



**Sat Nam. Herzlich Willkommen zum Weißen Tantra Yoga® in Frankfurt.
Wir freuen uns sehr, dass Ihr hier seid.**

Um Eure Erfahrung zu verstärken, bitten wir Euch diese Umgebung und das Energiefeld, als einen heiligen Ort zu respektieren und die folgenden Dinge zu beachten:

- *Fotos und Video-Aufnahmen sind nicht erlaubt. Das bedeutet während der Kriyas, den Pausen und während des Warm-Ups, und beinhaltet „Selfies“, Fotos von der Facilitatorin und Fotos von Teilnehmern in den Reihen. Fotos außerhalb des Raumes sind erlaubt.*
- *Mobil-Telefone müssen ausgeschaltet sein. Falls du ein Arzt bist oder einen dringenden Notfall-Anruf erwartest, kannst du dein Telefon in den Pausen überprüfen. Vibrierende Telefone stören andere bei Ihrer Meditation.*
- *Bitte verzichte auf jegliche Form von Aromatherapie, da viele Teilnehmer allergisch reagieren könnten.*

Die Facilitatorin ist immer ansprechbar für Gespräche oder Fragen.

Die folgenden Mantras und Lieder kommen an dem 15. Oktober in Frankfurt beim Weißen Tantra Yoga in dem Video vor. Bitte mache dich so früh wie möglich mit ihnen vertraut; es wird dir einen besseren Fokus während der Meditationen erlauben. Die Mantras welche laut gechantet oder gesungen werden, sind mit einem “*” angezeigt.

SAT NAM WAHE GURU (Lata Mangeshkar)

Gottes Name ist Wahrheit, dessen Identität die unbeschreibliche Ekstase des Bewusstsein ist.

***ARDAS BHAE AMAR DAS GURU**

ARDAS BHAE AMAR DAS GURU
AMAR DAS GURU ARDAS BHAE
RAM DAS GURU RAM DAS GURU
RAM DAS GURU SACHEE SAHEE

(Invincible Music, Liv Singh)

Dieses Gebet wurde an Guru Amar Das gerichtet.

Guru Ram Das ist die wahrhaftige Garantie.

Das Gebet wurde erhört.

***ANG SANG WAHE GURU** (Nirinjan Kaur)

Die dynamische, lebende lebendige Ekstase des Universums tanzt in jeder meiner Zellen.