



MANTRAS DE PODER, MANTRAS DE PAZ



ASTANGA YOGA MANTRA

*Om vande gurunam charanaravinde
Sandarsita svatma sukhava bodhe
Nih sreyase
janggalikayamane
Samsara halahala
mohasantyai*



*Abahu purusakaram
Sankhachakrasi dharinam
Sahasra sirasam svetam
Pranamami patanjalin Om*

Saúdo os pés de lótus do mestre que ensina o justo saber e mostra o caminho para o despertar da alma; aquele que está além das comparações e que, como o médico da selva, extrai da consciência o veneno da ignorância.

Inclino-me frente ao sábio Patanjali, que tem a forma humana na parte superior do corpo, que segura uma espada, uma concha e um disco, e que está coroado por uma serpente de mil cabeça.

Sankaracharya, Yoga Taravalli.

SHANTI MANTRA - MANTRA DA PAZ

*Om sahanavavatu
Sahanaubhunaktu
Sahaviryam karva vahai
Tejas vinavadhitamastu
Ma vidvishavahai
Om shanti shanti shantihi*

Que estejamos protegidos e unidos
Que estejamos nutridos e unidos
Que trabalhemos juntos
Que nosso saber seja luminoso e realizador
Que nunca briguemos
Om. Que haja paz, paz, paz

SHANTI PATH - INVOCAÇÃO DA PAZ

*Om shanti, shanti, shantihi
Hari Om*

Om. Que haja paz, paz, paz perfeita.
Hari Om

GAYATRI MANTRA

*Om bhur bhuvah svaha tat savitur
varenyam
Bhargo devasya dhimahi
Dhiyo yo nah prachodayat*

Om. Contemplemos o esplendor do divino Sol, vivificante, presente na terra, na atmosfera e no céu.
Que ele inspire a nossa visão.
Rig Veda, III :62

MAHA MRITUNJAYA MANTRA

*Om triyambakam yajámahe sugándhim
Pushtivardhanam
Urvá rukám iva bándhanán
Mrityor mukshíya mámritát*



Om. Peço àquele que têm três olhos (Shiva), o mestre dos sentidos e sustentador de tudo que cresce, que me liberte do ciclo de condicionamentos e mortes.

Assim como a fruta cai quando está madura, me leve da morte à imortalidade.

Rig Veda, VII: 59

O **Om** é o mais importante de todos os mantras. Se diz que ele contém o conhecimento dos Vedas e se considera o corpo sonoro do Absoluto. O Om é a vibração que emana do redemoinho primordial da criação. Segundo o hinduísmo, foi essa vibração que engendrou o movimento no cosmos. A física moderna deu a essa primeira vibração expansiva o nome de big bang, a grande explosão inicial, a partir da qual começou a manifestação do Universo. O Om é formado pelo ditongo das vogais **a** e **u**, e a nasalização, representada pela letra **m**. Por isso é que, às vezes, aparece grafado Aum.

MANGALAM MANTRA

*Om swasthi prajá bhyah pari pala yantam
Nyá yena margena mahi mahishaha
Go brahmanebhyaha shubamastu nityam
Loka samastá sukhino bhavantu Om.
Om shántih shántih shántih*



Om. Que a prosperidade seja glorificada.
Que os governantes governem com virtude e justiça.
Que a Divindade e a erudição sejam protegidas.
Que todos os seres, em todos os lugares, sejam felizes.
Que haja paz, paz, paz.

MANTRA PARA CONSAGRAR O ALIMENTO

*Om Brahmarpanam Brahmavih
Brahmagnau Brahmanahutam
Brahmaiva tenagantavyam
Brahmakarma samadhinam. Harih
Om.*

Om. Que este alimento que ingerimos, e que é a própria essência de Brahma (O Criador), seja digerido pelo fogo que é o próprio Brahma, para que este corpo/alma, que é Brahma, possa evoluir até conquistar sua real natureza, Brahma. Harih Om

GANESHA GAYATRI MANTRA

*Om ekadantaya vidmahe
Vakratundaya dhimaho
Tanno dantih prachodayat*



Para alcançar o conhecimento do Senhor, eu medito naquele que tem um dente único e uma tromba curva.

