād guraē nameh

Vor dem Guru aller Zeiten verneige ich mich.

ਸਤਿਗੁਰਏ ਨਮਹ

satguraē nameh

Vor dem wahren Guru verneige ich mich.

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰਦੇਵਏ ਨਮਹ

sri gurdēvaē nameh

Vor dem höchsten göttlichen Guru verneige ich mich.

Bij Mantras (Samen des Bewusstseins)

ਸਤਿ ਨਾਮੁ

sat nām

wahre Identität

ਵਾਹਿ ਗੁਰੂ

wāhe gurū

Ekstase des höchsten Bewusstseins

Āp sahāī hoā (Ängste & Feindseligkeit überwinden)

Raag Sorath – Guru Arjan Dev Ji – Sri Guru Granth Sahib Ji – ANG 628

ਆਪਿ ਸਹਾਈ ਹੋਆ ॥ ਸਚੇ ਦਾ ਸਚਾ ਢੋਆ ॥

āp sahāī hoā. satschē dā satschā ḍhoā. (har har har)

Das höchste Selbst ist zu meinem Unterstützer geworden. Die wahrste Wahrheit ist mein Fundament. Gott, Gott, Gott.

Transliteration & deutsche Übersetzung

Paramjeet Singh Khalsa

[Kundalini Yoga Mantras korrekt Teil 1 Videoklasse](#) | [Alle Videoklassen](#) | [Alle Mantra Downloads](#)

www.yogajapa.com