



asociación de profesores  
**Kundalini Yoga**

### **Texto Original recibido desde The Yogi Bhajan Library of Teaching**

Original en inglés, traducido en servicio para APKY Chile por Deep Prakash Kaur

Bienvenidos al Día 6! Estamos a más de la mitad de estos once días de recaudar fondos y crear conciencia sobre La Biblioteca de Enseñanzas de Yogi Bhajan. Seguimos profundizando en el Sadhana Acuariano. Yogi Bhajan dijo que mientras más temprano en la mañana hacemos yoga y meditamos más nos conectamos con el reino de los ángeles. Él dijo: "No somos la misma persona que se fue a dormir hace pocas horas. Las células del cuerpo se han renovado a sí mismas, y en el profundo sueño de la meditación nocturna, nos hemos perdonado a nosotros mismos de todos los errores del día anterior. Estamos frescos. Dejar reposar la mente individual en la neutralidad de la Mente Infinita. "Aquarian Teacher Training Level One Textbook in Kundalini Yoga as taught by Yogi Bhajan® Pg 148

#### **Sadhana nos trae a la realidad**

El Sadhana acuariano nos da muchos regalos. Con el tiempo, ganamos una "aptitud espiritual" que nos ayuda a superar la negatividad, la dualidad, y la depresión. Aprendemos a cultivar nuestra intuición y la mente meditativa con el fin de absorber los estímulos de nuestro entorno con sabiduría y ecuanimidad.

"La vida que no está sintonizada no será feliz y un hombre que no está sintonizado no puede tener un éxito de excelencia y el proceso de sintonizar con la excelencia y el éxito es la intuición que se desarrolla a través de Sadhana". Yogi Bhajan, August 25, 1991

Sadhana te cambia y te permite llevar el infinito en nuestro día a día, ayudando a afrontar la realidad con la claridad mental.

"Todos vivimos en sueño y luego equivocamos nuestra vida en el sueño de la noche. Así soñar, soñar, soñar en algún momento tenemos que salir del sueño y esto es donde tenemos que llegar a la realidad. Eso es lo que hace Sadhana.

Sadhana nos acerca a la realidad, nos hace vivirla, nos hace que enfrentarla".  
Yogi Bhajan, March 15, 1983

Read, watch or listen to the original lecture (Leer, ver o escuchar la conferencia original) del 1983 y oír el contexto en torno a esta enseñanza.

Como un regalo encontrarás un enlace para descarga gratuita del mantra Sat Siree, Siri Akaal por el Chardi Kala Jatha. [This free download link](#) sólo estará disponible durante 48 horas - así que no te lo pierdas! (Y atento a nuestra próxima descarga viene el 17 de diciembre). Este es el mantra de un guerrero que crea una actitud de valentía y construye nuestra fuerza para moverse sin miedo durante todo el día.

### **Sat Siree, Siri Akaal**

Este es el cuarto mantra de la Aquarian Sadhana, Yogi Bhajan lo ha llamado el Mantra Mantra para la Era de Acuario.

Sat Siree ~ Gran Verdad  
Siree Akaal ~ Respetado Eterno  
Siree Akaal ~ Respetado Eterno  
Mahaa Akaal ~ Gran Inmortal  
Mahaa Akaal ~ Gran Inmortal  
Sat Naam ~ Verdad Identificado (Nombrado)  
Akaal Moorat ~ Inmortal Imagen de Dios  
Wah-hay-Guroo ~ Mas allá de la descripción es su sabiduría

El Chardi Kala Jatha consta de varios músicos como Jugat Guru Singh Khalsa, Sada Sat Simran Singh Khalsa, Hari Mander Jot Singh Khalsa, y otros de vez en cuando. Cantan clásica Gurbani Kirtan en raag tradicional Gurdwaras todo el mundo. Se sienten bendecidos por haber participado en muchas ocasiones especiales en el Templo de Oro, Siri Harimandir Sahib en Amritsar.

### **Inclúyenos en tu acción de gracias de Fin de Año**

El trabajo no ha terminado, aún! El foco de La Biblioteca de Enseñanzas de Yogi Bhajan continúa al centro en el archivo, digitalización, transcripción y edición de miles de conferencias, kriyas y sets de yoga. La Biblioteca de Enseñanzas de Yogi Bhajan es financiada por donaciones de la comunidad mundial de estudiantes, profesores y profesionales. Los donantes como tu han construido este recurso de base de datos en los últimos 15 años y esperamos sinceramente que seas capaz de donar de nuevo este año.

Al final del año, muchas personas hacen contribuciones caritativas como una forma de reducir su carga fiscal para el año. Lo que es una excelente manera de hacer del mundo un lugar mejor pagando menos impuestos! La Biblioteca de Enseñanzas de Yogi Bhajan es una organización caritativa calificada, elegible para recibir tu donación deducible de impuestos. Por favor consideranos como parte de tu planificación fiscal de fin de año.

