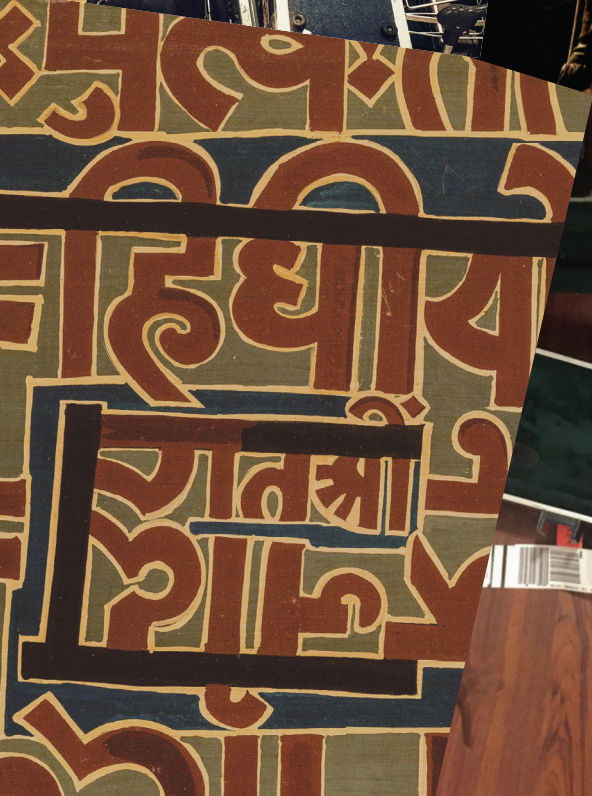


TARTALOM

- 07 NAMASZTÉ! – KÖSZÖNTÜNK!
- 13 DEVA PREMAL – AZ ÉN TÖRTÉNETEM
- 33 MITEN – AZ ÉN TÖRTÉNETEM
- 55 MANTRÁK – ÉLETRE SZÓLÓ BARÁTOK
- 67 A KOZMIKUS IGEN – OM
- 77 ÚJRAKEZDÉS – OM GAM GANAPATAJEI NAMAHA
- 91 MEGVILÁGOSODÁS – A GÁJATRI MANTRA
- 107 EGYSÉG – OM NAMO BHAGAVATÉ VASZUDÉVÁJÁ
- 121 BOLDOGSÁG – LOKHÁ SZÁMÁSZTÁ SZUKHINO BHÁVÁNTU
- 133 GYÓGYULÁS – OM TRAMBAKAM
- 147 EGYÜTTÉRZÉS – OM TÁRE TUTTÁRE TURÉ SZVÁHÁ
- 159 TELJESSÉG – OM PURNAM
- 171 BŐSÉG – OM SHRÍM MAHALAKSMIJEI NAMAHA
- 185 TUDATOSSÁG – OM NAMA SIVAJA
- 199 MANOSE – FÉNYLŐ CSILLAGUNK
- 207 ZENE – ÉLETEM GURUJA
- 215 KÖSZÖNET







Namaszté!
Köszöntünk!



KÖSZÖNTÜNK!
LEGYEN EZ A KÖNYV EGY
MEGHÍVÓ – PILLANTS BE
A VILÁGUNKBA! AZ ELMÚLT
HUSZONHAT ÉVBEN
A MANTRÁK TÁMOGATTAK
ÉS INSPIRÁLTAK MINKET.
NAGY MEGTISZTELTETÉS
SZÁMUNKRA, HOGY E
GYÖNYÖRŰ KÖNYV FORMÁ-
JÁBAN MEGOSZTHATJUK
ŐKET VELED.

Namaszté!

Az évek során azt vettük észre, hogy egyre többen csatlakoztak hozzánk. Először a jógaúdiók több száz meditációvezetője kezdett érdeklődni a mantraéneklés iránt, majd világszerte eljutott a színháztermekbe, a fesztiválokra, és a mantrahívók összegyűltek, hogy belemerüljenek az éneklésbe.

