

DHYANA SLOKA MEDITATIONS VERS

OM. Mögen wir beide,
Lehrer und Schüler,
geschützt sein. Mögen
wir uns beide der
Glückseligkeit der
Befreiung erfreuen.
Mögen wir beide uns
bemühen, die wahre
Bedeutung der
Schriften zu erkennen.
Möge unser Lernen
brillant sein. Mögen wir
nie miteinander
streiten.
OM Frieden, Frieden,
Frieden.

**Om saha nāvavatu
saha nau bhunaktu
saha vīryam karavāvahai
Tejasvi nāvadhītamastu
Mā vidviśāvahai
Om śāntiś, śāntiś, śāntiḥ**

OM. May we all be protected. May we all
be nourished. May we work together
with great energy. May our intellect be
sharpened (may our study be effective).
Let there be no animosity amongst us.
OM, peace, peace, peace.

MAHĀ MR̥TUÑJAYA MANTRA (OM TRAYAMBAKAM)

OM Führe mich vom
Unwirklichen zum
Wirklichen (zur Wahrheit),
von der Dunkelheit zum
Licht, von der Sterblichkeit
zum ewigen Leben.
OM Frieden, Frieden, Frieden.

**Om Asato mā sad gamaya
Tamaso mā jyotir gamaya
Mrityor mā amritam gamaya
Om śāntiś, śāntiś, śāntiḥ**

OM Lead me from ignorance to truth,
from darkness to light, from death to
immortality.
OM, peace, peace, peace.

YOGA MIT BEATE LAUDIEN