



Om

der Urton, aus dem alles entsteht

**Bhur**

die Grobstoffliche Welt

**Tat**

Das wahre Sein

**Bhargo**

der Glanz

**Dhiyo**

Möge das Göttliche Licht unseren höheren Geist (Intelligenz, Intuition) erleuchten!

**Bhuvah**

die Feinstoffliche Welt

**Savitur**

das Göttliche Licht

**Devasya**

des Göttlichen

**Yo Nah**

**Svaha**

die Kausalwelt

**Varenyam**

das Verehrungswürdige

**Dhimahi**

Meditation

**Prachodayaat**

**Erde, Himmel und All, wir meditieren über diese und das unbeschreibliche Licht und den Glanz der Sonne!**

**Möge sie unsere Gedanken leiten!**

Die **Gayatri** heißt Gayatri, weil sie den rettet, der sie singt. Sie wendet sich an die höchste Intelligenz, die Quelle allen Lichts, mit der Bitte um Erleuchtung.

Die 5 Gesichter (Panca-Mukhi) sind 5 Aspekte des Göttlichen. Sie sind in Form der 5 Elemente, in den 5 Lebenskräften, den 5 Hüllen, den 5 Äußerer- und den 5 Inneren Sinnen in uns anwesend.

**Gayatri** ist überall. Sie ist immer in dir. Das, was du wirklich bist, das ist **Gayatri**. Sie gibt dir Segen, je mehr Sie dir bewusst wird, und je öfter du Sie wiederholst.



OM OM OM

**Samastah Lokah**

Mögen alle Welten

**Sukhino Bhavantu**

in Wohlstand und Freude leben

OM

**Shanti, Shanti, Shantii**

Friede, Friede, Friede!

**Mögen alle Welten in Wohlstand und Freude leben!**

**Samastah Lokah** ist die zentrale Aussage der "Sutra von der Güte" zugleich ein indisches Gebet für den Weltfrieden, welches hilft, in allen Lebenssituationen friedvolle Güte zu zeigen. Dieses Gebet wird meist zum Abschluß spiritueller Treffen gesungen.

## OM Tryambakam

Om tryambakam yajamahe  
sugandhim pushtivardhanam  
urvaarukamiva bandhanan  
mrityor mukshiya maamritat

ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् । उर्वारुकमिव बन्धनान् मृत्योर्मुक्षीय मामृतात् ॥

Die Bedeutung der vier Teilverse des OM Tryambakam (Maha Mrityunjaya Mantras), es wird rezitiert für verschiedene Zwecke:

1. Öffnen für eine Höhere Wirklichkeit
2. Heilung von Krankheiten, Vorbeugung von Unfällen, Segen vor Reisen, insbesondere vor Autofahrten
3. Loslassen und spirituelle Reifung: Man rezitiert das Mantra auch für Verstorbene, sodass der Verstorbene die irdischen Verhaftungen loslassen kann und sich öffnet für den Übergang in die Höheren Welten. Und mögen die Verwandten den Verstorbenen loslassen können - dankbar sein für das was ihnen geschenkt wurde und loslassen können, worüber sie traurig sind
4. Erreichen der höchsten Befreiung - Bitte um Erleuchtung

Es wird auch gerne am Geburtstag wiederholt. Dabei sind alle vier Zwecke mit eingeschlossen.

Die 4 Hauptwirkungen ergeben sich aus den 4 Teilversen:

1. *Om Tryambakam Yajamahe*: Wir verehren den Dreiäugigen: Das steht dafür, dass wir uns öffnen wollen für eine höhere Wirklichkeit. Wir bitten darum, die Tiefen unseres Herzens zu spüren, bzw. selbst unser drittes Auge zu öffnen. Wir machen uns bewusst: Es gibt eine höhere Wirklichkeit. Wir wollen sie erfahren. Und wir verneigen uns in Demut: Wir erkennen an, dass es die höhere Wirklichkeit gibt - die wir allerdings noch nicht erfahren.
2. *Sugandhim Pushtivardhanam*: Der wohlriechend ist und sich um alle Wesen kümmert: Dieser Teilvers verkörpert besonders die Heilwirkung des Mantras
3. *Urvarukamiva Bandhanan*: Befreiung von den Bindungen und Verhaftungen: Dieser Teilvers ist besonders für das Loslassen - dieser Teilvers ist besonders wichtig, wenn man das Mantra für Verstorbene und ihre Hinterbliebene rezitiert
4. *Mrityor Mukshiya Mamritat*: Befreie uns von der Sterblichkeit und führe uns zur Unsterblichkeit: Das ist die Bitte um die höchste Befreiung.