



dharma centrum

Spirituális Kör

Az ima lényege

„... Az ima lényege abban áll, hogy az ember felemeli szívét-lelkét a szellemihez, az istenihez. Az ima gyógyító erőket aktivizál a testben és a lélekben egyaránt. ... Az igazán értékes és hatékony ima szívből fakad, valamint hittel és bizalommal teli. Az így mondott ima révén láthatatlan kehely születik lelkünkben, amely képes befogadni az isteni szeretetet és kegyelmet. ...” – Váradi Tibor

szerkesztő: Zoli – Szentés, 2023. március 14.

Egyetemes mantra- és imafüzet, avagy szertartásszövegek a védikustól az ezoterikus keresztény hagyományig



Gyűjteményünk néhány helyen QR kódot tartalmaz, mely nyomtatott változatban beolvasható, pdf-ben pedig kattintható hivatkozást tartalmaz. Egy mantra melletti kód megnyitásával meghallgatható hiteles kiejtéssel az adott vers, vagy dal.

Tartalomjegyzék

Egyetemes mantra- és imafüzet, avagy szertartásszövegek a védikustól az ezoterikus keresztény hagyományig

☸ Előszó

† Keresztény imák

Invokáció.....	6
Az Úr imája.....	6
Üdvözlégy Mária	6
Assisi Szent Ferenc imádsága.....	7
Assisi Szent Ferenc: Naphimnusz.....	7
Három katolikus szabadító ima	8
Felajánló ima.....	9
Az Úr Imája.....	9
Ősmagyar Ima.....	10
Ichtys.....	10
Az Arámi Miatyánk.....	10
Manicheus, Bogumil ima	10
Fogadalom Önmagamnak.....	11
A Hawkins Tanulócsoport imája	11
Szent Mihály ima.....	11
Dicsőítés.....	11

ॐ Védikus mantrák

Śri Guru Mantra - Egyetemes Guru Mantrája.....	12
Guru Śloka Bhagavad-Gita 4.34 Guru Mantra.....	12
Guru Śtotram Guru Mantra.....	12
Guru Gāyatrī Gayatri az Örök Mesterünkhöz.....	12
ब्रह्मा Brahṁā Gāyatrī Gayatri az Isten Teremtő Aspektusához.....	13
सरस्वती Sarasvatī Gāyatrī Mantra Tudás Mantra Bölcsesség Mantra	13
शिव Śiva Gāyatrī Gayatri a Jóga és Örök Szádhanánk Urához	13
पार्वती Pārvatī Gāyatrī Gayatri az Istennőhöz, Ki az Anyatermészetet Táplálja	13
विष्णु Viṣṇu Gāyatrī Tudatosság Mantra Szív Mantra.....	14
लक्ष्मी Lakṣmī Gāyatrī Bőség Mantra	14
गायत्री Gāyatrī Mantra	14
Mahā Mrtyumjaya Mantra	15
Vāsudevāya Mantra	15
Hódolat a Nagy Istennőnek!	15
Dhanvantari mantra - az egészség, gyógyulás és gyógyítás mantrája.....	16

Dhanvantari Maha Mantra - Ayurveda és a Tökéletes Egészség Mantrája	16
Napüdvözet.....	17
ॐ Spirituális Tudományos Kutatóintézet	
Tisztító mantrák a sötét borítás eltávolításáért auránkból	18
☸ Buddhista mantrák	
Om maṇi padme hūm	19
A szív szútra	19
‡ Magyar szerves műveltség imái	
Az Ósmagyar Egyház imái	20
Naphimnusz	20
Hazánk reménysége.....	20
Wass Albert imái	21
Ima a Kard és kasza című regényből	21
Ima a Hagyatékból	21
Záróima a Hagyatékból	22
♥ Egyéb egyetemes szeretet imák	
Veres Mónika imája	23
Ho'oponopono.....	23
„Légy áldott!” – Csodás tamil mantra.....	23
Joseph Murphy: Tudatalattid csodálatos hatalma	24
Balogh Béla látomása.....	24
A Miatyánk 7 kérése, csakráink és feltételezett magyar nevei	24
☎ Utószó, avagy hogyan tovább?	

” Forrásaink és ajánlott irodalom

Képek jegyzéke

1. ábra - Assisi Szent Ferenc.....	7
2. ábra - Ichtys.....	10
3. ábra - A manicheus iratokból annyi maradt, mint Magyarországból.	10
4. ábra - Brahmá	13
5. ábra - Szaraszvatí	13
6. ábra - Síva és Párvatí.....	13
7. ábra - Visnu	14
8. ábra - Laksmí.....	14
9. ábra - A legelőnyösebb testtartás imához	18
10. ábra - Az Ősmagyar Egyház imái	20
11. ábra - Nagyboldogasszony. Hummel Rozália festménye.....	20
12. ábra - Wass Albert (1908-1998).....	21
13. ábra - Krish Murali Eswar	23
14. ábra - Dombi Ferenc (1927-2004).....	25
15. ábra - Dürer: Imádkozó kezek – 1508.	26

Előszó

A Dharma Centrum – Kelet-Nyugat Spirituális Kör¹ lelkigyakorlatos füzetének első kiadását bocsátjuk útjára most. Hisszük, hogy

A spiritualitás nem hobbi, hanem az ember felsőfokon!

Azaz, meggyőződésünk, hogy spirituálisnak lenni, nem más, mint emberi értékeink kibontakoztatása a tőlünk telhető legjobb módon. Mitöbb, annál is több, mint ami önerőnkől kitelik. Nyugaton azt hihetjük, hogy a kereszténység az egyetlen vallás, mely nagyban támaszkodik az Isteni kegyelemre, egy olyan erőre, mely meghaladja képességeinket és hol kiszámíthatóan remélhető, hol pedig a legváratlanabb módon az arra érdemtelenek életében is csodás változásokat, gyógyulásokat, vagy megtéréseket eredményez. Nyugaton sokan így hiszik, ám szélesebb kitekintéssel azt látjuk, hogy a kereszténységet évezredekkel megelőző védikus hagyomány is ismerte a kegyelem fogalmát.

Hitvallásunk:

Körünk korunk fénymunkásává szeretne válni.

Mit jelent ez a gyakorlatban? A fénymunkás olyan segítő, tanító, vagy gyógyító hivatást végző, aki nem csak feltár és tanácsot ad, hanem saját életével példát mutat, és nem halat ad, hanem hálót a hozzá fordulóknak. A kereszténység a hit harcosainak nevezi a karizmatikus tagjait, míg a legősibb keleti hagyomány *brahmanáknak*, vagyis *Isten tudóinak*. E ponton megjegyzendő, hogy őseink *táltosait* is *istentudóknak* nevezték, szemben más civilizációk *istenfélő* hittérítőivel.

Mire van szüksége egy fénymunkásnak? Lelki gyakorlásra, mely egyszerre látja el a **napi tisztulást, erőnövelést és emelkedést** feladatát. Aki **imádkozik**, vagy mantrázik, az **feltölti** lelkének tartalékait, **felvértezi** a mindennapi körülményei közötti optimális helytállásra és **kisugározza** e tisztultabb tudatosságot, vagy lelkiiséget.

Milyen imákat és mantrákat gyűjtünk össze e füzetbe? Kelettől nyugatig számos szeretet-alapú vallás és lelki hagyomány régi és új verseit, ugyanakkor kerülve a félelem által megfogalmazott könyörgéseket.

Vannak alacsonyabb és magasabb; tisztultabb és közönséges tudatszinten megfogalmazott imák és mantrák? A spirituális ember használja a megkülönböztető értelmét (*buddhi*), tud rangsorolni. Ösztönösen érzi, hogy egy szöveg milyen rezgésű. A védikus filozófia megkülönböztet *tamaszikus*¹, *radzsaszikus*² és *szattvikus*³ minőségeket, ami a mantra szövegeknél is jelen van. A szeretet a *szattva*, vagyis az érdektelen tisztaságot jelenti. Gyűjteményünk csak *szattvikus* verseket és verssorokat tartalmaz.

A kereszténység is megkülönböztet **kérő, köszönő, hálaadó és dicsőítő** imaverseket. Mindenki érzi, hogy merre emelkedik azok lelki minősége, frekvenciája.