Felemelő ajándék a léleknek, ha részt vehet egy ilyen mágikus, szinte sámánisztikus eseményen. Összejöveteleinken a

résztevők megtapasztalják, hogy a mantrák képesek egyensúlyt teremteni az életünkben, és a XXI. század hétköznapijában elviselhetőbbé válik a ránk nehezedő stressz és nyomás.

A szangánk egy olyan egyetemes közösség, amelyben hívőként megtanuljuk az életünkbe integrálni a mantrákat, magunkhoz öleljük misztikus, gyógyító energiáinkat, és megosztjuk barátainkkal, családajainkkal és a társainkkal.

Moszkvától Madridig, Miamitól Münchenig, Tokiótól Tel-Avivig, San Quentin börtönétől Sydney-ig bárhol állunk is meg utazásunk során, mindenhol ugyanazt a választ kapjuk. Énekes együttléteink az együttérzés és a megbocsátás eseményeivé válnak. A mantrázás során megszülető rezgés hatására a szívek gyógyulni kezdenek; mind a zenészek, mind a közönség soraiban ülők ugyanazt érzik. Együtt énekelni, együtt lélegezni, csendben együtt meditálni... Mi ezeket a nagyszerű ajándékokat tudjuk megosztani a világgal.

Az éneklés végén megszülető záró békés elcsendesedés nem a temetők némaságára emlékeztet; ez a béke eleven, eksztatikus, rezonáló, amelynek ereje képes megtartani és inspirálni minket egy teljes életen át.

.....

KÖNYVÜNK
MEGÍRÁSÁVAL AZT
A CÉLT TŰZTÜK KI
MAGUNK ELÉ, HOGY
A MANTRÁK GYÓGYÍTÓ
REZGÉSEIT AZ ÍROTT
SZÓBA ÜLTESSÜK ÁT.

.....

Ez igazi kihívást jelentett – hiszen a mantrák hatását valójában csak személyes részvétellel lehet megtapasztalni. Hogyan lehetne átadni az erejüket? Nem vagyunk se tudósok, se szakértők.

Mi csak azt tudjuk, hogy a mantrák a szívhez és a lélekhez szólnak. Olyan mély-

ségű tapasztalatokat nyújtanak, amelyek túlmutatnak az értelmén. Lényegükből fakadóan az egészség és a jóllét minősége rejlik bennük; de, mint bármely más gyógy mód, ez is csak azoknak válik be, akik tesznek is egy lépést felé.

Kiválasztottuk a tíz legkedvesebb mantránkat – különleges barátainkat, akik az évek során támogattak és inspiráltak minket. Reméljük, veled is ezt teszik majd. A könyvbe történetek és az út során tanult leckék kerültek, valamint különböző meditációs technikák és sok-sok (sok!) fénykép, amelyek életünk egy-egy pillanatát örökítik meg. Lépj egy kicsit közelebb a mantra misztikus és varázslatos birodalmához! Szívd fel energiáit, és tedd életed részévé.

Élvezd ezt az áldott utazást hangoddal és nyitott szíveddel!

Om santi!
Szeretettel:

Deva és Miten

Ausztrália, Mullumbimby, 2017. január



„MINDIG JUSSON ESZEDBE: AMIKOR EGY DAL
VÉGET ÉR, EGY BIZONYOS MINŐSÉGET HAGY
A LEVEGŐBEN: A HIÁNYÉT. AZ UTOLSÓ HANG
UTÁN MÁR SEMMI NEM UGYANOLYAN. TELJESEN
MEGVÁLTOZIK A HANGULAT ATTÓL, HOGY A DAL
OTT VOLT, MAJD ELTŰNT... MARAD A DAL HIÁNYA.
FIGYELJ CSAK – AZ EGÉSZ LÉTEZÉST A DAL HIÁNYA
TÖLTI BE. ÉS EZ SZEBB, MINT BÁRMELY DAL;
MERT EZ A CSEND ÉNEKE.”

Orho