

Mantra Om Gam Ganapatayei

Bei Yogaleicht sind wir während dem Yogazyklus «10 Geschenke für den eigenen Frieden» wieder einmal dem Mantra Om Gam Ganapatayei begegnet. Gerne schreibe ich heute diesen Blogbeitrag dazu, um dir das Mantra und seine Bedeutung noch etwas näher zu bringen.

Ich habe dir das Mantra mit dem 2. Geschenk dem Neubeginn mitgebracht. Denn dieses Mantra segnet eben alles was wir neu beginnen. Es ist eine Ehrerbietung an den Herrn aller Kräfte, dem Göttlichen in seiner Manifestation von Ganesha.

Ganesha, mit seinem Elefantenkopf ist eine der wohl populärsten Gottheiten vom Hinduismus. Er hilft uns jegliche Hindernisse zu beseitigen. Er macht uns den Weg frei und beschützt uns auf inneren und äusseren Reisen.

Dieses Mantra eignet sich wunderbar auch zur Meditation und es ist ein ideales Japa Mantra. Damit gemeint ist, dass es sich wunderbar anbietet zur Rezitation. Japa heisst übersetzt im Sanskrit flüstern oder murmeln. Das Mantra wird laut, leise oder auch rein gedanklich wiederholt und zwar mit der Mala 108 x.

Durch die längere Rezitation dieses Mantras entsteht ganz automatisch ein wunderbarer Dankbarkeits-Moment. Ich empfehle es dir von ganzem Herzen, dies einfach mal auszuprobieren.

Das Mantra wird im Buch von Deva Premal und Miten, ganz einfach übersetzt:

Om Gam(Gum) Ganapataye(i) Namaha

Om und Ehrerbietung an Ganesha, den Beseitiger aller Hindernisse.

Bei Yogaleicht haben wir bei der Schlussentspannung die gesungene Version von Deva Premal und Miten von ihrer Mantra-CD aus dem Buch Mantra, unsere Botschaft der Liebe, empfangen.

Viel Freude beim Hören oder rezitieren des Om Gam Ganapatayei Namaha.

Namasté, Corinne