Vallás és spiritualitás nem ugyanaz? A vallás nyugaton a *religio* latin szóval feleltethető meg, ami nagyjából Istenhez kötést jelent, míg a magyar szó inkább a *confessio* szónak felel meg, vagyis hitem megvallását is jelenti. Nem a fogalmak eredeti értelmével van gond, hanem a – Hamvas Béla által létrontásnak nevezett – kollektív öntudatvesztés után létrejött felfogással és gyakorlattal, miszerint a hitből hiszékenység lett, egységből pedig kétség, vagy a háromságból kettőség.

Valljuk, hogy a vallások felekezeteit és irányzatait megelőzte egy olyan spirituális kultúra és hagyomány, melynek közös nevezője a **feltétlen szeretet** volt. Ezt a létrontás (Káli júga) korának patriarchális, érdekérvényesítő, istenfélelmet megkövetelő, haragos és büntető istenképe követte, mely továbbá Káin és Ábel, valamint Romulus és Remus testvérgyilkosságán alapul. Vessük össze az íjfeszítő ősnépek egymást védelmező és szerető testvérpárját, mely az érdeknélküli, avagy feltétlen szeretet ősképei.

Gyűjteményünk **az emelkedés és a tisztaság verseit gyűjti csokorba** abban a reményben, hogy ezáltal is gyertyalángot gyűjtünk minden élethelyzetben. Válgják e lelki gyakorlat minden ember javára. *Sarva mangalam. Ad maiorem Dei Gloriam!*

¹ Tamasz – mozdulatlan, szilárdság, ám tompaság és homály is.

² Radzsasz – szenvedély, vágy és pörgés.

³ Szattva – spirituálisan tiszta.

† Keresztény imák

Invokáció

Jézus Krisztus védelmét és tisztítását kérem, a Mennyei Atya áldását és a Szentlélek kiáradását!

Jézusom! Tisztítsd meg szívemet, tisztítsd meg lelkemet, tisztítsd meg elmémet!

Az Úr imája

Magyarul

Mi Atyánk! Aki a Mennyekben vagy.
Szenteltessék meg a Te neved!
Jöjjön el a Te országod,
Legyen meg a Te akaratod,
Amint a Mennyben, úgy a Földön is!
A mindennapi kenyerünket
add meg nekünk ma!
És bocsásd meg a vétkeinket,
Miképpen mi is megbocsátunk
az ellenünk vétkezőknek!
Óvj meg minket kísértéstől⁴,
és szabadíts meg a gonosztól!

Mert Tiéd az Ország, a hatalom,
és a dicsőség, mindörökké.

Áldás⁵

Görögül

Πάτερ ἡμῶν ὁ ἐν τοῖς οὐρανοῖς
ἀγιασθήτω τὸ ὄνομά σου
ἐλθέτω ἡ βασιλεία σου
γενηθήτω τὸ θέλημά σου,
ὡς ἐν οὐρανῷ καὶ ἐπὶ γῆς
τὸν ἄρτον ἡμῶν τὸν ἐπιούσιον
δός ἡμῖν σήμερον
καὶ ἄφες ἡμῖν τὰ ὀφειλήματα ἡμῶν,
ὡς καὶ ἡμεῖς ἀφήκαμεν
τοῖς ὀφειλέταις ἡμῶν
καὶ μὴ εἰσενέγκῃς ἡμᾶς εἰς
πειρασμόν,
ἀλλὰ ῥῦσαι ἡμᾶς ἀπὸ τοῦ πονηροῦ.
ὅτι σοῦ ἐστὶν ἡ βασιλεία καὶ ἡ
δύναμις καὶ ἡ δόξα εἰς τοὺς αἰῶνας
τῶν αἰῶνων. Ἀμήν.

Arámiulⁱⁱ

Abun d-bashmayo
nithqadash shmokh
tithe malkuthokh
nehwe sebyonokh
aykano d-bashmayo oph bar`o
hab lan lahmo d-sunqonan yowmono
washbuq lan hawbayn wahtohayn
aykano doph hnan shbaqan l-
hayobayn
lo ta`lan l-nesyuno
elo paso lan men bisho

metul d-dylokh hi malkutho
whaylo wteshbuhto
l`olam `olmin
Amin

Üdvözlégység Mária

Üdvözlégység Mária, kegyelemmel teljes,
az Úr van teveled,
áldott vagy te az asszonyok között,
és áldott a te méhednek gyümölcse Jézus.
Asszonyunk Szűz Mária, Istennek Szent Anyja!
Imádkozzál érettünk, most és halálunk óráján!

Áldás

Ave María, grátia plena;
Dóminus tecum
Benedícta tu in mulieribus,
et benedíctus fructus ventris tui, Iesus.
Sancta María, Mater Dei,
ora pro nobis peccatóribus,
nunc et in hora mortis nostrae.

Amen

⁴ Feltételezhető, hogy eredetileg nem úgy szólt a kérés, hogy Isten ne vigyen minket kísértésbe! Korábbi változatunk volt a „ne hagyj minket kísértésben”, de a tudatalatti a tagadást nem tudja értelmezni, ezért szükséges állító mondatban fogalmazni, főleg imában.

⁵ Őseink inkább az *Áldás* szót használták, ezt követjük.

Áldjon, én Uram,
minden ember, kit háborúság, baj, gyötrellem ért,
de tűr és megbocsájt szerelmedért.
Boldogok, kik mindent békén viselnek,
Te nyújtasz nekik, Felség, egykoron babért.

Áldjon, én Uram,
mi nővérünk, a testi Halál,
ki minden élő embert megtalál.
Akik halálos bűnben halnak meg, jaj azoknak,
boldogok, akik szentséges akaratodhoz igazodnak,
nem tesz kárt bennük második halál.

Dicsérjétek s áldjátok az Urat,
s adjatok hálát Neki,
s roppant alázattal szolgáljatok Neki!

Dsida Jenő műfordítása

Három katolikus szabadító imaⁱⁱⁱ

Uram, Jézus! Dicsőítelek és magasztallak Téged, mert Te „szelíd vagy és **alázatos szívű**”. Dicsőítelek, hogy Te fölvetted a keresztet és végig vitted életed utolsó pillanatáig. Kérlek, **bocsáss meg** nekem minden **gőgös**, hiú gondolat és **magatartás miatt...** és azért is, mert nem vettem föl keresztemet minden nap.

Ezáltal teret adtam a gonosznak az életemben. Akaratomat a Te akaratod elé helyeztem. **Most megtagadok és megbánok minden gőgös, kevély, hiú gondolatot és magatartást az életemben.** Ha ezek mögött démoni kötelékek vannak, Jézus nevében ezeket elvágom és elutasítom, hogy többé ne térjenek vissza. Uram, segíts, hogy **alázatban szolgáljalak** Téged és embertársaimat. Ámen.

Uram, Jézus! Dicsőítelek és áldalak Téged **tisztaságod** miatt. Hálát adok, hogy ebben példát adtál, hogyan kell élnem. Kérlek, **bocsásd meg** nekem, hogy **szexuális erőmet nem a Te akaratod szerint használtam.** Kérlek, bocsásd meg minden tisztátalan gondolatot, vágyat, cselekedetet, ami előfordult az életemben. Jézus nevében **megtagadom** most mindazokat a **kötélékeket**, melyeket a gonosz az életemre tett ezek által. Megbánom a paráznaság minden bűnét, amit valaha elkövettem, és átadom testemet Istennek tetsző áldozatul"

Kérlek, Úr Jézus őrizd meg ebben az elhatározásban, hogy mindig **tiszta** legyek, és **élő kapcsolatom** legyen Veled. Ámen.

Uram, Jézus! Dicsőítelek és áldalak Téged **mértékletes** életedért. Hiszem, hogy ebben is követésedre hívsz. Kérlek, **bocsásd meg** azért, hogy életem folyamán sokszor **mértéktelen voltam**, ételben, italban, kávé fogyasztásában, dohányzásban, kábítószerekben. Így akartam élvezetet szerezni magamnak és **menekülni** a nehéz feladatok elől. Mindezzel kárt okoztam testemnek, lelkemnek és értelmemnek. Most **megbánom** ezeket a káros élvezeteket, és **Jézus nevében elvágok minden olyan köteléket**, amellyel a gonosz megkötözött. Jézus nevében megparancsolom a gonosz léleknek, hogy távozzon életemnek minden területéről és soha többé ne térjen vissza.

