

*Heilkraft Mantra*  
*3\* Yogaserie.*

2. Shiva (Transformation)

# Om Namah Shivaya



ॐ नमः शिवाय



# om namah śivāya

Mahamantra («Grosses Mantra»)

## Om Namah Shivaya

### Spirituelle Übersetzung

Om Ehrerbietung dem Göttlichen in seiner Manifestation als Shiva, dem Glücksverheissenden.

### Bedeutung und Herkunft

„Om Namah Shivaya“ ist das sog. Panchakshara Mantra von Shiva (Sanskrit: पञ्चाक्षर pañcākṣara mantra, d.h. das grosse 5-silbige Mantra; "Pancha" heißt fünf, "Akshara" heißt Silbe); die 5 Silben sind Na, Mah, Shi, Va, Ya (das Om wird noch vorne drangestellt); 5 Silben, 5 Elemente, 5 Sinne, 5 Pranas, 5 Koshas, 5 Agni usw. so vieles mehr. Dieses Mantra transformiert alles auf allen fünf Ebenen.

Es ist ein sog. Dhyana Moksha Mantra, ein Mantra für die Meditation, ein Mantra, das zur Befreiung führt. Es hilft insbesondere auch um alles loszulassen was losgelassen werden möchte.

### Wort-für-Wort-Übersetzung

**om** heilige Silbe, unendlicher Klang

**namas** Verneigung, Verehrung, Ehrerbietung

**śiva, shivaya** glücksverheissend, Name eines der Hauptgötter des Hinduismus, Shiva

*Om Namah Shivaya Gurave*

Om Namah Shivaya Gurave  
Saccidananda Murtaye  
Nishprapanchaya Shantaya  
Niralambaya Tejase

«Ich verneige mich vor dem Licht, dem Guten in mir,  
dem Wahren Lehrer.

Diese innere Essenz ist Wahrheit, Bewusstsein und Glück zugleich.  
Immer da und erfüllt von Frieden.

Ist von Natur aus frei und strahlt in einem überirdischen Glanz -  
unfassbar.»