

# Meditação com o Mantra Surya-gayatri

O *Surya-gayatri*, também conhecido como *Adi-gayatri*, é uma invocação que apareceu pela primeira vez no *Rig Veda*, uma antiga escritura da Índia. É considerado o mantra principal e original entre os mantras *gayatri*, dedicados a diversas deidades.

Este mantra reverencia Surya Devata, também conhecido por Savitri, Senhor do Sol. Como o brilho que traz vida e ilumina todas as atividades do mundo, Savitri representa a luz suprema da Consciência – o Ser de todos.

No Satsang *Uma Doce Surpresa* no dia 1º de janeiro, Gurumayi apresentou a meditação com o *Surya-gayatri* como uma forma de praticar sua Mensagem de 2018 – *Satsang*. Aqui, você está convidado a se engajar mais profundamente nesta prática.

Enquanto medita, você ouvirá o mantra *Surya-gayatri* recitado na *raga Vibhas*. Esta *raga* é alegre e energética, como o canto das primeiras aves da manhã.

Para se preparar, encontre uma postura firme e confortável. Respire livremente, e deixe os músculos da nuca se suavizarem e se alongarem. Permita ao seu corpo se abrir e relaxar. Quando estiver pronto, aperte *play* abaixo para meditar com o mantra *Surya-gayatri*.

[Áudio player]

# Mantra Surya-gayatri

om bhur bhuvah svah  
tat savitur varenyam  
bhargo devasya dhimahi  
dhiyo yo nah pracodayat

*Om. Ó Terra, Céu e Paraíso!*

Que possamos absorver a radiância do divino Savitri, o Deus do Sol,  
Que despertará nossa percepção.

Versão em inglês © 2018 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.