Átadom neked, Uram, **életem minden hiányát**, feladatát és problémáját, hogy ezeket a Te erőddel és bölcsességeddel tudjam megoldani. Ámen.

ⁱⁱⁱ Mindenki medítál valamin.

ⁱⁱⁱ Amilyen az imád, olyan az életed!

Ősmagyar Ima

Mi Atyánk és Anyánk, Te, ki túl rajtunk és bennünk vagy, Szenteltessék meg a Te neved a kétszeri hármasságban!

Jöjjön el a Te országod mindenkihez Békességben, Szeretetben és Igazságban. A Te szent akaratod teljesüljön

Úgy a Földön, mint a Mennyekben is. Add meg nekünk naponta a Te szent áldott kenyeredet és éltető borodat. Ahogy mi tökéletesítünk másokat, Úgy tökéletesíts minket a Te igazságodban.

Ajándékozz meg minket a Te szereteteddel és jóságoddal,

Hogy mi másokat ugyancsak szeretettel és jósággal ajándékozhatunk meg. Végy el tőlünk minden gonosz gondolatot és cselekedetet.

Óvj meg minket a kísértéstől, és szabadíts meg a gonosztól, hogy mi mások jótevői lehessünk.

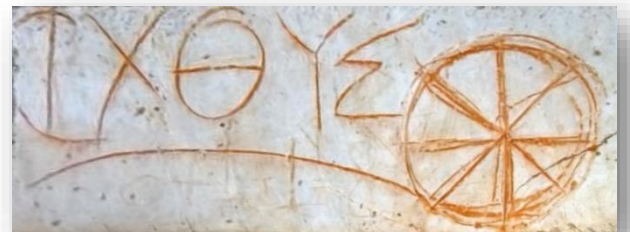
Mert Tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség a kezdettől, mindörökkön örökké. Ámen

Ichtys

Jézus Krisztus – Isten fia – (a) Megváltó.

Ἰησοῦς Χριστός Θεοῦ Υἱός Σωτήρ

Korai kör alakú ichtys szimbólum Ephészoszban, amelyet a görög ΙΧΘΥΣ, betűk kombinálásával hoztak létre.



2. ábra - Ichty

Az Arámi Miatyánk

Kozmosz Anyja – Atyja, Te teremtettél mindent, ami a Fényben mozog.

Gyűjtsd egy pontba fényedet mibennünk!

Teremtsd most meg egységed uralmát, hogy a Te Egy – Vágyad a miénkkel cselekedjék, miképpen minden fényben, aképpen minden alakban is!

Mindennap add meg nekünk, amire szükségünk van kenyérben és szellemi látásban!

Oldd ki hibáink szárait, melyek kötve tartanak minket,

amiként mi is eloldozzuk azokat a kötelékeket, melyekkel másokat tartunk!

Egyesítjük a Mennyet és a Földet.

Teljesítjük igazi célunkat: a hatalom és a tenni vágyás szeretetét, amely korról korra megújul.

Hittel és bizalommal megpecsételve, egész lényünkkel megerősítjük mindezt.

Ámen

Forrás: ifj. Csontos Vilmos

Manicheus, Bogumil ima

Tisztíts meg engem, Istenem!

Tisztíts meg engem, bensőmet-külsőmet!

Tisztíts meg engem testem, lelkem, szellemem!

Növekedjenek bennem fénymagok,

hogy fáklyává lehessenek.

Hadd legyek láng,

hogy mindent enmagamban,

s magam körül is mindent

fényre válthassak át!



3. ábra - A manicheus iratokból annyi maradt, mint Magyarországból.

” Mindenki medítál valamin.

” Amilyen az imád, olyan az életed!

Fogadalom Önmagamnak

Minden helyen és időben szolgálom az Abszolút Urat, akihez én teljes szívvel tartozom.

Minden helyen és időben kész vagyok szolgálni az Isteni Akaratot.

Minden helyen és időben, minden körülmények között, gondolatlanul és szóval, Isten Ajándékát jó célokra használom.

Minden panasz nélkül, türelmesen elviselem a próbatételek és gyötrelmek különböző formáját, amelyeket az Isteni Törvény oszt ki rám.

Szeretem és szolgálom társaimat, mint emberi lényeket, üdvözölve őket a szívem-lelkem legmélyéről, függetlenül a velem szemben megnyilvánuló magatartásuktól. Elmélkedem és meditálok naponta az Abszolútummal, tárgyilagosan és tökéletesen összhangba hozom gondolataimat, vágyaimat, szavaimat és tetteimet az Isteni Akarattal.

Megvizsgálom és ellenőrzöm minden este valamennyi gondolatomat, vágyamat és tetteimet, tökéletes harmóniában vannak-e az Isteni Törvényekkel.

Daskalos^{vi}

A Hawkins Tanulócsoport imája

„Mindenható Isten, add, hogy szolgálóid, szereteted eszközei és akaratod közvetítői lehessünk.

Útmutatásodért és segítségédért köszöngünk, hogy személyes akaratunkat átadva, életünket kizárólag az Igazságnak szentelhessük. Segíts, hogy az ítélkezést elengedve, mindig a végtelen Szeretetet és Békét válasszuk minden más lehetőség közül. Gloria in Excelsis Deo! Ámen.”

Szent Mihály ima

Szent Mihály arkangyal! Kérlek, kardoddal vágd el ragaszkodásaim és félelmeim szálait és pajzsod legyen védelmem!

Dicsőítés

Dicsértessék az Úr, Jézus Krisztus mindörökké! Áldás

„... Az ima lényege abban áll, hogy az ember felemeli szívét-lelkét a szellemihez, az istenihez. Az ima gyógyító erőket aktivizál a testben és a lélekben egyaránt. ... Az igazán értékes és hatékony ima szívből fakad, valamint hittel és bizalommal teli. Az így mondott ima révén láthatatlan kehely születik lelkünkben, amely képes befogadni az isteni szeretetet és kegyelmet. ...” – Váradi Tibor

„Ha imátok nem üres pótcselekvés, hanem valóban élő találkozás Velem, akkor az olyan, mint mikor a természetben föltámad a szél. Akkor tisztító erők kezdenek működni az álmatag levegőben. Aki igazán törekszik átélni imájában a Velem való kapcsolatot, annak szívében azonnal tisztító erők indulnak el, és ezek az erők, csak ezek az erők, képesek szebbé tenni világotokat.” – Dombi Ferenc^{vii}

ॐ Védikus mantrák

"Az imádság és a meditáció nagyon sokat jelent a jógában. Ám az imának a szívből kell feltörnie az érzelmek és törekvések talaján, a dzsapának és meditációnak pedig élő ösztönzőként a megidézett dolog örömét és fényét kell magával hoznia." – Sri Aurobindo

A mantra jóga, a mantra meditáció célja, hogy segítsen felülemelkedni a vágyaink, ragaszkodásaink, indulataink és szorongásaink kavalkádján, ezáltal segítsen megteremteni önmagunk számára a benső harmóniát, békét és elégedettséget.

Még inkább a jóga nyelvén... a mantra meditáció és a mantra jóga célja, hogy mederbe terelje az elmét, legyen az bármilyen állapotban, **mudha** (tompá), **ksipta** (zavart), vagy **viksipta** (mindig pörgő), és elvezesse az **ekagra** (fókuszált) végül pedig a **nirodha** (uralt, meditációra alkalmas) síkok felé.

(Minden védikus mantra Bakos Attila vagy Bakos Judit Eszter fordítása és értelmezése alapján^{viii})

Śri Guru Mantra - Egyetemes Guru Mantrája

om sri Gurave namaha

A mantra fordítása: Meditáljunk Śrī Gurun, örök és egyetemes lelki tanítónkon!

Guru Śloka | Bhagavad-Gita 4.34 | Guru Mantra

**tad viddhi praṇipātena
paripraśnena sevayā
upadekṣyanti te jñānaṁ
jñāninas tattva-darśinaḥ**

A mantra jelentése: Tanulj egy szellemi Mestertől, tudakozódj tőle és szolgálj őt! Az Igazság Látnokai képesek e tudásba beavatni téged, mert ők már megvilágosodottak.

