

Mantras aus dem Kundalini Yoga & ihre Bedeutung

Was ist ein Mantra?

Von seiner Wortwurzel bedeutet Mantra ein Einstimmen des Geistes. (Man = Geist, Tra = Einstimmen). Es ist eine wissenschaftliche Benutzung von Lauten, zusammen mit bestimmten Atemmustern, die in der Lage ist, unser Bewusstsein in gezielter Weise zu beeinflussen und zu erheben. Es ist ein Werkzeug, um das Potenzial unseres Geistes nutzbar zu machen.

Mantra bedeutet Geistprojektion. Es ist eine Technik, um den Geist auszurichten. Es gibt viele Mantras und jedes hat seine eigenen Qualitäten, Rhythmen und Auswirkungen. Der mit dem Mantra verbundene Klang, die Resonanz, und der Rhythmus produzieren einen veränderten Bewusstseinszustand, welcher das Muster des Gedankenflusses einstellt.

ONG NAMO GURU DEV NAMO Ich verbinde mich mit meinem inneren Lehrer / höheren Selbst. Es ist ein Mantra der Bescheidenheit. Es bringt uns in einen Zustand von Neutralität Harmonie und Ausgeglichenheit, die uns mit unserer feinen inneren AD GUREH NAMEH - JUGAD GURE NAMEH - SAT GUREH NAMEH - SIRI DURU DEVE NAMEH Es beseitigt die Wolken des Zweifels und öffnet uns für Schutz und Führung. Es umgibt uns mit einem beschützendem Licht.

SA TA NA MA Beschreibt den Kreislauf des Lebens - Es ist der Rhythmus der Schöpfung. Es stellt den natürlichen Fluß des Lebens wieder her. Es schenkt uns emotionale Balance und reinigt die Aura.

SAT NAM Ich bin Wahrheit. Wahrheit ist meine Identität.

AAP SAHAI HOA SACHE DA SACHA DHOA HAR HAR HAR Es hilft uns Negativität in uns und unserer Umgebung aufzulösen. Es schenkt uns Schutz und hilft uns finanziellen Druck zu überwinden.

ANG SANG WAHE GURU Entwickelt eine Wertschätzung für unseren Körper. Führt uns in einen Zustand der Freude und Begeisterung. Es öffnet uns die Macht der Liebe zu geben und zu nehmen. Beruhigt den Geist und negative Gedanken.

BOUNTIFUL, BLISSFUL AND BEAUTIFUL Ich bin selig, vollkommen und schön. Das Mantra schenkt Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen und einen freien Fluß des Spirits.

Chattra Chakra Vartee, Chattra Chakra Bhugatay, Suyambhav Subhang Sarab Daa Saraab Jugatay. Dukaalan Pranasee, Dhaalang Saroopay, Sadaa Ang Sangay, Abhangang Bibhutaay Entfernt Ängste und Depressionen und Phobien. Es verankert Mut und Furchtlosigkeit in jeder Zelle unseres Körpers.

Gobinde Mukande, Udare, Apare, Hariang, Kariang, Nirname, Akame Es öffnet uns für Mitgefühl und Geduld, reinigt unsere Aura und löst karmische Blockaden auf.

GURU GURU WAHE GURU GURU RAM DAS GURU Mantra der Demut und Entspannung, Selbstheilung und emotionaler Entlastung. In Notfällen können Wunder geschehen. Es heilt Schmerzen im Herzen.

EK ONG KAR – SAT GUR PRASAD – SAT GUR PRASAD – EK ONG KAR Es erhebt dein Selbst und ist das heiligste Mantra. Das Mantra schenkt immense Intuition. Es macht deinen Geist so stark, dass du alle Hindernisse überwinden kannst.

MAY THE LONG TIME SUN SHINE UPON YOU – ALL LOVE SURROUND YOU AND THE PURE LIGHT WITHIN YOU GUIDE YOUR WAY ON Lass die Seelen-Sonne auf dich scheinen. Liebe dich heilen und dein reines Licht im Einen zeigt dir den Weg.

Ik Ong Kaar, Sat Naam, Kartaa Purkh, Nirbhau, Nirvair, Akaal Murt, Ajuni Saibhang,

Gur Prasaad Jap Aad Such Jugaad Such Hai Bhi Such Naanak Hosi Bhi Such Mit dem Mantra transformieren wir unser Schicksal und gestalten unsere Bestimmung, so dass wir unsere Persönlichkeit dafür öffnen erfolgreich und wohlhabend zu sein. Wie ein Kompass orientiert es uns in Gottes Richtung.

PAVAN PAVAN PAVAN PAVAN, PAR PARA, PAVAN GURU, PAVAN GURU, WAHE GURU, WAHE GURU, PAVAN GURU Das Individuum wird über den Atem mit dem Universum verbunden. Das Mantra erhöht den Zustrom von Lebensenergie (Prana) und schenkt uns die Erfahrung, dass diese Kraft in uns ist.

RA MA DA SA – SA SE SO HONG HEILMANTRA: Es entwickelt die Fähigkeit, sich selbst und andere zu heilen. Es verbessert unsere Gesundheit.

Sat Siri Siri Akal, Siri Akal, Maha Akal, Maha Akal, Sat Nam, Akal Moorat, Waheguru Dieses Mantra hilft die Angst vor dem Tod zu überwinden.

Wah Yanti, Kar Yanti, Jag Tud Patie, Adik it Wah, Brahmadeh Trescha Guru, It Wahe Guru Dieses Mantra lässt das schöpferische Potenzial einer Persönlichkeit erblühen in Übereinstimmung mit der Bestimmung der eigenen Seele und dem eigenen Lebensweg.

Du findest viele verschiedene Versionen der Mantras bei Spotify, I tunes & kostenlos bei Youtube. Wenn du die Mantras hörst, haben sie schon eine starke Wirkung, sobald du sie singst und mit dem Mantra eins wirst haben sie eine noch stärkere Kraft zu wirken.