Mantra GEBED “OM Sarveshaam Swastir Bhavantu”



OM Sarveshaam Swastir Bhavatu
Sarveshaam Shantir Bhavatu
Sarveshaam Purnam Bhavatu
Sarveshaam Mangalam Bhavatu

OM

Sarve bhavantu sukhinah
Sarve santu niraamayaaha
Darve bhadraani pashyantu
Maa kas-chid duhkha bhaag bhavet
Om shanti shanti shanti

Betekenis: *"Moge iedereen gelukkig zijn, moge iedereen gezond zijn, moge iedereen het goede ervaren, en moge niemand lijden."*

Wanneer te Shanten:

- Als dagelijks gebed voor Harmonie, Vrede en Welzijn op Moeder Aarde.
- Wanneer je Helende of Zegenende energie wilt sturen.
- Vóór of na een meditatie- of yoga-oefening.

Diepere betekenis en interpretatie:

De mantra **OM Sarvesham Svastir Bhavatu** is een universeel vredesgebed (shantimantra) uit de Vedische traditie dat welzijn, vrede en heelheid wenst voor alle wezens. Het vraagt niet om iets voor jezelf alleen, maar richt zich op het geheel.

- **OM**: Het Oergeluid van de stem van God & Godina - van het Universele Bewustzijn.
- **Sarvesham**: **Moge er welzijn en geluk zijn voor allen**: Het erkennen dat ieders geluk verbonden is met dat van een ander; er is geen scheiding tussen 'ik' en de 'ander'.
- **Svastir (Svasti)**: **Moge er vrede (Shanti) zijn voor allen**: Vrede op fysiek, emotioneel en mentaal niveau, en een einde aan lijden (bekend, onbekend of innerlijk): Welzijn: goede gezondheid, geluk, voorspoed en heil.
- **Bhavatu**: Moge er zijn / laat er zijn.
- **Moge er volledigheid (Purnam) zijn voor allen**: Het besef dat ieder mens en ieder levend wezen van nature compleet en heel is.
- **Moge er voorspoed en gunstige omstandigheden zijn voor allen**: Een zegen die brengt wat nodig is voor spirituele groei en harmonie.
- **Sarve bhavantu sukhinah**: Moge iedereen gelukkig zijn.
- **Sarve santu niramaya**: Moge iedereen gezond (vrij van ziekte) zijn. [
- **Sarve bhadraani pashyantu**: Moge iedereen het goede (welzijn en voorspoed) zien en ervaren.
- **Maa kas-chid duhkha bhaag bhavet**: Moge niemand enig verdriet of lijden ervaren.

Gebed vormt altijd de ultieme Verbinding. Wanneer we verbonden zijn, gaat het altijd goed met ons. Het gevoel van scheiding brengt ons in paniek, in angst, in het gevoel alleen of vergeten te zijn, maar wanneer we verbonden zijn, weten we dat we zelfs door uitdagingen en de moeilijke delen van het leven heen steun hebben.

Gebed is afstemmen op die Verbinding met de Goddelijke Geest, of datgene waarmee we ons verbonden wensen te voelen.
We hoeven het niet altijd een naam te geven. Het kan God, Godina, Bron, Goddelijke Geest zijn of helemaal geen naam. Het gaat om het Eenheidsgevoel van Verbondenheid.

Gebed gaat over dankbaar zijn, delen en dankbaarheid diep in het lichaam voelen, als een innerlijke glimlach. Wanneer je je vreugdevol en overvloedig voelt, ben je in een staat van gebed.

Alles wat we in feite denken, zeggen, affirmeren en doen is gebed, omdat we hiermee een rimpelingen van energie om ons heen creëren. Daarom willen we bewust dicht bij liefdevolle, vriendelijke en gedachten blijven, gevuld met mededogen. Wanneer we afgestemd zijn op dié energie, zijn we in Vrede.

Gebed is een staat van zijn, leven in dankbaarheid, bewustzijn en verbondenheid, waarbij zelfs de eenvoudigste momenten in ons leven een levend gebed vormen.