

Meditation mit dem Surya-gayatri-Mantra

Das *Surya-gayatri*, auch als *Adi-gayatri* bekannt, ist eine Anrufung. Es tauchte zuerst im *Rig Veda* auf, einem sehr alten indischen Text. Es wird als das ursprüngliche und wichtigste Mantra unter den *gayatri* Mantras angesehen, die alle unterschiedlichen Gottheiten gewidmet sind.

Dieses Mantra ehrt Surya Devata, der auch als Savitri, der Gott der Sonne, bekannt ist. Als Strahlkraft, die Leben hervorbringt und Licht auf alles Handeln der Welt wirft, steht Savitri für das höchste Licht des Bewusstseins – das Selbst von allem.

Gurumayi hat am 1. Januar im Satsang *Eine wundervolle Überraschung* die Meditation mit dem *Surya-gayatri* als Möglichkeit vorgestellt, ihre Botschaft für das Jahr 2018 – *Satsang* – zu üben. Auf dieser Seite seid ihr eingeladen, euch weiter mit dieser Übung zu beschäftigen.

Ihr hört beim Meditieren das *Surya-gayatri* Mantra, das im *Vibhas raga* rezitiert wird. Dieser *raga* ist freudig und energiegeladen, so wie das erste Vogelgezwitscher des Tages.

Setze dich zur Vorbereitung aufrecht und bequem hin. Atme frei und lass die Muskeln im Nacken weich und lang werden. Erlaube deinem Körper, sich zu öffnen und zu entspannen. Wenn du bereit bist, klicke unten auf die Schaltfläche und meditiere mit dem *Surya-gayatri* Mantra.

[Audio]

Surya-gayatri Mantra

om̐ bhur bhuvah̐ svah̐
tat savitur vareṇyam̐
bhargo devasya dhimahi
dhiyo yo naḥ pracodayat

Om. Oh Erde, Lüfte und Himmel!

Mögen wir in unserem Inneren Raum schaffen
für den Glanz des göttlichen Savitri, des Sonnengottes,
der dann unsere Erkenntnis erwecken wird.

Deutsche Übersetzung nach der englischen Fassung © 2018 SYDA Foundation®.

Alle Rechte vorbehalten.