

“Mahamritjundżaja Mantra”

Om trjambakam jadźāmahe
sugandhim pusztwardhanam
urvārukamiva bandhanāt
mritjormukszija māmritāt

WIĘCEJ O TEJ MANTRZE

Inaczej nazywana też *“wielką uzdrawiającą mantrą”*. To jedna z najważniejszych mantr w jodze, pochodzi z Ryg Wedy. Przywraca zdrowie i szczęście oraz przynosi spokój w obliczu śmierci. Budzi odwagę oraz uzdrawiającą moc w nas samych, daje witalność, oczyszcza pingalę czyli kanał praniczny związany z energią słoneczną. Ale tak naprawdę jest to mantra do Shivy, Jaźni - czyli wyższej Świadomości w nas samych, która wychodzi poza materialny poziom.

SANKALPA

czyli intencja z jaką recytuje się tę mantrę to uzdrowienie

TŁUMACZENIE

Maha - wielkie, mritjun - śmierć, dżaja - zwycięstwo czyli mantra która przynosi zwycięstwo ponad śmiercią.

Shiva, w mantrze podany jako trzyoki - *trjambakam* to po prostu symbol świadomości. Głównym przekazem tej mantry jest to że świadomość jest nieśmiertelna.



SŪTRA
klasyczna joga i medytacja
www.sutrajoga.pl
anja@sutrajoga.pl