

Ad Gureh Nameh

Ad Gure Nameh
Jugad Gure Nameh
Sat Gure Nameh
Siri Guru Dev-e Nameh

Die wörlliche Übersetzung lautet:

Ich verneige mich (nameh) vor dem unendlichen (Ad = zeitlosen, Gure = Lehrer)
Ich verneige mich vor dem Lehrer in allen Zeiten (Jugad = Zeitalter)
Ich verneige mich vor dem inneren Lehrer, der uns die Wahrheit (Sat) enthüllt.
Ich verneige mich vor dem göttlichen Lehrer, der uns aus dem Dunkeln (Gu) zum Licht (Ru) führt.

Eine Variante der freien Übersetzung:

Die unendliche (göttliche) Schöpferkraft war am Anfang.
Sie ist durch alle Zeitalter.
Sie ist wahr und unbeschreiblich kostbar.

Bei Yogaleicht haben wir die gesungene Version des Mantra «Ad Gure Nameh» gehört und mitgesungen und folgende Armbewegungen dazu fliessen lassen:

--> bei der Schutzmeditation im Sitzen von Album von Deva Premal&Miten in Concert mit Special Guest Manose



Ad Gure Nameh

Die unendliche (göttliche) Schöpferkraft war am Anfang



Jugad Gure Nameh

ist durch alle Zeitalter



Sat Gure Nameh

sie ist wahr



Siri Guru Dev-e Nameh

und unbeschreiblich kostbar