



Yoga Japa
Kundalini Yoga
Ayurveda Massagen
Karam Kriya Beratungen
Schule für bewusstes Leben

Hönower Str. 33
10318 Berlin-Karlshorst
030 / 52 68 06 49
info@yogajapa.com
www.yogajapa.com

ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਜਪੁ ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋ ਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਜਪੁ ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋ ਸੀ ਭੀ ਸਚੁ

Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan®

EINSTIMMEN

Adi Mantra (3x)

Oang namo gurdev namo

Ich grüße die Schöpferkraft und ich grüße meine innere Weisheit.

Mangalacharan Mantra (3x)

Ād guraē nāneh

Jugād guraē nāneh

Sat guraē nāneh

Srī gurdēvaē nāneh

Ich verneige mich vor der ursprünglichen Wahrheit

Ich verneige mich vor der Wahrheit, die durch alle Zeitalter hindurch wahr ist

Ich verneige mich vor der wahren Weisheit

Ich verneige mich vor der großen göttlichen Wahrheit in mir

[Audioaufnahme "Adi Mantra & Mangalacharan Mantra" anhören](#)

AUSSTIMMEN

Segenslied

Die ewige Sonne soll Dir immer scheinen

Alle Liebe bei Dir sein

Und das reine Licht in Dir

Weist Dir Deinen Weg

May the long time sun shine upon you

All love surround you

And the pure light within you

Guide your way on

SAT NĀM (3x)

Wahrheit ist meine Identität

(Ich identifiziere mich nur mit der Wahrheit)

[Audioaufnahme "May the long time \(deutsche Version\)" anhören](#)

ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਜਪੁ ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋ ਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਜਪੁ ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋ ਸੀ ਭੀ ਸਚੁ