**SA RE SA SA**

**SA RE SA SA**

**SA RE SA SA**

**SA RANG**

**HARRE RE HARRE HARRE**

**HARRE RE HARRE HARRE**

**HARRE RE HARRE HARRE**

**HARRE RANG**

🕉

RADHE RADHE RADHE GOVINDA

RADHE RADHE RADHE GOPALA

🕉

**GATE GATE PARAGATE**

**SAMGATE BODHI SWAAHA**

🕉

OM HUM HANUMATE VIJAYAM

🕉

**NARASIMHA**

**TA VA DA SO HUM**

🕉

YA DEVI SARVA BHUTESHU

BUDDHIRUPENA SAMSTHITA

NAMASTASYEI NAMASTASYEI

NAMASTASYEI NAMO NAMAHA

🕉

**EARTH MY BODY**

**WATER MY BLOOD**

**AIR MY BREATH**

**AND FIRE MY SPIRIT**

🕉

OM SHANTI OM

**Dit is de basis van alle mantra’s.**

**Wordt ook wel de Antar Naad Mantra genoemd omdat het de chakra’s opent**

**waardoor je de intentie van de mantra’s die erna gezongen worden volledig kan ervaren.**

**Deze mantra helpt je de wijsheid van het verleden, heden en toekomst te doorgronden.**

**Het brengt je voorspoed en vrede.**

**De mantra helpt je om negativiteit vanuit jezelf weg te nemen**

**zodat belemmeringen verdwijnen, waardoor je creatieve energie kan ontwaken,**

**wat helpt om een hoger bewustzijn te bereiken.**

🕉

Radhe is de geliefde van Govinda, zij zijn het symbool van eeuwige liefde.

Zoals de zon en zonneschijn, zijn Govinda en Radhe één.

Door het zingen van deze mantra worden we ons bewust van de liefde in onszelf.

🕉

**De boodschap van deze mantra is dat oneindigheid hier en nu is en dat alles en iedereen met elkaar verbonden is. Leegte is alomvattend. Dit is de grote bevrijding, omdat de denkbeelden waarin we leven ons gevangen houden in onze zelf geschapen illusies.**

**Wanneer we onszelf kunnen ontdoen van onze eigen belemmerende denkbeelden,**

**kunnen we leven in de zuivere dimensie van leegte, volledig vrij en voorbij beperking.**

🕉

Deze mantra verbindt onze lichamelijke activiteiten met de levenskracht van het universum.

Gebruik de mantra om je bewuster te worden van de levenskracht die we met elke ademhaling binnenhalen.

Door het herhalen van deze mantra voor lichamelijke activiteit, verbind ik me bewust met mijn ademhaling,

waarbij ik elke ademhaling toesta om met te vullen met de universele levenskracht.

🕉

**Een krachtige mantra voor bescherming tegen negatieve invloeden.**

**Deze mantra is op een zachte, vriendelijke melodie gezet.**

**Dat herinnert ons eraan dat bescherming niet perse hard of ruw hoeft te zijn.**

**Het kan ook zijn als de kracht van een roos.**

🕉

Deze mantra roept de Godin van de Wijsheid aan.

Als je je onzeker en bezorgd voelt en je zingt deze mantra,

dan voel je je weer vol vertrouwen.

🕉

**Met deze mantra zingen we over de verbinding**

**tussen ons lichaam en de elementen van het leven.**

**Als je je tijdens het zingen van deze mantra concentreert op de elementen**

**aarde, water, lucht en vuur, dan zul je uit al die bronnen energie ontvangen en sterk blijven.**

🕉

Voor individuele en universele vrede;

om elke spirituele activiteit te voltooien.