La Biblioteca de Enseñanzas de Yogi Bhajan ha dado pasos importantes hacia adelante debido a la generosidad de las contribuciones más allá de fin de año de nuestros donantes. Nuestro objetivo es hacer de este recurso disponible, de forma gratuita, a todos en el planeta. Por incluirnos en tus donaciones a fin de año, se convierte en parte de mantener este objetivo a nuestro alcance. Sinceramente, damos las gracias por tu generosidad y tu amabilidad!

En servicio,

El Yogi Bhajan Biblioteca de Enseñanzas ™  
Kundalini Research Institute  
Email: [Donations@kriteachings.org](mailto:Donations@kriteachings.org)  
[The Yogi Bhajan Library of Teachings ™ on Facebook](#)  
[www.libraryofteachings.org](http://www.libraryofteachings.org)

## **TEXTO ORIGINAL EN INGLES**

*Welcome to Day 6! We are more than half way through these eleven days of raising funds and awareness for The Yogi Bhajan Library of Teachings®. We continue to delve deeper in to the Aquarian Sadhana. Yogi Bhajan said that rising in the early morning to do yoga and meditate puts us in the realm of the angels. He said: "We are not the same person who went to bed a few hours before. The body's cells have renewed themselves, and in the deep slumber of nocturnal meditation, we have forgiven ourselves for all the errors made the day before. We are fresh. Let the individual mind rest in the neutrality of the Infinite Mind." Aquarian Teacher Training Level One Textbook in Kundalini Yoga as taught by Yogi Bhajan® Pg 148*

### **Sadhana Brings Us To Reality**

Aquarian [Sadhana](#) gives us many gifts. Over time, we gain a "spiritual fitness" that helps us overcome negativity, duality, and depression. We learn to cultivate our intuition and meditative mind in order to absorb the stimuli of our environment with wisdom and equanimity.

*"Life which is not tuned shall not be happy and if a man who is not tuned cannot have an excellence success and the process to tune into excellent and success is the intuition which you develop through Sadhana". [Yogi Bhajan, August 25, 1991](#)*

*Sadhana changes you and allows you to bring the Infinite into our everyday life by helping us face reality with mental clarity.*

"We all live in daydream and then we mess up our life in night dream. So dream, dream, dream somewhere along the line we have to come out of the dream and that is where we have to come to reality. That's what Sadhana does. Sadhana brings us to reality, makes us to live it, makes us to face it." *Yogi Bhajan, March 15, 1983*

*Read, watch or listen to the original lecture from 1983 and hear the context around this teaching.*

As a gift you will find a link for a free download for the mantra Sat Siree, Siri Akaal by the Chardi Kala Jatha. [This free download link](#) will only be available for 48 hours - so don't miss out! (And watch for our next download coming on December 17th). This is a warrior's mantra that creates an attitude of fearlessness and builds our strength to move without fear throughout the day.

### **Sat Siree, Siri Akaal**

This is the fourth mantra of the Aquarian Sadhana, Yogi Bhajan has called this Mantra the Mantra for the Aquarian Age.

Sat Siree ~ Great Truth

Siree Akaal ~ Respected Undying

Siree Akaal ~ Respected Undying

Mahaa Akaal ~ Great Deathless

Mahaa Akaal ~ Great Deathless

Sat Naam ~ Truth Identified (Named)

Akaal Moorat ~ Deathless Image of God

Wah-hay-Guroo ~ Great beyond description is His wisdom

The Chardi Kala Jatha consists of multiple musicians including Jugat Guru Singh Khalsa, Sada Sat Simran Singh Khalsa, Hari Mander Jot Singh Khalsa, and others from time to time. They sing classical Gurbani Kirtan in traditional raag in Gurdwaras around the world. They feel blessed to have played on many special occasions at the Golden Temple, Siri Harimandir Sahib in Amritsar.

## **Include Us in Your Year End Giving**

The work is not done, yet! The focus of The Yogi Bhajan Library of Teachings® continues to center on archiving, digitizing, transcribing and editing thousands of lectures, kriyas and yoga sets. The Yogi Bhajan Library of Teachings® is funded by donations from the global community of students, teachers, and practitioners. Donors like you have built this database resource over the past 15 years and we sincerely hope you will be able to donate again this year.

At the end of the year, many people make charitable contributions as a way to reduce their tax burden for the year. What an excellent way to make the world a better place while paying less tax! The Yogi Bhajan Library of Teachings® is a qualified charitable organization, eligible to receive your tax-deductible donation. Please consider us as part of your year-end tax planning.

*The Yogi Bhajan Library of Teachings® has made significant leaps forward due to the past generosity of our donor's year-end contributions. Our goal is to make this resource available, for free, to everyone on the planet. By including us in your year-end giving, you become part of keeping this goal within reach. We sincerely thank you for your generosity and your kindness!*

In Service,

The Yogi Bhajan Library of Teachings™

Kundalini Research Institute

Email: [Donations@kriteachings.org](mailto:Donations@kriteachings.org)

[The Yogi Bhajan Library of Teachings™ on Facebook](#)

[www.libraryofteachings.org](http://www.libraryofteachings.org)