Que o Senhor possuidor de um dente só nos inspire nesta meditação.

*OM sarvesam svastibhavatu
Sarvesam santibhavatu
Sarvesam purnam bhavatu
Sarvesam mangalam bhavatu
Sarve bhavantu sukhinah
Sarve santu niramayah
Sarve bhadrani pasyantu
Ma kascidduhkhaghavet*

Om que todos sejam prósperos
Que todos tenham paz
Que todos tenham plenitude
Que todos estejam bem
Que todos sejam felizes
Que todos sejam saudáveis
Que todos vejam o bem
Que ninguém sofra

*OM asato ma sadgamaya
Tamaso ma jyotirgamaya
Mrtyorma amrtam gamaya*

OM que se vá a não-verdade e venha a verdade
Que se vá a escuridão e que venha a luz
Que se vá a morte e venha a imortalidade

*OM purnamadah purnamidam
Purnat purnamudacyate
Purnasya purnamadaya
Purnamevavasisyate*

OM a causa do universo é plena,
O universo é pleno.
Do pleno veio o pleno,
Tirando-se a plenitude da plenitude,
somente a plenitude permanece.

MANTRA PARA SARASWATI PARA PEDIR PROTEÇÃO (PARA O ESTUDO)

*Ya kundendu tushara haradhavala
Ya shubhravastravritha
Ya vinavara dandamanditakara
Ya swetha padmasana
Ya brahmachyutha shankara prabhritibhir
Devaisada pujita
Sa mam patu Saraswati bhagavati
Nihshesha jadyapaha*



Que a Deusa Saraswati (deidade da arte, do estudo e removedora da letargia, preguiça e ignorância) nos proteja. Ela é pura e branca como o jasmim, a lua cheia, um colar de gotas de orvalho. Na sua roupa imaculada, ela está sentada em flor de lótus branca e toca um instrumento auspicioso, a Viina. Ela é sempre venerada por Brahma, o criador, Vishnu, o preservador e Shankara, o aniquilador, e outros Deuses.

OM NAMAH SHIVAYA

Mantra em reverência à Shiva, o destruidor e transformador do Universo.

BABA NAM KEVALAM

O amor é a essência de todas as coisas.
Tudo é expressão do amor divino.



OM MANI PADME HUM

Meditemos na jóia preciosa do lótus. Meditemos no lótus sagrado do coração.



BHAJAN E KIRTAN

Shiva Shiva Shambho Shankara

Hara Hara Hara Mahadevaraj

Hey Shiva Shankara Hey Maheshvara

Hey Shiva Shambo Shankara

Radha Rani Ki Jay Maha Rani Ki Jay

Bolo Radha Govinda Ki Jay Jay Jay

Radhe Radhe Shiam Bolo Radhe Radhe Shiam

Hare Om Shiva Om Shiva Om Hare Om

Hare Shiva Shiva Hare Om

Hare Rám Rám Rám Rám Rám Rám Rám

Hare Rám Rám Rám Rám Rám Sítá Rám

Hare Krishna Hare Krishna

Krishna Krishna Hare Hare

Hare Ráma Hare Ráma

Ráma Ráma Hare Hare

Radhe Radhe Radhe Shyam

Govinda Radhe jay shri radhe (2x)

Govinda Radhe Radhe Shyam

Gopala Radhe Radhe (2x)

Jay Mata Kali Jay Mata Durge

Kali Durge Namó Namah

Raghupati Raghava Raja Ram

Patitha Pavana Sita Ram

Sita Ram Jay Sita Ram

Úma Párvati Ananda Má (2x)

Kálí Durge, namó namah (2x)

Govinda Jaya Jaya

Gopala Jaya Jaya

Radha Ramana Hare

Govinda Jaya Jaya

Gajanana He Gajavadana Heramba Gajanana (2x)

Mushaka vahana Gajanana Modaka hasta Gajanana (2x)

Gajanana Om Gajavadana Heramba Gajanana (2x)

Pahi Pahi Gajanana Parvati nandana Gajanana (2x)

