

# GAYATRI MANTRA

Om Bhur Bhuvah Svah  
Tat Savitur Varenyam  
Bargho Devasya Dhimahi  
Dhiyo Yo Nah Prachodayat  
Om Shanti Shanti Shanti

OM

OM = IL SUPREMO

(il suono primordiale)

BHUR BHUVAH SVAH

(aspetto materiale)  
(aspetto mentale)  
(aspetto spirituale)

BHUR = LA TERRA  
BHUVAH = L'ATMOSFERA  
SVAH = IL CIELO

TAT SAVITUR VARENYAM

(Quello, Divino)  
(la Luce, Creatore e protettore)  
(adorabile)

TAT = COLUI  
SAVITUR = IL SOLE  
VARENYAM = L'ASSOLUTO

BHARGO DEVASYA DHIMAHİ

(bagliore)  
(Signore)  
(medito)

BHARGO = LUCE SUPREMA  
DEVASYA = SPLENDORE DELL'UNIVERSO  
DHIMAHİ = MEDITIAMO

DHIYO YO NAH PRACODAYAT

DHIYO YO NAH = CHE IL NOSTRO INTELETTO  
PRACHO DAYAT SI POSSA ILLUMINARE  
(Intelletto Supremo)  
(Intelletto brillante di Luce)

SHANTI PACE

(nella Mente)

SHANTI PACE

(nel cuore)

SHANTI PACE

(nel corpo)

## Significato del Gayatri Mantra

Meditiamo sul Creatore Onnipotente, che è il principio, la meta e la fine di ogni cosa. Egli è il Solo degno di essere adorato, poiché tutto risiede all'interno del Suo Essere. La Realizzazione del Supremo è fonte di Luce e Conoscenza e rimuove sofferenza e ignoranza. Possa Egli, attraverso il nostro impegno e la Sua grazia, illuminare il nostro Intelletto e condurci alla Realizzazione del Sé.

Gayatri Mantra proviene dal Rig Veda.

Gayatri è un nome femminile.

Questo Mantra è considerato Veda Mata, la madre di tutti i Mantra del Veda. La recitazione di Gayatri Mantra agisce sulla mente e favorisce

la vita spirituale dell'uomo

trascendendo verso lo stato Supremo.

17.03.2012

②

## Om Namah Shivaya

Presso la religione induista, Om Namah Shivaya (oppure Shivaya Namah Om) è uno dei mantra più celebri e recitati, nonché il mantra shivaita per eccellenza. Questa formula sacra sanscrita ha diversi significati; essa si appella a Dio in quanto a Shiva, un aspetto di Ishvara (l'aspetto personale di Dio) e può essere tradotta come "Signore, sia fatta la tua volontà", oppure "Mi arrendo a Te, Dio". È considerato uno dei mantra più completi e potenti.

### Struttura:

Segue un'analisi delle tre parole che compongono il mantra.

### Om (AUM)

La sacra sillaba Aum, il suono primordiale, considerato il mantra per eccellenza, viene usato come prefisso nella maggior parte dei mantra induisti per potenziare gli effetti benefici.

### Namah

In sanscrito namah significa letteralmente "arrendersi", "abbandonarsi"; indica in senso lato l'atteggiamento di resa totale dell'essere umano nei confronti della Divina Volontà. È un termine usato in molti Mantra e Bhajan.

### Shivaya (Shiva)

Nell'articolato pantheon induista, Shiva è la terza persona della trimurti (il triplice aspetto del Divino; Creazione, Preservazione e Dissoluzione), all'interno della quale si distingue per essere il distruttore del falso, dell'ignoranza, dell'ego, delle cattive tendenze.

Tuttavia, essendo l'Induismo molto vicino all'enteismo, nello Shivaismo l'aspetto ultimo di Dio assume la forma dello stesso Shiva; così, questo mantra è considerato dallo Shivaite il più completo e potente in assoluto.

### Il suffisso Ya significa in sanscrito "a Te".

### Mi arrendo a Te Signore

17.03.2012

3

### Utilizzo del Mantra

La formula Om Namah Shrivaya si presta sia ad un utilizzo prettamente "mantrico" (ovvero il Namasmarana, è la semplice ripetizione parlata o mentale del nome di Dio) sia ad un impiego in ambito più devzionale, come ad esempio nei

Bhajan/Mantra  
Molti canti devozionali dedicati a Shiva (ma non solo) includono all'interno del proprio testo questo mantra particolare,

oppure sono composti esclusivamente da ripetizioni dello stesso.

Si riporta come esempio uno dei Bhajan/Mantra shivaiti più famosi, in cui il

mantra  
*Om Namah Shrivaya* viene celebrato come l'invocazione ideale per esprimere la propria devozione e resa a Dio:

Bolo Bolo Sabmil Bolo Om Namah Shrivaya  
Om Namah Shrivaya Om Namah Shrivaya  
Bolo Bolo Sabmil Bolo Om Namah Shrivaya  
Jutajata Men Ganga Dhari  
Trishula Dhari Damaru Bhajaye  
Dama Dama Dama Damaru Bhajay  
Gunja Utha Om Namah Shrivaya  
Om Namah Shrivaya  
Om Namah Shrivaya  
Hari Om Namah Shrivaya

GUNJATAH

Cantiamo insieme "mi arrendo a Te, Shiva"  
Mi arrendo a Te, Shiva, mi arrendo a Te, Shiva,  
Cantiamo, cantiamo insieme "mi arrendo a Te, Shiva"  
Dai cui folti capelli sgorga il fiume Gange  
Cantiamo con il tamburo a Colui che regge il tridente  
Cantiamo insieme al continuo suono del tamburo  
La cui eco si propaga nell'Universo: mi arrendo a Te, Shiva  
Mi arrendo a Te, Shiva  
Mi arrendo a Te, Shiva  
Mi arrendo a Te, Signore

ॐ नमः शिवाय

Om Namah Shrivaya in scrittura Sanscrito  
(La scrittura della città degli dei)