

# Krakowskie Centrum Kundalini Yogi

Mantry rozpoczynające i kończące zajęcia Kundalini Yogi

**ONG NAMO GURU DEV NAMO**  
**ONG NAMO GURU DEV NAMO**  
**ONG NAMO GURU DEV NAMO**

Kłaniam się subtelnej boskiej mądrości,  
boskiemu nauczycielowi wewnątrz.

To starożytna mantra yogiczna, która pozwala śpiewającemu natychmiast połączyć się z wewnętrznym boskim nauczycielem. Jest ona używana do zestrojenia się przed zajęciami Kundalini Yogi, by ześrodkować nas w wyższej Jaźni oraz by prowadzić duchowo podczas zajęć zarówno nauczyciela jak i uczniów.

**AD GURAY NAMEH,**  
**JUGAAD GURAY NAMEH,**  
**SAT GURAY NAMEH,**  
**SIRI GURU DEYV-AY NAMEH**

Kłaniam się pierwotnej mądrości,  
Kłaniam się mądrości prawdziwej przez wieki  
Kłaniam się prawdziwej mądrości  
Kłaniam się wielkiej niedostrzegalnej mądrości

Jest to mantra, która rozwiewa chmury wątplenia i otwiera was na przewodnictwo i ochronę. Otacza pole magnetyczne ochronnym światłem. Jesteście prowadzeni od samego początku, przez każdą chwilę doświadczenia i aktywności, prowadzeni w najgłębszej Prawdzie waszego serca i istnienia przez niewidzialną Nieskończoność waszej wyższej Jaźni.

**SAT NAAM**  
**SAT NAAM**  
**SAT NAAM**

Prawda jest moją tożsamością.

Ta mantra jest prawdopodobnie najczęściej używaną mantrą w praktyce Kundalini Yogi. Sat oznacza Prawdę - rzeczywistość waszego istnienia. Naam oznacza tożsamość. Mantra ta nazywana jest Bij Mantrą albo mantrą nasienia, ponieważ tak jak w nasieniu drzewa zawarta jest cała tożsamość i jego istnienie, tak i prawdziwość istnienia człowieka zawiera się w tej mantrze. Śpiewanie jej przebudza dusze i daje wam wasze własne przeznaczenie. Ta mantra równoważy pięć żywiołów.