

# MANTRA

Ein Mantra ist die Verdichtung von Wissen in einem kurzen, einprägsamen (Zauber-) **Spruch**. Das Wort entstammt der uralten Sprache Sanskrit, welche bis zum heutigen Tage in Indien gesprochen wird. Im Wörterbuch finden wir folgende Bedeutungen von Mantra: Spruch, Gebet, Lied, Hymne, Zauberspruch, Rat.

√*man* denken, meinen, achten, ehren; minnen  
*manas* Geist, Verstand, Seele; Gedanke; »mind«  
*manu* Mann, Mensch  
*manuṣha* Mensch

Nach einer alten indischen Sage hieß der Stammeshalter der **Menschen**, der erste Mann »Manu«. Von ihm wird das Wort für Mensch »Manuscha« hergeleitet.

Im heutigen deutschen und englischen Sprachgebrauch werden alle verkürzten Lautbotschaften, welche sehr oft wiederholt werden, als Mantras verstanden.

**Moderne Entsprechungen** sind Werbe- und Wahlslogans. Zusätzlich Fremdwörter und Wortneuschöpfungen, die mit einem gewünschten Gefühl aufgeladen werden.

Die Massenmedien verlassen sich auf solche Schlüsselwörter und durch ihre Deutungshoheit können sie diese, wie ein Mantra, in die Köpfe der Zuhörer einhämmern (Bp.: Demokratie, Terrorist, Nazi, ...). Durch die damit verbundenen Gefühle wird vor allem vor Wahlen die öffentliche Meinung in die gewünschte Richtung geleitet.

Im traditionellen Wortverständnis sind nur die Strophen der Lieder des **Veda** echte Mantras. Unter »vedisch« wird diejenige Zeit verstanden, in der die moderne Indologie die Entstehung der Texte über das heilige Wissen ( *vēda* ) innerhalb eines Volkes, das sich selbst Arier ( *ārja* ) nennt, annimmt: ungefähr 2000 vor Christus. Indische Quellen datieren die Vedas aber etliche Jahrtausende weiter zurück und die Brahmanen ( *brāhmaṇa* ), indische Geistliche, überliefern uns, daß der Veda **ewig** ist.

## JOHANNESVANGELIUM

Im Anfang war das Wort,  
und das Wort war bei Gott,  
und das Wort war Gott. // 1. 1. //

[...] Alles ist durch das Wort geworden,  
und ohne das Wort ist nichts geworden  
von allem, was geworden ist. // 1. 3. //

In ihm war das Leben und das Leben war  
war das Licht der Menschen. // 1. 4. //

Und das Licht leuchtet in der Finsternis, aber  
die Finsternis hat es nicht ergriffen. // 1. 5. //

# EINFACHE MANTRAS

|                  |                                      |
|------------------|--------------------------------------|
| <i>ōm</i>        | AUM; OHM; IHM; HIM; HUM              |
| <i>afiam</i>     | ich bin; ich heiße; I am             |
| <i>sō ' fiam</i> | ich [bin] ER; Ich-Er; Ichter; Ichder |
| <i>nama:</i>     | (Im) Namen (von); Ehre (für)         |

## MAHAAMANTRA

*ōm namaṣh śhivāja*

Im Namen des Gebers  
[ Ehre für den Geber ]

## DIE 5 ELEMENTE

|             |                                                |
|-------------|------------------------------------------------|
| <i>laṁ</i>  | Erde, Riechen, Steißbein, <i>mūlādhāra</i>     |
| <i>vaṁ</i>  | Wasser, Schmecken, Lenden, <i>svādhiṣṭhāna</i> |
| <i>raṁ</i>  | Feuer, Sehen, Nabel (Gedärme), <i>maṇipūra</i> |
| <i>jaṁ</i>  | Luft, Fühlen, Gefühle, Herz, <i>anāhata</i>    |
| <i>fiam</i> | Äther, Hören, Ton, Kehle, <i>viśuddha</i>      |

## GAAJATRII

[ *ōm bhūr bhuvā sva:* ]  
*tat savitur varēṅjam*  
*bhargō dēvasja dhīmaṇi*  
*dhijō jō naḥ praçōdajāt*  
// *ṛgvēda* III. 62. 10. //

[ Ein, Sein, Werden, Schein ]  
Des **Beseelers** wünschenswerter,  
göttlicher Strahlung eingedenk  
Die uns gute Gedanken schenken  
// Richtwissen III. 62. 10. //

Der **Sonne** wünschenswerter Strahl,  
Gottes Glanz sei gegeben uns  
er schärfe uns `re Achtsamkeit

