

Мантры для начала практики:

1. иницирующая

О(нг) намо гуру дэв намо

Я настраиваюсь на творческую
энергию Вселенной и открываюсь
сияющей мудрости, ведущей меня
от тьмы к свету

2. Защитная

Ад гурей наме

*Я открываюсь изначальной
мудрости,*

Джугат гурей наме

*Я открываюсь вечной
мудрости,*

Сат гурей наме

*Я открываюсь истинной
мудрости,*

Сири гуру дэвей наме

*Я открываюсь великой
сияющей мудрости*

3. Заключительная

Сат Нам

Истина – это наша суть. Мое имя истина.

Я настоящий