

# Bedeutung und Ursprung des Gayatri-Mantras

© Rosel Eckstein / Pixello



Das Gayatri-Mantra ist ein universelles Gebet, das in den Veden – den ältesten heiligen Schriften der Menschheit, niedergelegt wurde. (Rg Veda III 62.10) und gilt als die Essenz der Vedischen Lehren genannt *Veda sara*. Es existieren vielfältige Übersetzungen des Gayatri-Mantra. Eine Übersetzung aus der Geetha Vahini lautet: „Om – Wir meditieren über den Glanz und die Strahlung der Anbetungswürdigen höchsten Göttlichen Wirklichkeit, die Quelle alles Seins, der physischen, astralen und kausalen Ebene des Seins. Möge das höchste Göttliche Wesen unseren Geist erleuchten, damit wir die absolute Wahrheit erfahren – erwecke es unser Unterscheidungsvermögen.“

Das Gayatri-Mantra wurde von dem vedischen Seher Vishvamitra entdeckt, der Sri Rama mittels des Mantras „Adityahridayam: Herz der Sonne“ (Sathya Sai Vahini 183) in die Mysterien der Sonnenanbetung einge-

weiht hat. Es wurde von vielen Menschen gesungen und ist über Broschüren von Sri Ramakrishna bekannt. Das Gayatri Mantra wendet sich direkt an unsere geistige Sonnenenergie (Surya) und wird auch als Mutter der Veden bezeichnet. Die Bedeutung des Namens Gayatri bezieht sich auf

*„Jemand, der Reinheit und Harmonie von Gedanken, Wort und Tat praktiziert, in dem haben Gayatri, Savitri und Sarasvati Wohnung genommen“*  
Sathya Sai 9/95-235

drei Gottheiten. Übersetzt bedeutet Gayatri: die Meisterin der Sinne. Savitri ist die Meisterin der Lebenskraft (Prana) und steht für Wahrheit, Sarasvati regiert die Rede (vak). Alle drei zusammen verkörpern die Reinheit in Gedanken, Wort und Tat (trikarana sudhi).

Das Gayatri Mantra wendet sich also an das immanente und transzendente Göttliche im Inneren des Menschen. Wenn es praktiziert wird kann die Erfahrung dessen ausgeweitet werden. Dieses wird „Savita“ genannt und bedeutet „das, woraus all dies geboren worden ist“. Es ist ein universelles Gebet und enthält die vier „Maha VakYas“ die großen vedischen Lehrensätze, die lauten:

1. Prajnanam Brahma-Brahman: Bewusstsein (Aitareya Upanishad des Rigveda)
2. Aham Brahmasmi: Ich bin Brahman (Brihadara.-Upanish.-Yajurveda)
3. Tat Tvam Asi: Das bist du (Chandoga Upanish. Samaveda)
4. Ayam Atma Brahman: Dieses Selbst ist Brahman (Mandukya Upanish Atharvaveda)

Früher beteten dieses Mantra nur Brahmanen – heute ist es für alle zugänglich – als Schlüssel zur universellen Quelle, das die Tür zum kosmischen Bewusstsein öffnen kann. Das Mantra ist die Anrufung der Devi in Form des göttlichen Lichts, unserer Sonne – absolutes Brahman. Die

*„Möge Gayatri, die Mutter des Universums, die ganze Welt mit transzendentalen Frieden segnen“.*  
(Saguru Sant Keshavadas)

Kraft und Wirkung bei regelmäßiger Rezitation zerstört Täuschungen, reinigt unsere Denkinhalte und Gefühle, (cittashuddhi). Es energetisiert das Prana und schenkt ein langes Leben mit Gesundheit, Reinheit und Weisheit als Glanz des Geistes und erweckt das universelle Bewusstsein in Erleuchtung und Verwirklichung des Nicht-Dualistischen, absolut Allumfassenden (advaitischen Brahman), zur Einheit des Bewusstseins. Das Universum ist angefüllt mit dieser göttlichen Energie. Mögen viele Menschen das Gayatri Mantra singen, beten, rezitieren um die Quelle des Lichtes in sich zu erfahren und zu verinnerlichen um so einen Beitrag zur Heilung für alle Wesen hier auf unserer Erde zu verbreiten. Om Shanti.

Om  
parabrahman  
BHUR  
*bhuvarloka: physische Ebene*  
*panchabhutas: 5 Elemente*  
BHUVAH  
*pranashakti: astrale, mittlere*  
Welt  
SVAHA  
*svarloka: kausal, Himmel*  
TAT  
*paramatman: Gott, Brahman*  
SAVITUR  
*das, woraus all dies*  
*geboren ist*  
VARENYAM  
*anbetungswürdig*  
BHARGO  
*Strahlung-Weisheit-Licht*  
DEVASYA  
*Göttliche Wirklichkeit*  
DHIMAH  
*wir meditieren*  
DHIYO  
*buddhi: reine Unterscheidungskraft*  
YONAH  
*welcher unser*  
PRACHODAYT  
*erleuchten, absolute Wahrheit*

Catrin Müller



1964 in Berlin geboren  
Studium zur Theaterwissenschaftlerin/  
Pädagogin in Berlin,  
Dipl.-Tanzpädagogin  
Shiatsu-Practitioner und  
Yogalehrerausbildung  
an der „Yogaakademie Berlin“ bei  
Ananda Leone. 2010 Eröffnung Shakti-  
Yogalofts und Yogaschule Yogashakti  
in Berlin-Kreuzberg mit Schwerpunkt  
Hatha-Yoga, Ashtanga-Yoga, Vinyasa-  
Yoga und Eventbereich. Mein Yogas-  
til ist geprägt durch regelmäßige  
Indienreisen seit 1997 und Studien  
unter anderem in Ashtanga-Yoga nach  
Pattabhi Jois und Iyengar-Yoga  
[www.shakti-yogaloft.de](http://www.shakti-yogaloft.de)

Hatha Yoga Flow

Fr. 15:30 - 17:00 h » Asana 1





**Shakti Yogaloft**

Urbanstr. 67 HH, Sfl.  
4. Aufg. 2. OG · 10967 Berlin  
U-Bahn Hermannpl. U7/U8



Catrin Müller  
Tel. 030 692 68 02  
info@yogalehrer-berlin.de  
www.yogalehrer-berlin.de

- Yogalehrerausbildung
- Yogakurse
- Yogareisen
- Yogadance

Yogapad.de  
Jan / wuins