

## **Om Gam Ganapataye Namah**

*Prostrazione al grande Signore Ganesha*

*OM è il Mantra originario, il più potente. È parte di quasi tutti gli altri Mantra e serve ad invocare pure vibrazioni supreme. Sri è un titolo di riverente rispetto. Maha vuol dire grande. Ganapati è un altro nome di Ganesha, raffigurato come il dio dalla testa di elefante che rappresenta forza e coraggio morale. È colui che rimuove tutti gli ostacoli e conferisce il successo.*

## **OM Namah Sivaya**

*Prostrazione al Signore Siva*

*Siva è il signore degli asceti e degli eremiti. È parte della trinità induista. Brahma e Vishnu, le altre due parti, sono associati rispettivamente alla creazione e alla conservazione. Siva, il danzatore cosmico, presiede alle energie distruttive che disgregano l'universo alla fine di ogni epoca. In questo modo il vecchio lascia spazio al nuovo. In un senso più personale è grazie all'energia di Siva che la natura inferiore dell'individuo viene distrutta, permettendo così una crescita positiva.*

## **OM Namoh Narayanaya**

*Prostrazione al Signore Vishnu*

*Narayana è uno dei nomi di Vishnu, colui che conserva il mondo. Dopo la creazione, l'ordine dell'universo viene conservato dall'energia di Vishnu. È Vishnu che assume regolarmente forme umane e si incarna sulla terra a beneficio dell'umanità. Le persone direttamente impegnate nella gestione del mondo e nel mantenimento dell'armonia della vita sono attratte da questo aspetto di Dio.*

## **OM Namoh Bhagavate Vasudevaya**

*Prostrazione al Signore Dio, Vasudeva*

*Baghavan vuol dire Signore e si riferisce a Vishnu. Vasudeva, che vuol dire "Colui che risiede in tutte le cose e in Cui tutte le cose risiedono", è uno dei nomi di Krishna. Krishna è una delle divinità più amate. È considerato il maestro del mondo poiché è la fonte della Bhagavad Gita, uno dei testi più popolari di tutte le religioni orientali. Molti si sentono attratti da Krishna per il suo carattere giocoso e la sua natura gioiosa.*

## **Hari OM**

*OM Vishnu*

*Hari è un altro nome di Vishnu. È l'aspetto che perdona le azioni passate di coloro che prendono rifugio in Lui e distrugge i loro atti negativi. In tal modo Hari è un redentore e una guida alla salvezza personale oltre a essere colui che conserva il mondo.*

**OM Dum Durgayai Namah***Prostrazione alla Madre Durga*

*La divinità suprema è senza qualità ed attributi e, in quanto tale, contiene tutte le qualità e gli attributi. I principi maschili sono importanti ma devono essere bilanciati dai principi femminili. Maschile e femminile non sono che i due lati della stessa medaglia. Durga rappresenta l'aspetto materno di Dio. È la forza o Shakti attraverso la quale si manifesta il divino. Durga è potenza, è protettrice e benefattrice. Secondo la mitologia induista, le caitanya o coscienze pure di Brahma, Vishnu e Siva, furono unite per formare Madre Durga. È comunemente raffigurata a cavallo di una tigre, con otto braccia con le quali porta fiori ed armi di protezione e con cui fa gesti benedicienti.*

**OM Hrim Maha Lakshmyai Namah***Prostrazione alla grande Madre Lakshmi*

*Lakshmi è colei che dona con generosità. In quanto consorte di Vishnu contribuisce alla conservazione dei tre mondi, concedendo ricchezza ed abbondanza, sia materiali che spirituali. È raffigurata come una bella donna, in piedi al centro di un fiore di loto con le braccia aperte nell'atto di donare.*

**OM Aim Saraswatyai Namah***Prostrazione alla Madre Sarasvati*

*Aim è il bija di Sarasvati, la fonte di ogni apprendimento e della conoscenza delle arti e della musica. È la consorte di Brahma ed è impegnata nella creazione di nuove idee e di nuove cose. Dispensa saggezza e sapienza ed è spesso venerata da chi si occupa di arti creative.*

**Hare Rama Hare Rama, Rama Rama Hare Hare  
Hare Krishna Hare Krishna, Krishna Krishna Hare Hare***Mio Signore Rama!  
Mio Signore Krishna!*

*Hare è una forma glorificata per rivolgersi a Dio. Rama e Krishna sono le due incarnazioni di Vishnu più conosciute e amate. Essi nacquero sotto forma di uomini su questa terra per condurre l'umanità alla salvezza eterna. Questo è il Maha Mantra, la via più sicura e più facile per realizzare Dio nella nostra era.*

**Sri Rama Rama Rameti, Rame Rame Manorame;  
Sahasranama Tattulyam, Rama Nama Varanane***Tutti questi nomi di Rama sono pari  
al più alto nome di Dio.*

*Questo Mantra serve a contrastare il pettegolezzo e la maldicenza e a recuperare il tempo perso in chiacchiere oziose.*

## **Gayatri Mantra**

**OM Bhur Bhuvah Svah, Tat Savitur Varenyam  
Bhargo Devasya Dheemahi, Dhiyo Yo Nah Prachodayat**

*Meditiamo sulla gloria di Ishvara, che ha creato l'universo, che è degno di essere adorato, che è l'incarnazione della conoscenza e della luce, che toglie tutti i peccati e l'ignoranza. Possa Egli illuminare i nostri intelletti.*

## **Shanti Mantra**

**Om Sahana Vavatu Saha Nau Bhunaktu  
Saha Viryam Karavāvahai  
Tejasvi Nāvadhītamastu  
Mā Vidviṣāvahai  
Om Shanti Shanti Shanti**

*Om. Che Quello protegga entrambi, insegnante e discepolo. Che Quello permetta ad entrambi di godere (la Beatitudine della Liberazione). Che entrambi possiamo impegnarci (per scoprire il vero significato delle scritture). Che il nostro apprendimento sia fulgido. Che mai possiamo odiarci l'un l'altro.*

## **Guru Mantra**

**Gurur Brahmā Gurur Vishnu  
Gururdevo Maheśvaraḥ  
Gurur Sākṣāt Paraṃ Brahma  
Tasmai Srī Gurave Namaḥ**

*Ci prostriamo allo Śrī Guru, che unisce in sé gli dei Brahmā, Viṣṇu e Maheśvara e che è in verità l'Assoluto Supremo stesso.*