

# Kundalini Yoga

## Gobinde Mukande – Schutzmantra

Gobinde	(erhaltend)
Mukande	(befreiend)
Udare	(erleuchtend)
Appare	(unendlich)
Hariang	(zerstörend)
Kariang	(erschaffend)
Nirname	(namenlos)
Akame	(wunschlos)

Löst Blockaden der Vergangenheit

Reinigt elektromagnetisches Feld

Erleichtert dadurch Entspannung und Meditation

Gleicht beide Gehirnhälften aus

Schult Mitgefühl und Geduld

Hilft Kreislauf des Lebens zu akzeptieren