



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.*



OM DRUM SOHA  
OM AMRITA  
AYURDATE SOHA  
OM

*Dit is een helende mantra voor een lang en gezond leven.  
Deze mantra geeft ook ondersteuning bij het overwinnen van obstakels in het leven.*



NARASIMHA  
TA VA DA SO HUM

*Een krachtige mantra voor bescherming tegen negatieve invloeden.  
Bescherming niet perse hard of ruw hoeft te zijn, het kan ook zijn als de kracht van een roos.*



SHREE KRISHNA SHARANAM MAMA  
HARI OM

*Het zingen van deze mantra is een vraag aan Krishna om jou onder zijn hoede te nemen.  
Je geeft je aan hem over, in het volle vertrouwen dat je bij hem veilig bent.  
Door het zingen van Hari Om worden we verbonden met het universeel bewustzijn,  
waardoor verdriet en lijden zal verzachten.*





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.*



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 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.*