Guru Śtotram | Guru Mantra

**Gurur Brahmā Gurur Viṣṇur
Gurur devo Maheśvaraḥ
Guruḥ sākṣāt paraṁ Brahma
tasmai śrī gurave namaḥ**

A mantra jelentése: Gurunk az Úr Brahmá, ki mindenek kezdetén megteremtette a világmindenséget. Gurunk az Úr Visnu, ki fenntart minden élő és élettelen, gurunk az Úr Siva ki az idők végezetén megsemmisíti az anyagi világokat. Gurunk közvetlenül a Legfelsőbb Lélek is. Meditáljunk Śrī Gurun, ki magában hordozza az Abszolút Igazság tudását és bölcsességét.

Guru Gāyatrī | Gayatri az Örök Mesterünkhöz

**om Gurudevaya vidmahe
parabrahmanya dhīmaḥi
tanno Guruḥ pracodayāt**

Meditáljunk Gurudéván, tanítómesterünkön, ki maga a Legfelsőbb Brahman testet öltött képviselője, s aki az Önvalóról szóló tudás bölcsességének fényével ragyogja be tudatunkat! Meditáljunk, hogy Gurudéva, mindig utat mutasson a megvilágosodás ösvényén, inspirálva gondolatainkat, vágyainkat és tetteinket a tudatosodás útján!

^{viii} Mindenki meditál valamin.

^{viii} Amilyen az imád, olyan az életed!

ब्रह्मा Brahmā Gāyatrī

Gayatri az Isten Teremtő Aspektusához

**ॐ vedatmanaya vidmahe,
hiranya garbhāya dhīmahī
tanno Brahmā pracodayāt**

Meditáljunk az Úr Brahmán, aki a Védák atya és lelke. Meditáljunk, hogy Hiranja-Garbhá, ki a tudatában tartja az egész világot és megnyilvánította a tudás bölcseletét, megvilágosítsa elménket, és megáldjon tiszta lelki értelemmel!

सरस्वती Sarasvatī Gāyatrī Mantra

Tudás Mantra | Bölcsesség Mantra

**ॐ saraswatyei vidhmahe
bramaputriye dhīmahī
tanno Sarasvatī pracodayāt**

A mantra jelentése: Meditáljunk Brahmá örök társán, Szaraszvati Istennőn, hogy inspirálja gondolatainkat a tudatosság, a bölcsesség és kifinomult művészi szépség útján.

शिव Śiva Gāyatrī

Gayatri a Jóga és Örök Szádhanánk Urához

**ॐ mahadevaya vidmahe
rudramūrtaye dhīmahī
tanno Śiva pracodayāt**

Meditáljunk az igaz valóságon, a legfőbb jógin, az Úr Siván, aki az önvalónk örök támogatója a benső tudás és meditáció ösvényén! Meditáljunk, hogy Mahadéva egészséggel, elegendő életerővel, benső békével és elégedettséggel áldjon meg mindannyiunkat, és támogassa szádhanánkat a megvilágosodás ösvényén!

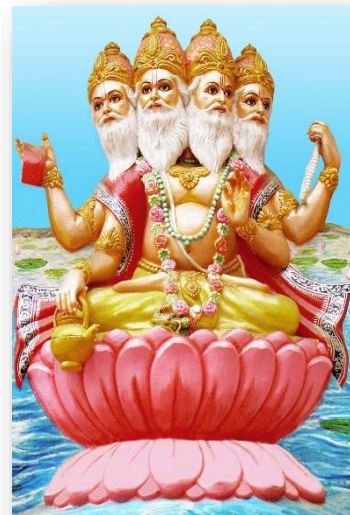
(Bakos Judit Eszter / Virinchi Shakti fordítása alapján)

पार्वती Pārvatī Gāyatrī

Gayatri az Istennőhöz, Ki az Anyatermészetet Táplálja

**ॐ jaganmatrai ca vidmahe
śaila sutāyai ca dhīmahī
tanno Pārvatī pracodayāt**

Meditáljunk benső önvalónk fejlődésének útján, a minden lényben ott lakozó Isteni létező egységén, az egyetemes szeretet vonalán! Meditáljunk Párvatí Istennőn, ki a hitvesi szeretet és végtelen odaadás, valamint az anyatermészet támogató, tápláló, szelíd karakterének minőségét tükrözi számunkra! Meditáljunk, hogy Siva hitvese inspirálja vágyainkat, és törekvéseinket a tökéletesség útján!



4. ábra - Brahmá



5. ábra - Szaraszvati



6. ábra - Śiva és Pārvatī

विष्णु Viṣṇu Gāyatrī | Tudatosság Mantra | Szív Mantra

ॐ Narayanaya vidmahe
vāsudevāya dhimahi
tanno Viṣṇu pracodayāt

A *Viṣṇu* Gāyatrī mantra a szívben lakozó Úr mantrája.

A mantra jelentése: Egyesítsük magunkat Narajannal és meditáljunk a belül lakozó Úron, Vaszudeván, hogy maga Visnu támogasson bennünket nemes célunk megvalósításában.

लक्ष्मी Lakṣmī Gāyatrī | Bősség Mantra

ॐ Mahalaksmi ca vidhmahe
visnupatnī ca dhimahi
tanno Laksmīh pracodayāt

A mantra jelentése: Meditáljunk az Úr Visnu örök társán, Laksmi Istennőn, aki a jólét, az anyagi és lelki gazdagság, a szerencse, a szépség és a szerelem legfőbb adományozója. Meditáljunk, hogy Laksmi megáldja életünket és a helyes ösvényen tartsa gondolatainkat és vágyainkat!

गायत्री Gāyatrī Mantra

ॐ भूर्भुवः स्वः ।	तत्सवितुर्वरेण्यं
भर्गो देवस्य धीमहि ।	धियो यो नः प्रचोदयात् ॥
ॐ bhūr bhuvah svah	tatsaviturvarenyam
bhargo devasya dhīmahī	dhiyo yo naḥ pracodayāt

– *Rigveda* 3.62.10

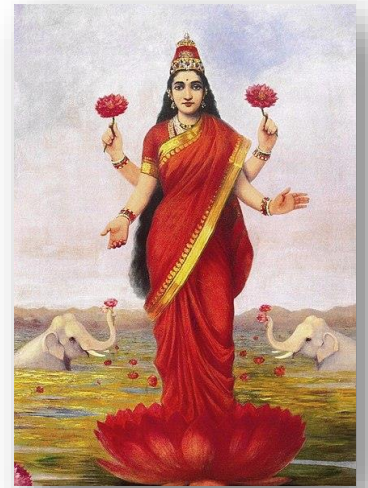
A Gayatri mantra a tudatosság, a lelki-szellemi megtisztulás és fejlődés mantrája. A mantrák királynőjének is tartják, mert gyakorlóját egészen a móksáig, a felszabadulásig vezeti.

Tartalmi megközelítés: Meditáljunk a Teremtő Isteni Fényforráson, mely a Nap Istenségén, Fény Atyán keresztül árad, és aki az Univerzumot teremtette és táplálja az Égi, s Földi lényeket. Azon, aki minden nehézséget elhárít, bünt és tudatlanságot megtisztít és növeli az életerőt. Kérjük a Napkorongban megnyilvánuló Fény Világanyát, hogy világosítsa meg elménket és tisztítsa meg szívünket, hogy Isten megvilágosító fényében élhessünk!

*Kétféle módon győzhetjük le a szellemi kibontakozásunk útjában álló akadályokat: vagy **gyengességünk legyőzésével**, vagy **erősségeink fejlesztésével**. A gayatri gyakorlat az első módszert segíti, a maha mrtyunjaya pedig a másodikat. A gayatri a megtisztításra összpontosít, a maha mrtyunjaya a gyógyításra. Végül mindkét gyakorlat ugyanahhoz a célhoz vezet.*



7. ábra - Visnu



8. ábra - Laksmi

Mahā Mṛtyumjaya Mantra

A maha mṛtyunjaya mantra ősi gyógyító és tápláló mantra. A Védák szívének tartják. Életre kelti a belső gyógyító erőt bennünk, miközben magához vonzza a természet gyógyító erőit. A mantra által életre keltett gyógyító erők hullámai a testtől a pszichikus lényünkig, majd pedig a lelkünkig áradnak. A Maha Mṛtyunjaya mantra megerősíti akaraterőnket, bátorságunkat, és határozottságunkat és felszabadítja lelkesedésünket.

om tryambakam yajāmahe	ॐ त्र्यम्बकम् यजामहे
sugandhim puṣṭivardhanam	सुगन्धिम् पुष्टिवर्धनम्
urvārukam iva bandhanān	उर्वारुकमिव बन्धनान्
mṛtyor mukṣīya māmṛtāt	मृत्योर्मुक्षीय मामृतात्



(Ṛgveda VII., 59.12) A mantra fordítása: Om, imádkozzunk a Háromszemű Istenhez, az erénytől illatozóhoz, s a jólét adományozójához. Miként egy érett uborka leválik a száráról, bárcsak leválasztana a halál kötelékéről, s helyébe hozná halhatatlanságot, a végső megszabadulást.

