



AAD GURAY NAMEH
JUGAAD GURAY NAMEH
SAT GURAY NAMEH
SIRI GURU DEVAY NAMEH

*Ik buig voor de oorspronkelijke Wijsheid
Ik buig voor de Wijsheid die door alle tijden heen standhoudt
Ik buig voor de Ware Wijsheid
Ik buig voor de Opperste niet waarneembare Wijsheid*

Deze mantra omringt je met beschermend licht. Door het zingen van deze mantra breng je jezelf in balans en bouw je wijsheid en bescherming op. Het geeft je kracht en zelfvertrouwen.



HUM DHUM HAR HAR
HAR HAR HUM DHUM

*Hum = De creatieve essentie in onszelf.
Dhum = Prana, de vitale levensenergie.
Har = De creatieve kracht van het universum.*

*Met deze mantra eren we de verbinding tussen de binnen- en buitenwereld.
Het helpt ons het hartchakra te openen
en een liefdevolle vorm van communicatie te creëren.*



TEYATA OM BEKANZE BEKANZE
MAHA BEKANZE
RADZA SAMUT GATE SOHA

*Een krachtige helende mantra uit Tibet, opgedragen aan de Medicine Buddha.
Hij brengt, vanuit zijn eindeloze compassie, alle wezens verlichting van de vele vormen van lijden. Zoals heling op fysiek niveau, maar ook van de 3 vergiften van de geest: hebzucht, haat en onwetendheid. En van de illusie van dualiteit.
Want wij zijn allen een.*





GURU GURU WAHE GURU
GURU RAM DAS GURU
RA MA DA SA - SA SAY SO HUNG



Mantra voor compassie en heling. Deze mantra staat rechtstreeks in verband met de helende en beschermende energie van Guru Ram Das. Het is een mooie manier om heling te sturen naar anderen. In deze tijd is het zo belangrijk dat we ons hart activeren en een beroep doen op onze helende energie, onze ware kracht die van nature in allen van ons aanwezig is om onszelf en anderen te helen.



IDE WERE WERE NITA OCHUN
IDE WERE WERE
IDE WERE WERE NITA OCHUN
IDE WERE WERE NITA YA
OCHA KINIBA NITA OCHUN
CHEKE CHEKE CHEKE
NITA YA
IDE WERE WERE

Lied van de Yoruba people van Nigeria, opgedragen aan Ochun, de godin van Liefde en Geluk, ze woont in rivieren, meren en watervallen.



OM DUM DURGAYAI NAMAHA

Durga vertegenwoordigt het moederlijke aspect, zij biedt bescherming en belet onheil.



OM BHUR BHUVA SVAHA
TAT SAVITUR VARENYAM
BHARGO DEVASYA DHIMAHI
DHIYO YO NAHA PRACHODAYAT

*De Gayatri is een universeel gebed dat niet vraagt om barmhartigheid of vergeving, maar dat vraagt om een helder verstand, zodat de werkelijkheid zonder vervorming hierin weerspiegeld kan worden.
Het is een mantra voor vrede en wijsheid voor iedereen.*

