

Kundalini Yoga Mantras korrekt (Teil 2)

Wie sie das Gurmukhi *vorschreibt*

Mul Mantra – Wurzelmantra

aus dem [Japji Sahib](#) von Guru Nanak Dev Ji

ੴ	ik oang kār	Ein Schöpfendes in aller Schöpfung ist
ਸਤਿ ਨਾਮ	sat nām	Wahrheit Name permanent
ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ	kartā purkh	Allmachendes Allseiendes
ਨਿਰਭਉ	nirbhau	Weder Furcht
ਨਿਰਵੈਰੁ	nirvār	Noch Feinde kennt
ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ	akāl mūrt	Jenseits der Zeit, unsterbliche Form
ਅਜੂਨੀ	ajūnī	Durch keinen Leib jemals geboren
ਸੈਭੰ	sābhang	Selbst-existent, von sich aus bestehend
ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥	gur prasād	Durch Gurus Gnade nur zu verstehen
॥ ਜਪੁ ॥	jap	Gesang des Lebens
ਆਦਿ ਸਚੁ	ād satsch	Wahr bevor die Zeit begann
ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥	jugād satsch	Wahr durch alle Zeiten
ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ	hā bhī satsch	Wahr in diesem Augenblick
ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥੧॥	nānak hosī bhī satsch	O Nanak, wahr wird es auch bleiben

Gobinde Mukande (8 Namen des Namenlosen)

aus dem [Jaap Sahib](#) Guru Gobind Singh Ji

ਗੋਬਿੰਦੇ॥	gobiṇdē	Erhalter
ਮੁਕੰਦੇ ॥	mukaṇdē	Befreier
ਉਦਾਰੇ ॥	udārē	Großherziger
ਅਪਾਰੇ ॥੯੪॥	apārē	Unendlicher
ਹਰੀਅੰ ॥	harīang	Zerstörer
ਕਰੀਅੰ ॥	karīang	Erschaffer
ਨ੍ਰਿਨਾਮੇ ॥	nrināmē	Namenloser
ਅਕਾਮੇ ॥੯੫॥	akāmē	Wunschloser

Transliteration & deutsche Übersetzung
Paramjeet Singh Khalsa

[Kundalini Yoga Mantras korrekt Teil 2 Videoklasse](#) | [Alle Videoklassen](#) | [Alle Mantra Downloads](#)

www.yogajapa.com

Ajä Alä (für Mut und den Strahlenkörper)

aus dem [Jaap Sahib](#) Guru Gobind Singh Ji

ਏਕ ਅਛਰੀ ਛੰਦ ॥	ēk atschharī tschhañd.	
ਅਜੈ ॥ ਅਲੈ ॥ ਅਭੈ ॥ ਅਬੈ ॥੧੮੯॥	ajā. alä. abhä. abä. 189.	Unbesiegbar. Unzerstörbar. Furchtlos. Unveränderlich.
ਅਭੂ ॥ ਅਜੂ ॥ ਅਨਾਸ ॥ ਅਕਾਸ ॥੧੯੦॥	abhū. ajū. anās. akās. 190.	Formlos. Ungeboren. Unvergänglich. Ätherisch.
ਅਗੰਜ ॥ ਅਭੰਜ ॥ ਅਲੱਖ ॥ ਅਭੱਖ ॥੧੯੧॥	agañj. abhañj. alakh. abhakh. 191.	Unzerbrechlich. Unzerstörbar Unsichtbar. Unbeeinflusst.
ਅਕਾਲ ॥ ਦਿਆਲ ॥ ਅਲੇਖ ॥ ਅਭੇਖ ॥੧੯੨॥	akāl. daiāl. alēkh. abēkh. 192.	Unsterblich. Mitfühlend. Unbeschreiblich. Unverkleidet.
ਅਨਾਮ ॥ ਅਕਾਮ ॥ ਅਗਾਹ ॥ ਅਢਾਹ ॥੧੯੩॥	anām. akām. agāh. aḍhāh. 193.	Namenlos. Wunschlos. Unergründlich. Unbestechlich.
ਅਨਾਥੇ ॥ ਪ੍ਰਮਾਥੇ ॥ ਅਜੋਨੀ ॥ ਅਮੋਨੀ ॥੧੯੪॥	anāthē. pramāthē. ajonī. amonī. 194.	Ohne Meister. Zerstörer. Ungeboren. Jenseits der Stille.
ਨ ਚਾਗੇ ॥ ਨ ਚੰਗੇ ॥ ਨ ਰੂਪੇ ॥ ਨ ਰੇਖੇ ॥੧੯੫॥	na rāgē. na rangē. na rūpē. Na rēkhē. 195.	Ohne Farbe. Ohne Form. Ohne Gestalt. Ohne Bestimmung.
ਅਕਰਮੰ ॥ ਅਭਰਮੰ ॥ ਅਗੰਜੇ ॥ ਅਲੇਖੇ ॥੧੯੬॥	akarmang. abharmang. agañjē. alēkhē. 196	Ohne Karma. Ohne Zweifel. Unbezwingbar. Unbeschreiblich.

Tschattr Tschakkr Vartī (Ausdehnung des Herzzentrums)

aus dem [Jaap Sahib](#) Guru Gobind Singh Ji

ਚੱਤ੍ਰ ਚੱਕ੍ਰ ਵਰਤੀ ਚੱਤ੍ਰ ਚੱਕ੍ਰ ਭੁਗਤੇ ॥	tschattr tschakkr vartī tschattr tschakkr bhugtē.	Du durchdringst und genießt alle vier Richtungen bis in den
ਸੁਯੰਭਵ ਸੁਭੰ ਸਰਬਦਾ ਸਰਬ ਜੁਗਤੇ ॥	suyañbhav subhang sarabdā sarab jugtē.	letzten Winkel des Universums Dein Licht erstrahlt aus sich
ਦੁਕਾਲੰ ਪ੍ਰਣਾਸੀ ਦਿਆਲੰ ਸਰੂਪੇ ॥	dukālang praṇāsī diālang sarūpē.	selbst, stets mit allem verbunden Zerstörer harter Zeiten,
ਸਦਾ ਅੰਗਸੰਗੇ ਅਭੰਗੰ ਬਿਭੂਤੇ ॥੧੯੯॥	sadā angsangē abhangang bibhūtē. 199.	Verkörperung des Mitgefühls Stets mit allem verbunden, unzerstörbares Wesen