

Очистите себя от кармических долгов

Автор: Administrator

21.11.2017 14:03 - Обновлено 25.01.2018 14:04

Очистите себя от кармических долгов

Поза: Любая удобная поза.

Мантра:

Пойте мантру:

Аад Гурэй Намэ, Джугаад Гурэй Намэ,

Сат Гурэй Намэ, Сири Гуру Дэвэ Намэ,

Аад Сач, Джугад Сач, Хэ Бхи Сач, Нанак Хоси Бхи Сач,

Аад Сач, Джугад Сач, Хэ Бхэй Сач, Нанак Хоси Бхэй Сач.

Время: 31 минута:

Очистите себя от кармических долгов

Автор: Administrator

21.11.2017 14:03 - Обновлено 25.01.2018 14:04

10 минут - для прошлого,

10 минут - для настоящего,

10 минут - для будущего,

1 минута - для бесконечности.

Пойте эту мантру вслух в любое время, в любом месте: сидя, стоя, гуляя, плавая, готовя еду, глядя одежду или даже выпрыгивая из самолёта!

Шакти Парва Каур