A mantra jelentése: Om, meditáljunk a végtelenül kegyes Úr Síván, hogy áldásával felszabadulhassunk a szenvedés, betegség, születés és halál fogságából, s megtapasztalhassuk a lélek halhatatlanságát.

Vāsudevāya Mantra

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

om namo bhagavate Vāsudevāya

tartalmi megközelítés: Meditáljunk a Vaszudéván, a bennünk élő Istenen.



Hódolat a Nagy Istennőnek!

Ó Dévi kérlek, áldj meg életerővel, tudással, anyagi jóléttel, szerelmi harmóniával, megbocsátással, értelemmel, hittel, békével, azzal, hogy megvilágosodjak és elérjem a tiszta szeretetet.

Dhanvantari mantra - az egészség, gyógyulás és gyógyítás mantrája

om śrī Dhanvantri namaḥ

A mantra fordítása: Meditáljunk Dhanvantarin, a mennyei gyógyítón.

A mantra jelentése: A Dhanvantari mantra erős gyógyító eszköz a kezünkben a jó egészség kialakításához és megőrzéséhez. Dhanvantari Visnu Isten avatárja, az Ayurvédikus tudományok Istensége.

Dhanvantari Maha Mantra - Ayurveda és a Tökéletes Egészség Mantrája

om namo bhagavate
Vāsudēvāya Dhanvantaraye
amṛta-kalāśa hastāya
sarva-amaya Vināśāya
trailokyā nāthāya
śrī Mahā-Viṣṇave namaḥ



A mantra értelmezett fordítása: Meditáljunk a legfőbb gyógyító Istenen, Danvantarin, ki a három világ urának, Śrī Maha Visnunak az avatárja, s négykarú formájában kagylókürtöt, diszkosz, gyógyító eszenciát és a halhatatlanság nektárját tart a kezében. Lénye fényárban ragyogva minden betegséget feléget és szertefoszlat, mint az éjszakai erdőtűz lobogó lángjai.

A mantra tartalmi jelentése: A Dhanvantari mahá mantra az egészség, és ájurvéda Istenének mantrája. A mantra gyakorlásának célja az egészség-tudatosság és a teljesség felé való megnyílás. A tökéletes egészség első titka ugyanis, hogy saját választásunk eredménye legyen. Csak annyira lehetünk egészségesek, amennyire azt lehetségesnek tartjuk. A tökéletes egészség olyan gondolkodást feltételez, amely a betegséget eleve elfogadhatatlannak tartja.

A mantra rendszeres gyakorlásával nőhet az életerőnk és a fizikai és mentális jóllétünk. Segít meghaladni a félelmeket, szorongásokat, negatív emóciókat, ezáltal mentális és emocionális és fizikai teljesség felé vezet.

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय धन्वन्तरये
अमृतकलशहस्ताय सर्वामयविनाशनाय
त्रैलोक्यनाथाय श्रीमहाविष्णवे नमः ॥



ॐ Spirituális Tudományos Kutatóintézet

“When we take one step towards God, He takes 10 steps towards us.”⁶ – Paratpar Guru Dr Athavale

Tisztító mantrák a sötét borítás eltávolításáért auránkból

Minden spirituális tevékenységet Istenhez intézett imával kell kezdeni. A fekete energiaburkolat eltávolítására a következő sorokkal elmondható egy ima.

Ó, Istenem, engedd, hogy a Te kegyelmedből megfelelően eltávolíthassam testem nyomasztó, finom fekete energiaborítását. Senkit ne érintsen a közelben az a burkolat, amelyet eltávolítani fogok. Minél előbb szűnjön meg a negatív energiák okozta szorongás, amitől szenvedek.

Ne felejtünk el egy hálaímet elmondani a fekete energiaborítás eltávolítása után.

Isten nevének spirituális érzelmekkel teli éneklése pozitív energiát vonz/generál. Az Isten Nevének éneklésével generált spirituális energia segít elpusztítani minden fekete energiaborítást. Ennek a módszernek az az előnye, hogy bármikor elvégezhető.

Spirituális kutatások során azt találtuk, hogy elkezdhetjük az alábbi Isten nevek egyikének éneklésével eltávolítani a fekete energiaborítást.

Shri Gurudev Datta

Om Namo Bhagawate Vasudevaya

Shri Durgadevyai Namaha

Kezdjük azzal, hogy a fenti Isten neveket énekeljük egyenként 1 hónapig. Ha az első ének, azaz Shri Gurudev Datta nem enyhül, akkor 4 hét elteltével át kell váltani Isten következő nevének éneklésére az Om Namo Bhagawate Vasudevaya sorrendben.

Az ok, amiért 3 éneket adtunk, hasonló ahhoz, ahogy az orvos néha a tünetek változása alapján változtatja meg a gyógyszert. Ha valaki 3 hónap elteltével nem kapott enyhülést a fenti énekek közül, akkor konzultáljon egy spirituálisan fejlett személlyel, vagy konzultáljon az SSRF-fel élő chat szolgáltatásunkon keresztül.^{ix}



9. ábra - A legelőnyösebb testtartás imához

⁶ Amikor mi egy lépést teszünk Isten felé, ő tíz lépést tesz felénk.

” Mindenki meditál valamin.

” Amilyen az imád, olyan az életed!

🌀 Buddhista mantrák

Om maṇi padme hūṃ

ॐ मणि पद्मे हूँ

ॐ मणि पद्मे हूँ

Hozzávetőleges értelmezése: Éljen a lótuszban lévő drágakő

Őszentsége, a 14. dalai láma, Tendzin Gyaco szerint:

„Nagyon jó, ha gyakran ismétljük az **Om Mani Peme Hung** mantrát, de miközben ezt tesszük, figyelniünk kell a jelentésére is. Arra a hat szótagra, amely nagyszerű és egyben hatalmas is. Az első az Om szótag, amely az imádkozó tisztátalan testét, beszédét és gondolkodását szimbolizálja, de egyben Buddha tiszta testét, beszédét és gondolkodását is. Az igaz utat a következő négy szótag mutatja meg. A Mani ékszert jelent és a módszert szimbolizálja: a megvilágosodás, a könyörület és a szeretet ősi szándékát. A Peme jelentése lótusz, és a bölcsességet szimbolizálja. Az egyszerűséget a rendszeresség és a bölcsesség osztatlan egységével lehet elérni. Az osztatlanságot az utolsó, Hung szótag szimbolizálja. Tehát az Om Mani Peme Hung hat szótagja azt jelenti, hogy az osztatlan rendszeresség és bölcsesség útjának gyakorlásával saját tisztátalan testünket, beszédünket és gondolkodásunkat Buddha tiszta testévé, beszédévé és gondolkodásává változtathatjuk át.”

A szív szútra

A mély meghaladó bölcsesség szíve szútra - Mahāprajñāpāramitāhṛdaya sūtra

Avalókitésvara bódhiszattva a mély meghaladó bölcsességben időzvéen látja, az öt alkotórész mindegyike üres, és ezzel minden szenvedést meghalad.

Sáriputra! A forma nem különbözik az ürességtől, az üresség nem különbözik a formától. A forma valóban üresség, az üresség valóban forma. Így ilyen az érzés, az érzékelés, az akarat és a tudatosság is.

Sáriputra! Minden jelenségnek üresség a természete. Nem keletkeznek, és nem szűnnek meg, nem tiszták, és nem szennyezettek, nem növekszenek, és nem csökkennek.

Ezért az ürességben nincs forma, érzés, érzékelés, akarat és tudatosság. Nincs szem, fül, orr, nyelv, test és értelem, nincs szín, hang, szag, íz, tapintás és tudati folyamat, nincs birodalma az érzékszerveknek és a tudatosságnak. Nincs nem tudás, és nincs annak megszűnése, nincs öregség és halál, és nincs ezek megszűnése sem. Nincs szenvedés, nincs annak oka, nincs annak megszűnése, és nincs útja a megszüntetésnek. Nincs megvalósítás, és nincs megérkezés, mivel nincs, amit el kellene érni.

