



LOKAHa SAMASTA
SUKHINO BHAVANTU
OM SHANTI SHANTI SHANTI



*Mogen alle wezens gelukkig zijn.
Moge al mijn gedachten, woorden en acties
op enige manier bijdragen aan het geluk van alle wezens.*



GATE GATE PARAGATE
PARASAMGATE
BODHI SWAAHA

*Gate Gate is een mantra voor verlichting en vrede.
Deze mantra laat ons voelen dat alles en iedereen met elkaar verbonden is.*

*De denkbeelden waarin we leven houden ons gevangen 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.*



OM HUM HANUMATE VIJAYAM 108x

*Deze mantra verbindt onze lichamelijke activiteiten met de universele levenskracht (Prana).
Deze mantra helpt je om je bewuster te worden van deze levenskracht die we met elke
ademhaling binnenhalen. Adem is de brug tussen lichaam en geest en als we bewust ademen,
verdwijnt de grens daartussen.*



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 DHIMAH
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 zingen van de Gayatri Mantra beïnvloedt het fysieke lichaam,
zuivert het emotionele lichaam en brengt je bij je hartsgevoel.
Het is een mantra voor vrede en wijsheid voor iedereen.*

