

Sanskrit & Mantra

Mantra:

Die vier Ebenen der Sprache (Vak):

1. Vaikhari
2. Madhyama
3. Pashyanti
4. Para

Verschiedene Formen von Mantras:

- Bija Mantras z.B. *Om, Hrim, Shrim*
- Namen Mantras z.B. *Om namah shivaya*
- Stotras und Chants z.b. Durga Stotram, Hanuman Chalisa
- Gebete (Prarthana)

Gayatri Mantra

ॐ भूर्भुवः स्वः
तत्सवितुर्वरेण्यं
भर्गो देवस्य धीमहि
धियो योनः प्रचोदयात्

Om bhūr bhuvah svaḥ
Tat savitur vareṇyaṃ
bhargo devasya dhīmahi
dhiyo yo naḥ pracodayāt

Om, wir meditieren über den Glanz des verehrungswürdigen Göttlichen,
den Ugrund der drei Welten, Erde, Luftraum und himmlische Regionen.
Möge das Höchste uns erleuchten, auf dass wir die höchste Wahrheit erkennen

Asato Ma Mantra

असतो मा सद्गमय
तमसो मा ज्योतिर्गमय
मृत्योर्मा अमृतं गमय

asato mā sad gamaya,
tamaso mā jyotir gamaya,
mṛtyor māmṛtaṃ gamaya

Lead me from ignorance to truth
Lead me from darkness to light,
Lead me from death to immortality

Maha Mrityunjaya Mantra

ॐ त्र्यम्बकं यजामहे
सुगन्धिं पुष्टिवर्धनं ।
उर्वारुकमिव बन्धनान्
मृत्योर्मुक्षिय माऽमृतात् ॥

oṃ tryambakaṃ yajāmahe sugandhiṃ puṣṭivardhanam
urvārukam iva bandhanān mṛtyor mukṣīya māmṛtāt

OM Wir verehren Tryambaka (den dreiäugigen Gott Rudra/Shiva), den wohlriechenden, der sich um alle Wesen kümmert. Wie ein (reifer) Kürbis (Urvaruka) von seinem Stiel [abfällt], so möchte ich von Bindung (Bandhana) (an die Welt) frei werden, von der Sterblichkeit (Mrityor) zur Unsterblichkeit (Amrita) gelangen.

Purnamadah Mantra

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात् पूर्णमुदच्यते ।
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ॥
ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ॥

Om pūrṇam adah pūrṇam idam pūrṇāt pūrṇam udacyate.
Pūrṇasya pūrṇam ādāya pūrṇam evāvaśiṣyate.
Om. Śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ.

„Jenes ist Fülle, dieses ist Fülle, aus der Fülle kommt die Fülle hervor. Nimmt man von der Fülle die Fülle, bleibt die Fülle übrig.“

Soma Yoga Anrufung:

**Om namah shivaya gurave
Sat-chit-ananda gurave
nishpranchaya shantaya
niralambaya tejase**

Anrufung an Shiva als das Absolute: unkonditioniertes Bewusstsein und Verkörperung von Sein, Wissen und Glückseligkeit. Immer frei und in Frieden, aus sich selbst heraus strahlend.

**Om sarva mangala mangalye
shive sarvatha sadhike
sharanye tryambake gauri
narayani namostute**

Anrufung an die Shakti, die heilige weibliche Kraft der Manifestation, die Energie und Schöpfungskraft des Bewusstseins - sie ist wohlwollend und hat uns das Leben geschenkt – sie ist die Mutter allen Seins, Verehrung der Mutter!

lokah samastah sukhino bhavantu

Mögen alle Wesen glücklich und frei sein.

shanti, shanti, shantih

Frieden, Frieden, Frieden