

# *Anusara Mantra*

*Anrufung an das ewig brennende Licht in Dir*

## **Om Namah Shivaya Gurave**

Ich grüße das höchste Selbst in mir!

## **Satchidananda Murtaye**

Ich bin die Verkörperung (Murti) dieses höchsten Selbst:

**Sat** (reine Wahrheit) **Chit** (reines Bewusstsein) und

**Ananda** (reine Glückseligkeit)

## **Nishprapanchaya Shantaya**

Durch das Transzendieren der 5 Elemente / der 5 Hüllen aus denen wir bestehen, gelange ich in den Zustand von

Frieden (**Shanti** / Shantaya)

## **Niralambaya Tejase**

Das Stabile und Erdende, das ich als meine Wurzelkraft mitbekommen habe, das in sich vollkommen ist und keine weitere Unterstützung braucht. Tejase: wird durch mein Feuer zum Strahlen und Leuchten / Erleuchten gebracht.

*Das Mantra ruft das Licht in Dir an, das schon immer da war, da ist und immer da sein wird.*

*Es bezieht sich auf eine Yoga Kern-Aussage: dass wir alle bereits vollkommen sind, wir das "nur" wieder erkennen müssen.*

*Möge es durch Dein Sein und Dein Wirken in die Welt strahlen.*

*Namaste Roswitha*