Nataraja Nataraja Nartana sundara Nataraja

Shivaraja Shivaraja Shiva kami priya Shivaraja

Jaya Shiva Shankara bhóm bhóm Hara Hara

Hara Hara Hara Hara bhóm bhóm Hara Hara

INVOCAÇÃO A PATAÑJALI

Yogena chittasya padena váchám
 Malam sharírasya cha vaidyakena
 Yopákarotam pravaram munínam
 Pátañjalim práñjaliranato´ smi
 Ábáhu purushákáram
 Shankha chakrási dhárinam
 Sahasra shírasam shvetam
 Pránamámi Pátañjalim

*Agradecemos e demonstramos nosso
 respeito a Patanjali
 que nos ligou o Yoga
 para a evolução da consciência
 a serenidade da mente
 o medicamento do corpo
 a perfeição da saúde
 a pureza da palavra
 e o autoconhecimento.*



SAM´GACCHADVAM CANTO COLETIVO ANTES DA MEDITAÇÃO

Sam´gacchadvam´
 Sam´vadadhvam´
 Sam´vomanámsi jánatam
 Devabhagam´ yathá purve
 Sam´janáná upásate

Movam-se todos juntos
 Irradiem um mesmo pensamento
 Juntos desfrutem os recursos do
 universo da mesma maneira que os
 sábios antigos.

Samánii va ákuti
 Samana hridayanivah
 Samánamastu vo mano
 Yathávah susahásati

Terem um ideal comum
 Um coração universal
 Infundam em suas mentes o mesmo
 sentimento pelo qual vocês sejam bem
 unidos.

NITYAM´ SHUDHAM´
CANTO PARA TERMINAR A MEDITAÇÃO

Nityam´ shudham
Nirábhas´ am
Nirákáram nirainjanam
Nityabodham´ cidanandam´
Gurur Brahma namamyaham

Eterno, puro, indescritível
Sem ação, sem defeito
Consciência bem aventurada
Ao mestre que é Consciência Suprema,
eu saúdo.

GURU PUJA
CANTO COLETIVO APÓS A MEDITAÇÃO

Akhan´ d´ a mand´ alákaram´
Vyaptam´ yena caracaram
Tatpadam´ darshitam´ yena
Tasmae shrii gurave namah

Ao mestre que revela a Consciência
Infinita que permeia todos os seres
animados e inanimados,
eu saúdo.

Ajinána timirándhasya
Jinánainjaná shakákáyá
Cak´ surunmilitam´ yena
Tasmae shrii gurave namah

Ao mestre que aplica o unguento do
Conhecimento para abrir meus olhos,
cegos pela escuridão da ignorância,
eu saúdo.

Gurur Brahma Gurur Vis´ n´ u
Gurur Devo Maheshvarah
Gurureva Parama Brahma
Tasmae Shrii Gurave Namah

O mestre é o Criador, o mestre é o
Preservador, o mestre é o destruidor,
o mestre é a própria Consciência
Suprema,
À este Mestre Divino, eu saúdo

Tava dravyam´ jagatguru
Tubhyameva samárpayet

Isto que é Seu, Ó mestre do universo
Só à você eu entrego.



ॐ गं गणपताये नमः ॥



Prabhujee

Prabhujee Dayaa Karo
 Maname Aana Baso.
 Tuma Bina Laage Soonaa
 Khaali Ghatame Prema Bharo.
 Tantra Mantra Poojaa Nahi jaanu
 Mai To Kevala Tumako Hi Maanu.
 Sare jaga Me Dhundaa Tumako
 Aba To Aakara Baahan Dharo.

Oh! Mestre, conceda-me um pouco de compaixão
 Por favor, venha e more em meu coração.
 Porque sem você, estou dolorosamente só
 Encha este pote vazio do néctar do amor.
 Eu não sei qualquer tantra, mantra ou adoração ritualista
 Somente sei sobre o amor que eu sinto por você
 Eu sei e só acredito em você!
 Eu tenho o procurado no mundo inteiro
 Por favor, venha e segure minha mão agora.



*Hare Krishna Hare Krishna
 Krishna Krishna
 Hare Hare
 Hare Rama Hare Rama
 Rama Rama
 Hare Hare*