## WIEDERHOLUNG

Mantras sind ein Weg unseren Geist vom schlimmsten Feind zum besten Freund zu wandeln und erlauben uns alte Denkmuster, Angewohnheiten und Süchte abzulegen. Die Mantras erreichen unser Unterbewußtsein und wenn wir etwas oft genug gehört haben, fangen wir selbst an, es in unseren Gedanken zu **wiederholen**. Was wir denken werden wir sein. Wiederholung: 108x, 54x oder 27 mal, min. 3x)

# DAS VOLLSTÄNDIGE MANTRA

| ◌                           | ◌̣                                    | ◌̇                            | ◌̈                       | ◌̣̇                         | ◌̣̈                                                 | ◌̣̇̈                                     | ◌̣̈̇                | ◌̣̈̈              | ◌̣̇̈̇              | ◌̣̈̇̈̇                                                                                     | 4 Überlaute<br>ṃ, ṇ, ḥ, ṁ |
|-----------------------------|---------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------|-------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| <b>I</b><br>[ Kehllaute k ] | <b>II</b><br>Gaumenlaute č            | <b>III</b><br>Biegungslaute ṭ | <b>IV</b><br>Zahnlaute t | <b>V</b><br>Lippenlaute p ] |                                                     |                                          |                     |                   |                    |                                                                                            | 5 Lautgruppen               |
| <b>अ</b><br>1 a             | <b>आ</b><br>2 ā                       | <b>इ</b><br>3 i               | <b>ई</b><br>4 ī          | <b>ऋ</b><br>5 ṛ             | <b>ॠ</b><br>6 ṝ                                    | <b>ऌ</b><br>7 [ṛ̣]                       | <b>ॡ</b><br>8 [ṝ̣] | <b>उ</b><br>9 u   | <b>ऊ</b><br>10 ū   | <b>14 Selbstlaute</b><br>Einfache Laute (lang oder kurz):<br>Zwilaute (lang): ē, āi, ō, āu |                             |
| <b>क</b><br>1 ka            | <b>ख</b><br>2 kha                     | <b>च</b><br>6 ča              | <b>छ</b><br>7 čha        | <b>ट</b><br>11 ṭa           | <b>ठ</b><br>12 ṭha                                  | <b>त</b><br>18 ta                        | <b>थ</b><br>19 tha  | <b>प</b><br>23 pa | <b>फ</b><br>24 pha | <b>37 Mitlaute</b><br>stimmlos<br>unbehaucht / behaucht (+h)                               |                             |
| <b>ग</b><br>3 ga            | <b>घ</b><br>4 gha                     | <b>ज</b><br>8 ḡa              | <b>झ</b><br>9 ḡha        | <b>ड</b><br>13 ḍa<br>14 aḍa | <b>ढ</b><br>15 ḍha<br>16 aḍha                       | <b>द</b><br>20 da                        | <b>ध</b><br>21 dha  | <b>ब</b><br>25 ba | <b>भ</b><br>26 bha | stimmhaft<br>unbehaucht / behaucht (+h)                                                    |                             |
| <b>ण</b><br>5 ṇa            | <b>ञ</b><br>10 ṅa                     | <b>ण</b><br>17 ṇa             | <b>न</b><br>22 na        | <b>म</b><br>27 ma           | <b>Nasale</b><br>stimmhaft / unbehaucht (+h)        |                                          |                     |                   |                    |                                                                                            |                             |
|                             | <b>य</b><br>28 ja                     | <b>र</b><br>29 ra             | <b>ल</b><br>30 la        | <b>व</b><br>31 va / wa      | <b>Halbvokale</b><br>stimmhaft + unbehaucht         |                                          |                     |                   |                    |                                                                                            |                             |
| <b>ः</b><br>32 xa / ha      | <b>श्</b><br>33 śha                   | <b>ष</b><br>34 ṣha            | <b>स</b><br>35 sa        | <b>ः</b><br>36 fa           | <b>Hauch- und Zischlaute</b><br>stimmlos + behaucht |                                          |                     |                   |                    |                                                                                            |                             |
| <b>ह</b><br>37 ha           | <b>und H [ stimmhaft + behaucht ]</b> |                               |                          |                             |                                                     |                                          |                     |                   |                    |                                                                                            |                             |
| <b>55 LAUTE</b>             |                                       |                               |                          |                             |                                                     |                                          |                     |                   |                    |                                                                                            |                             |
| Bindelaute:                 | <b>ज्ञ</b><br>gñja / ḡñja             | <b>क्ष</b><br>kṣha / cṣha     | <b>त्र</b><br>tra        | <b>श्र</b><br>śhra          | <b>ॐ</b><br>ōṃ / IHM                               | <b>Lautverbindungen</b><br>60 Buchstaben |                     |                   |                    |                                                                                            |                             |

## UMSCHRIFT

Ein einfacher Laut wird von mindestens einem und höchstens zwei Buchstaben bezeichnet.