A bódhiszattvának a meghaladó bölcsesség által akadálytól mentes a tudata. Mivel nincs akadály, nincs félelem sem, így meghaladva minden illúziót a megszabadulást eléri.

A három világ összes buddhája a meghaladó bölcsesség által valósítják meg a tökéletes és felülmúlhatatlan felébredettséget.

Ezért ismerd fel a meghaladó bölcsességet, a nagy szent eszmét, a nagy tudás eszméjét, a felülmúlhatatlan eszmét, a hasonlíthatatlan eszmét, azt, ami véget vet minden szenvedésnek, a bölcsességet, ami valóságos és nem hamis.

Ezért hangoztasd a meghaladó bölcsesség eszméjét, amely így szól:

gaté, gaté, páragaté, páraszamgaté, bódhi szvánhá

gaté, gaté, páragaté, páraszamgaté, bódhi szvánhá

gaté, gaté, páragaté, páraszamgaté, bódhi szvánhá

Dobosy Antal fordítása (1989., módosítva 2012-ben)

† Magyar szerves műveltség imái

Az Ősmagyar Egyház imái^x

Naphimnusz

Oh hatalmas isteni erő,
 ki jelen vagy a Napban és azon túl is:
 köszöntöm fényedet,
 mely az egész Földet besugározza;
 világítsd meg életem,
 s lényem minden részét.
 Ragyogjon, áradjon az égi fény!
 Oszlasd el a sötétséget és bontsd fel a butaság béklyóit!
 Tölts meg engem kristálytisza égi erővel!
 Nyilvánulj meg rajtam keresztül is egyre jobban,
 mert én gyermeked vagyok.

Hazánk reménysége

Boldogasszony Anyánk,
 Magyarok Királynéja,
 Mennyei Édesanyánk,
 Népünk reménysége,
 Boldogasszonyunk!
 Hozzád száll sóhajunk:
 Tekints le hazánkra,
 Légy mennyei követünk,
 Áldd meg magyar népedet,
 Hogy járja az Isteni utat,
 S példát mutatva a világnak
 Áraszthassa az égi fényt.



10. ábra - Az Ősmagyar Egyház imái



11. ábra - Nagyboldogasszony.
 Hummel Rozália festménye

^x Mindenki medítál valamin.

^y Amilyen az imád, olyan az életed!

Wass Albert imái^{xi}

Ima a Kard és kasza című regényből⁷

Magatok sorsát magatokban hordozzátok, magyarok. Tartsátok be a törvényt, s a **törvény megtart** benneteket. Miként egymással szemben cselekszettek, akként cselekszik veletek is az Úr. Tartsátok ezt észben, s meglássátok, minden javatokra szolgál.

Most pedig, aki úgy érzi, hogy betegséget hordoz a testében vagy gondot a lelkében, az jöjjön ide szép sorjában, egyenként. Térdeljen le itt ni, a forrásnál, s mossa meg arcát és kezét az Úristen tiszta vizében.

Ti többiek pedig imádkozzatok velem. Nem hangos szóval, mert az Úrnak nincs szüksége arra. Ő mindegyiktek legtitkosabb gondolatát is tudja, még mielőtt megfogant volna bennetek.

Imádkozzatok hát gondolatban, magyarok.

Adjatok hálát az életért, aminek örökkévaló részesei vagytok.

Adjatok hálát a szeretetért és a jóságért, mely kincsek fölmérhetetlen mennyiségben állnak rendelkezésetekre, és mennél többet használtok belőlük, mennél többet osztogattok szét, annál bővebben kamatoznak számatokra, annál gazdagabbak vagytok...

Adjatok hálát, magyarok, mindegyiktek a maga módján, a maga gondolataival. Adjatok hálát Istennek azért a mindnyájatokat átölelő, mindnyájatokat biztonságosan magába záró nagy szeretetért, mely ma is, mint mindég, amikor bizalommal és hálával fordultok feléje, újra meg újra bizonyítja szemetek előtt, hogy Isten jóságában nincs se betegség, se nyomorúság, se baj, se semmiféle rossz.

S ami Istenben nincs, az bennünk se lehet, bennetek se lehet, mert Isten a maga képére teremtette az embert, s ennél fogva az ember, mi valamennyien, ti valamennyien Isten tükörképe vagytok, s Isten jóságán, Isten szeretetén, Isten tökéletes összhangján, békességén, egészségén és boldog örömein kívül egyebet nem tükrözhetek.

Mert a tükör, még ha homályos is, még ha gyöngye is, de csak azt tükrözheti vissza, ami előtte van...

Hála, hála, hála és szeretet az Úrnak, szeretet, jóság és békesség mindannyiunknak, kik őbenne és őáltala élünk és vagyunk... hála, hála, hála és szeretet...

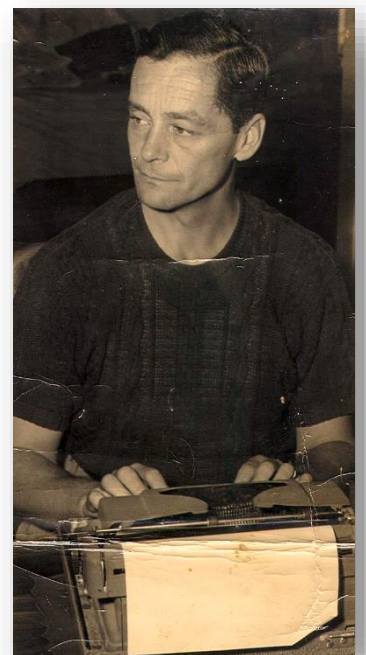
Ima a Hagyatékból⁸

Imádkozzunk, magyarok!

Úristen, mennyei Atyánk, áldott legyen a Te neved.

Itt van már a Te országod mivelünk és mibennünk s tudjuk, hogy bántódásunk nem eshetik többé, mert megszabadítottál minket a gonosztól, s erőt adtál nekünk az élethez, mely téged dicsér, Urunk,

a mai naptól kezdve örökkön-örökké...



12. ábra - Wass Albert (1908-1998)

⁷ Wass Albert családregegye több magasszintű imát tartalmaz, mely tükrözi őseink kivételes lelki műveltségét és életszentségét.

⁸ Wass Albert Hagyaték című novellája a magyar lelkeség foglalta.

Záróima a Hagyatékból

Áldott legyen az Úr, magyarok Istene és védelmezője!

Áldottak legyenek, akik az Urat szolgálják!

Áldottak legyenek az istentudók!

Áldottak legyenek az igazak és a hűségesek!

Áldottak legyenek, akik az Úr erejében bíznak, akik az Úr erejét hordozzák magukban!

Áldottak legyenek, kik az igazságot keresik!

Áldottak legyenek, akik az Úr hatalmát, erejét és dicsőségét hirdetik, tanítják és gyakorolják, és áldottak legyenek mind-azok, akikben megfog a tanítás, mert ők kezükbe helyezte a magyarok Ura nemzetünk jövőjét!

Áldott legyen az Úr, magyarok istene, áldott legyen az Úr!

Áldott legyen, aki megérti és követi az Úr tanítását!

Áldottak legyenek a hűségesek, mert ők a jövő őrizői! Az Úr megtartja azokat, akik a nemzet szolgálatában az Ő útját járják!

Bízzatok és hirdessétek az Úr szeretetét! Mert eljő az idő, s már itt is van, csak a szemünkkel nem láthatjuk még, amikor az igazaké és az igazságosoké, a valóság tudóié és a jószág gyakorlóié, a békességeseké és az istenszeretőké lesz ez a világ és nem leszen több sírás, pusztulás, nyomorúság, rettegés és üldöztetés, mert a gonoszokat és gyűlölködőket eltörli az Úr a föld színéről! Minden hatalom megdől, ami nem Istentől való s minden fegyvert, mely ellenetek fordul, ítélettel sújtja az Úr! Ez az Úr szolgálóinak hagyatéka s az ő igazságuk éntőlem való, mondá az Úr! Nap fiainak, magyaroknak teremtetett Ő benneteket s törvényt adott néktek, ami életet és szabadságot biztosít számotokra, ha betartjátok azt!

