

Forgiveness Prayer



As Guided by Grand Master Choa Kok Sui



“Forgiveness is Therapeutic.
Forgiving Heals the Soul.”

— Master Choa Kok Sui





How to Practice?



Repeat this prayer **7 times** in one sitting for deeper cleansing and release.



For long-standing resentments, practice this prayer for the individual daily for **21 days** — or continue for as long as needed until peace is restored within.

“

Forgiveness is not a matter of who is right or wrong. It is a matter of doing the right thing. Just because you forgive somebody does not mean that you have to allow the person to beat you up.



Forgive & Keep Your Distance.

-Master Choa Kok Sui



Giving Forgiveness

Visualize the person in front of you.

Atma Namaste

I salute the divinity within you.

We are all children of God.

Children of the Supreme Being.

We all mistakes.

I forgive you for your mistakes.

I forgive you for the hurt and pain you have
given me.

You are forgiven, and the matter is forgotten.

May the Supreme God bless you with divine
forgiveness.

May the Supreme God neutralize your
negative karma.

May peace be with you, and with me.

| ॐ Shanti Shanti Shanti ॐ |

Seeking Forgiveness

Visualize the person in front of you.

Atma Namaste

I salute the divinity within you.

We are all children of God.

Children of the Supreme Being.

We all mistakes.

I seek forgiveness from you for my mistakes.
Please forgive me for the hurt and pain I have
given you.

I am very very sorry.

May the Supreme God bless me with divine
forgiveness.

May the Supreme God neutralize my negative
karma.

May peace be with you, and with me.

| ॐ Shanti Shanti Shanti ॐ |

क्षमा- दान प्रार्थना

व्यक्ति को अपने सामने चित्रित करें

आत्मा नमस्ते।

आपकी अन्दरूनी विव्यता को मैं नमन करता हूँ।

हम सब परमात्मा की सन्तान है।

सर्वोच्च सत्ता की संतान होने के बावजूद हम सब गलतियों करते हैं।

आपकी गलतियों के लिए मैं आपको क्षमा करता हूँ।

आपके कारण मुझे हुए दुःख व दर्द के लिए,

मैं आपको क्षमा करता हूँ।

आपको क्षमा कर दिया गया है तथा विषय को भूला दिया गया है।

परमात्मा आपको क्षमा कर दें।

परमात्मा कृपया आप के नकारात्मक कर्म को अप्रभावी कर दें।

मुझे तथा आपको शांति मिले।

| ॐ शांति शांति शांति ॐ |

क्षमा याचना प्रार्थना

व्यक्ति को अपने सामने चित्रित करें

आत्मा नमस्ते।

आपकी अन्दरुनी दिव्यता को मैं नमन करता हूँ।

हम सब परमात्मा की सन्तान है।

सर्वोच्च सत्ता की सन्तान होने के बावजूद हम सब गलतियाँ करते हैं।

वास्तव में मैं अपनी गलतियों के लिए आपसे क्षमा माँगता हूँ।

मेरे द्वारा आपको हुए दुःख दर्द के लिए मैं सचमुच दुःखी हूँ।

कृपया मुझे क्षमा कर दें तथा विषय को भूला दें।

परमात्मा कृपा कर मुझे अपनी दिव्यक्षमा का आशीर्वाद दें।

परमात्मा कृपया मेरे नकारात्मक कर्म को अप्रभावी कर दें

मुझे तथा आपको शांति मिले।

| ॐ शांति शांति शांति ॐ |



Forgiveness is a gift you give
yourself and your soul.

May this practice bring you
lightness, peace, and freedom
with every repetition.

May you be at peace.

Thank you.

-Arnaab Bhattacharjee