

Ganesha-Mantra Informationen und Anleitung zur Mantra-Meditation

1. Sitze dich bequem hin, mit gerade Wirbelsäule oder lege dich hin
2. Singe das Ganesha-Mantra mit Deva Premal 1 x oder 2 x
3. Dann schließe deine Augen und meditiere das Mantra, wiederholes es im Geiste oder ganz leise für ca. 15 – 30 Minuten.

Manta:

„Om Gan (Gam) Ganapatayei Namaha“

„OM und Ehrerbietung an Ganesha, den Beseitiger aller Hindernisse“

Die Qualität dieses Mantras beseitigt alle energetischen Blockierungen in uns.

Es segnet den Beginn unserer neuen Unternehmungen: ob es um eine Reise geht, um den Anfang einer neuen Lebensphase oder um unsere Reise nach innen.

Ganesha, der seinen Sitz in unserem Wurzelchakra hat, wird mit diesem Mantra angerufen. Er macht den Weg frei und beschützt uns.

Er symbolisiert die Einheit aller Dinge, allen Seins. Er zeigt eine Welt auf, die frei von geistigen Hindernissen ist.

Die energetische Qualität Ganeshas erlaubt es uns auch, dankbar zu sein, dass wir Teil der menschlichen Familie sind und uns stärker mit unseren Mitmenschen verbunden fühlen.

Wie **OM** ist auch **GAM** eine Keimsilbe.

OM ist der Name desjenigen in mir, das sich der Einheit aller Dinge bewusst ist.

GAM enthält die Energie Ganeshas.

Mit diesem Mantra können wir uns die Energie des Verstandes nutzbar machen.

Unser Verstand ist extrem machtvoll und oftmals unnötig geschäftig. Ganesha hat die Gabe, diese zur Zerstreuung neigende Energie zu bündeln und zu transformieren.