Íme itt van a törvény, tölgyfából rótt ősi hagyatéktok, amit keserves századokon át őriztek számotokra istentudóitok, tiszteljétek és becsüljétek és véssétek a lelketekbe minden szavát, mert Isten szól hozzátok az Ő törvénye által és semmiféle más törvény nem biztosít számotokra életet, csupán az Úr törvénye!

Szeresd a te Uradat, Istenedet és rajta kívül más istened ne legyen! - Tiszteld őseidet, hogy hosszú és jó életed legyen azon a földön, amit ők hagytak reád!

Szeresd magyar testvéreidet, mint önmagadat! Fegyvert reájok ne emelj s nyelveddel se vétkezz ellenők! Tartsatok össze, segíssétek egymást és az Úr szeretete, az Úr védelme és az Úr ereje veletek leszen!

Tudjátok az Urat, tartsátok az Ő törvényét és semmi sem lesz lehetetlen számotokra. Az Úr ereje hegyeket mozdít, és tengereket tüntet el azok védelmében, akik atyjoknak nevezik őt, s aszerint is élnek!

Ez a ti hagyatéktok, magyarok, véssétek lelketekbe!

Áldott legyen az Úr akarata!

Nap fiai, magyarok, áldjon meg benneteket az Úr és őrizzen meg benneteket! Fordítsa az Úr az Ő orcáját tifeleitek és adjon tinéktek tudást, erőt, győzelmet és hatalmat a gonoszság fölött! Szeressétek egymást, hogy méltók legyetek az Úr szeretetére! Segítsétek egymást és az Úristen megsegít benneteket... védelmezzétek egymást és az Úr is megvédelmez benneteket... ne féljétek, magyarok... és ne csüggedjétek... mert veletek van az Úr... aki megerősít... megsegít... és igazságának jobbjával támogat benneteket... minden küzdelmetekben...

Bízzatok Őbenne... s istentudó hitetek... hegyeket mozdít... országot szabadít... Magyarországot... Isten országát... az Ő dicsőségére... istentudó magyarok... jövődjére...

♥ Egyéb egyetemes szeretet imák

Veres Mónika imája

Áldás van a mai napon és áldás van mindenkin, akivel ma találkozok!

Hálásan köszönöm a mai nap csodálatos lehetőségeit!

Hálásan köszönöm a gyönyörű életet!

Szeretet és harmónia van velem, bennem, körülöttem.

Ho'oponopono

Sajnálom; Kérek, bocsáss meg; Köszönöm; Szeretlek!

क्षम्यतां, कृपया मां क्षमस्व, धन्यवादः, अहं भवन्तं प्रेम करोमि!

E kala mai ia'u; e 'olu'olu, e kala mai ia'u; mahalo; Aloha wau ia 'oe!

Oh, infinite Divine Mind,
Through my beloved High Self,
Cleanse this unit of all negativity,
Both within and without,
That it may be a perfect vessel
for Your Presence.

I am sorry, please forgive me, thank you, I love you.

At Zero - Joe Vitale.

„Légy áldott!” – Csodás tamil mantra

Vālka valamuṭaṇ (Vazhga Valamudan)

வாழ்க வளமுடன்

A mindenható erő árásszon rád jó egészséget, hosszú életet, elegendő gazdagságot, békét, jólétet, hírnevet és bölcsességet.

Ezt a mantrát Krish Murali Eswar tamil jógi ismerette meg a világgal. Mestere Vethathiri Maharishi tanította neki az Egyszerűsített Kundalini Jóga rendszere részeként. A csodás jelzőt azért kapta, mert alkalmazása váratlanul pozitív kimenetelt eredményezt nehez helyzetekben is.

„Az áldás hatékony módja annak, hogy harmóniát teremts magad körül. A szó egy hang. A hang egy hullám. A hullám halad, ütközik, visszaver, megtör, behatol és kölcsönhatásba lép. A mantra hangjával képes vagy energizáló rezgéseket küldeni az elméből a megáldott személynek. A felőled áramló hullámok számodra is az erőteljes pozitív rezgés minden előnyét nyújtják.”⁹



13. ábra - Krish Murali Eswar

⁹ <https://krishmuralieswar.wordpress.com/2015/03/30/vethathiri-maharishis-vazhga-valamudan-meaning-and-benefits/>

Joseph Murphy: Tudatalattid csodálatos hatalma

Isten ajándékai az enyéme. A nap minden egyes percét élvezem. Velem van Isten harmóniája, békéje és gazdagsága. Isten szeretete sugárzik belőlem, és beragyogja a körülöttem állókat. Az isteni szeretet meggyógyít. Nem félek a rossztól, mert Isten velem van. Folyton körülvesz a szent fény, amely szeretet és erőt sugároz. Kijelentem, tudom és hiszem, hogy Isten szeretete útba igazítja, meggyógyítja, és gondját viseli családtagjaimnak, szeretteimnek.

Megbocsátok mindenkinek, és őszintén terjesztem az isteni szeretetet, békét és jóakaratot minden ember felé, bárhol is legyen. Lényem legmélyén a béke uralkodik, Isten békéje. Ebben a csendben érzem az Úr szeretetét, erejét és gondviselését. Isten mellettem van minden utamon.

Én vagyok az isteni szeretet, igazság és szépség terjesztője. Érzem, ahogy a világ isteni folyója átfolyik rajtam. Tudom, hogy minden gondom eloszlik Isten színe előtt. Az Úr útjai az én útjaim. A szavak, amelyeket kimondok, eljutnak oda, ahová szánom őket.

Boldog vagyok, felküldöm az égbe a hálámat, és tudom, hogy választ kapok az imámra. Biztosan így lesz.

Balogh Béla látomása

Van egy látomásom, amelyben minden ember békében él,
Egészséges táplálékhoz és emberhez méltó hajlékhoz jut,
Minden gyermeket szeretnek és tanítanak,
Hogy fejlesszék tehetségüket,
A szív pedig fontosabb, mint a fej,
És a bölcsességet többre becsülik, mint a gazdagságot.

Ebben a világban az igazság, az egyenlőség
És az igazságosság uralkodik.

A természetet tisztelik, ezért a vizek tisztán és
Áttetszően folynak, a levegő friss és tiszta.
A növényeket és a fákat táplálják, minden állattal
Tisztelettel és kedvesen bánnak.
Boldogság és nevetés uralkodik, és az emberek kéz
A kézben sétálnak az angyalokkal.

Köszönöm a szeretetet, megértést, bölcsességet,
Bátorságot és alázatot,
Amelyet ahhoz kaptam, hogy kivegyem részem a fény terjesztéséből.
Az egész bolygó emelkedjen fel.
Úgy legyen.

Balogh Béla: Elkezdődött...

A Miatyánk 7 kérése, csakráink és feltételezett magyar nevei

Sahasrāra	Úralma	Mi Atyánk, ki vagy a mennyekben, szenteltessék meg a te neved,
Ājñā	Hatalma	jöjjön el a te országod,
Viśuddha	Riadalma	legyen meg a te akaratod, mint a mennyben és a földön.
Anāhata	Fogadalma	A mindennapi kenyerünk add meg nekünk ma,
Maṇipūra	Vígalma	és bocsásd meg a mi vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek!
Svādhiṣṭhāna	Lakodalma	Óvj meg minket kísértéstől,
Mūlādhāra	Uradalma	és szabadíts meg a gonosztól.

† Utószó, avagy hogyan tovább?

Van-e szellemi élet az imán és a mantrán túl?

Bakos Attila (Narada Védikus Akadémia) mesélte egy amerikai útja után, hogy feltűnt neki, hogy az amerikaiak között még sokkal több a hívő templombjáró ember. Vendéglátója óvatosságra intette, hogy ne dőljön be a látszatnak. Addig, amíg arról beszélsz, hogy milyen sokat imádkozol, vagy gyakran jársz templomba, addig köztisztelőben állsz. Ám ha elmondád nyilvánosan, hogy beszélgetél Istennel, mitöbb meghallottad, hogy mit mondott, akkor kényszerzubbonyban vitetnének el.

Nyugaton a helyzet – évszázadok óta – változatlan. Korábban az egyház, ma a programozott elmék tagadják, hogy az Égiekkel folytatott beszélgetés kétoldalú is lehet. Ám jobban szétnézve azért találni kivételt. Nem csak a new age-es író, Neale Donald Walsch kezdett beszélgetésbe Istennel, de más keresztény misztikusok is. Magyarországon Dombi Ferenc plébános írt 43 könyvecskét, mely nem más, mint párbeszéd az Égiekkel. El is nevezte ezt a műfajt párbeszédimának.

*A párbeszédima természetes alapja az, hogy Isten mindannyiunkat boldogságra teremtett, és ez a boldogság Jézus szerint nem körülményeinktől függ, hanem attól, hogy miképpen állunk körülményeinkhez. Tehát nem körülményeink, hanem **gondolkodásunk átalakítását** kell megtanulnunk ahhoz, hogy boldogok legyünk. MINDEN EZEN FORDUL! Ezt előbb-utóbb mindenki kénytelen belátni. Így vagyunk teremtve.*

E belátás mindenkit arra kényszerít, hogy döntsön, melyik utat választja e három közül:

- 1. Az egyik, hogy belefáradva a meddő küzdelembe, melyet mostoha körülményei ellen vív, elfáulva lemond arról, hogy valaha is **boldog** legyen.*
- 2. A másik, hogy narkotikumok után nyúl, amelyek gondolkodásátalakítást idézve elő, rövid időre feledtetik a gondokat, s így valóban a boldogság érzetét keltik. Ezek a narkotikumok Istent utánozó bálványok. Ezek által előidézett gondolkodás-megváltozást **bódulatnak** nevezzük, s e bódulatért nagy árat kell fizetnünk a kijózanodás után.*
- 3. A harmadik, amely valójában az egyetlen helyes és semmivel sem helyettesíthető, az az, mikor lehetőséget adunk a bennünk lévő **Léleknek** arra, hogy **alakítsa át gondolkodásunkat**, illetve vállaljuk a partnerséget Vele e téren. Ezt Jézus két mondatban így fejezte ki: "**Alakítsátok át gondolkodásotokat**" - és "Nálam nélkül semmit sem tehettek". - A párbeszédima alatt pontosan ez történik.¹⁰*



14. ábra - Dombi Ferenc (1927-2004)

Feri bácsi, ahogy tanítványai nevezték, gyakran visszatért ehhez a kályhához. Kiegészítette azzal, hogy a **vállalt keskeny ösvény** szembesülést jelent, még valamely előző kényszerpálya, akár a **feladás**, akár a **bódultság** formái nem mások, mint **menekülés**. E két opció között döntünk naponta, hogy vállaljuk-e életfeladatainkkal a szembesülést, vagy a dolgok könnyebb végét fogjuk meg és a menekülést választjuk.

A **gondolkodás-átalakítás** (közönséges szóhasználat szerint: megtérés) eredetileg a **megfordulás** értelmű μετάνοια (metanoia) volt. Azaz felébredést követően más irányt vesz az életem.

Ezt a más irányt, vagy ébredést nevezte Wayne W. Dyer életünk délelőtti és délutáni közötti váltásnak. Ezért lett életmű filmjének címe is ez: The Shift.

Ki számít tehát kereszténynek, vagy keleten jóginak, buddhistának, vagy valóban spirituálisnak? Bármely felekezetbe születtünk is, vagy tértünk át egy másikra, csak akkor lehetünk boldogok, ha felvállaljuk, amiért leszülettünk. Ennek eszközei pedig a **jelenlét**, a **tudatosság**, és a **boldogság**. Patañjali jógi¹¹ a minden páratlan lapunk alján látható fogalommal fejezte ezt ki: szatcsitánanda.

¹⁰ Dombi Ferenc: A Hang 1. kötet 5. levél

¹¹ Az ő neve alatt jelent meg a Jóga-szútrák, a jóga rendszerének az egyik fő, klasszikus és legeredetibb forrásszövege, a jóga atyjának is nevezik.

Lelki út és iskolázhatóság szempontjából is háromfélék vagyunk, függetlenül attól, hogy a Föld mely pontján szocializálódtunk, vagy lett kondicionált¹² az elménk. A karma jógi típusú útonjáró a kezével és a lábával tud maradandót alkotni. A bhakti típus a szívében domináns, az odaadó szeretet gyakorlója. A gjána útját élő pedig a legtudatosabb típus. Attól függően, hogy milyen lelki alkat vagyunk, aszerint lesz hatékony a lelki gyakorlat valamely formája. A tudatos gyakorló inkább a csend meditációban töltődik fel, míg a bhakti pedig Isten valamely formájának megélésében, melynek a mantra, vagy az ima a leghatékonyabb módja. A karma jógi pedig mások földi szolgálatával teljesedik. Senki sem tiszta típus, az a normális, ha mindhárom módon képesek vagyunk működni.

Körünk egyik mottója, hogy *mindenki meditál valamin!* Azt jelenti, hogy elménk folyton ragaszkodik néhány gondolathoz, melyet gyakran futtat holtidejében. Aki tele van **ragaszkodással** és **félelemmel**, annak elméje kórosan képes ezek tárgyaihoz tapadni. Ezek a nem kívánt elmeprogramok komoly akadályai lehetnek a lelki útnak, sőt még a normális életnek is. Ezeket a vírusprogramokat **eltávolítani nem**, csak **felülírni** lehet. Ahhoz, hogy álmunk és ébredés utáni perceink ne ilyen akaratlanul csak megtörténjenek velünk, érdemes lelki gyakorlatot folytatni. Ahogy naponta megtisztítjuk a testünket, ugyanezt a lelkünk szintén megérdemli.

Ahhoz, hogy életünk ne csak megtörténjen, ahhoz, hogy ne csak következmény vagy okozat legyünk, hanem emberhez méltóan ok, **hatóvá** kell válnunk a **Mindenható** vezetése által, **társteremtővé** kell lennünk a **Teremtő** segítségével!

| *Amilyen az imád, olyan az életed!* – Dombi Ferenc: *A Hang*

Mantra és imagyűjteményünk tehát egy jegyzet, egy zsinórmérték, vagy sorvezető ahhoz, hogy össze tudjunk kapcsolódni (religio) az Égiek valamely képviselőivel. Spirituális körünk **fényoszlop szertartása** néhány imavers által hívja meg az Égieket, majd hagy elég időt arra is, hogy a megnyílt jelenlévők meghallhassák belsőjükben a választ, vagy megérezzék a támogató jelenlétüket, mely nem ritkán már a meghívás percében megtörténik.

Abban bízunk, hogy gyűjteményünk egyetemes jellege és széles körből való merítése egyre kevesebb embernek szegi kedvét, hogy eddigi vallásától eltérő ima vagy mantraverset megtapasztaljon. Gyűjteményünk eredeti célja, hogy körünk közös lelki gyakorlatának alapja legyen, de ugyanúgy ajánljuk egyéni gyakorláshoz is. Búcsúzóul megismételjük előszavunk záró kívánságát. Válgják e lelki gyakorlat minden ember javára. *Sarva mangalam. Ad maiorem Dei Gloriam!*



15. ábra - Dürer: *Imádkozó kezek* – 1508.

¹² Feltételekhez kötött, tehát egy világgép által meghatározott. Eckhart Tolle jellemző szóhasználata.

” Forrásaink és ajánlott irodalom

Jelen **Egyetemes mantra- és imafüzet** legújabb szerkesztett változata megtalálható a <http://dharmacentrum.hu/pdf/ima.pdf> címen.

-
- i Dharma Centrum – dharmacentrum.hu
 - ii <https://syriacorthodoxresources.org/Liturgy/Common/Abundbashmayo.html>
 - iii Katona István imái
 - iv Napfényes Élet Alapítvány: Lélekhíd – imakönyv <https://napfenyes.hu/>
 - v Makk István: Az örök fejlődés kozmikus útja
 - vi Kyriacos C. Markides A ciprusi mágus - A gyógyítás csodái
 - vii Dombi Ferenc: A Hang - <http://ahangtanitvany.hu/letoltes/osszhang.pdf>
 - viii Virinchi Shakti MantraSOUND - <https://www.virinchimantrasound.hu/hu/>
 - ix Spirituális Tudományos Kutatóintézet - <https://www.spiritualresearchfoundation.org/spiritual-healing/self-healing/removing-black-energy-covering/>
 - x Ósmagyar Egyház - <https://www.osmagyaregyhaz.hu/>
 - xi Wass Albert: Hagyaték
Wass Albert: Kard és kasza

További tervezett imák:

Gyógyító- és szeretetód

SSRF Isten nevének kántálása, annak hatása nehéz helyzetekben