Ein **Punkt über dem Buchstaben** weist ihn den Selbstlauten und ihren Zusatzklängen zu.

Ein **waagrechter Strich über dem Buchstaben** weist ihn ebenfalls den Selbstlauten zu und kennzeichnet ihn zusätzlich als gedehnt (langgesprochen).

Ein **nach unten zeigender Haken** über dem Buchstaben weist ihn den Gaumenlauten zu.

Diese sind im Deutschen als tsch, dsch und sch vertreten.

Ein **Punkt unterhalb des Buchstabens** weist ihn den Lauten zu,

die mit zurückgebogener Zungenspitze am Zungenrücken erzeugt werden (Retroflexe).

Diese Laute sind im Deutschen nicht vorhanden, klingen jedoch ähnlich wie t, d, n, l und sch.

**Zeichen, die durch / getrennt werden,** haben zwei, gültige Darstellungsweisen.

**Zeichen, die durch \ getrennt werden,** haben zwei klangliche Varianten.

Engelbert  
Agni  
Kaltseis  
2017

kaltseis@  
gmail.com

**2**

# AUSSPRACHE

## 0. Überlaute (4) [ andere Umschrift: ' , h, m und m / m̄ ]

|    |                                        |    |                                                 |
|----|----------------------------------------|----|-------------------------------------------------|
| '  | :                                      | m̄ | n̄                                              |
| '  | Überlaut; fehlender a-Laut; kein Klang | :  | <b>Ausatmen</b> , Aushauchen                    |
| m̄ | klingendes M wie in » <b>summen</b> «  | n̄ | klingendes N wie im Französischen » <b>on</b> « |

## 1. Selbstlaute (14) [ andere Umschrift: r, r̄, l und l̄ sowie e, ai, o und au ]

|           |           |
|-----------|-----------|
| 1.1. kurz | 1.2. lang |
| a kann    | ā Kahn    |
| i bin     | ī Biene   |
| u Rum     | ū Ruhm    |
| ř ihr     | r̄ irr    |

|           |               |
|-----------|---------------|
| 1.3. lang | 1.4. überlang |
| ē Ehre    | āī Eis        |
| ō Mohn    | āu aus        |

## 2. Mitlaute (27 + 10)

### I. Kehlkopflaute (5) [ andere Umschrift: k, kh, g, gh und n̄ ]

|                         |                                       |                     |
|-------------------------|---------------------------------------|---------------------|
| 1. ka kann (unbehaucht) | 2. kha Kind (behauchtes, deutsches k) | 2 Stimmlose         |
| 3. ga gut               | 4. gha Berghaus – wie: g-h            | 2 Stimmhafte        |
| 5. ŋa Engel             |                                       | 1 Nasal (stimmhaft) |

### II. Zunge an Gaumen (5) [ andere Umschrift: c, ch, j, jh und ñ ]

|                        |                                               |
|------------------------|-----------------------------------------------|
| ča tschüß (unbehaucht) | čha Deutsch (behauchtes, deutsches tsch)      |
| ğa Dschungel           | ğha Madschhand – wie: dsch-h (äußerst selten) |
| ña Wunsch              |                                               |

### III. Zurückgebogene Zungenspitze am Zungenrücken (7)

|                             |                                    |
|-----------------------------|------------------------------------|
| ṭa Bert (unbehaucht)        | ṭha roth (behauchtes, deutsches t) |
| ḍa wurde                    | aḷa viele                          |
| ḍha Radhalterung – wie: d-h | aḷha Vielheit – wie: l-h           |
| ṇa Rune                     |                                    |

### IV. Zungenspitze an den Zähne (5)

|                      |                                    |
|----------------------|------------------------------------|
| ta Zeit (unbehaucht) | tha Thor (behauchtes, deutsches t) |
| da Du                | dha redhaft – wie: d-h             |
| na neu               |                                    |

### V. Lippenlaute (5)

|                        |                                      |
|------------------------|--------------------------------------|
| pa Pforte (unbehaucht) | pha Pracht (behauchtes, deutsches p) |
| ba Brot                | bha leibhaftig – wie: b-h            |
| ma mein                |                                      |

## 3.1. Halbvokale (4) [ andere Umschrift: y, r, l und v ]

|       |        |          |           |
|-------|--------|----------|-----------|
| ja ja | ra rot | la Liebe | va Wasser |
|-------|--------|----------|-----------|

## 3.2. Hauch- und Zischlaute (5) [ andere Umschrift: ḥ, ś, š, s und ḥ ]

|         |           |           |        |          |
|---------|-----------|-----------|--------|----------|
| xa Acht | šha schön | ṣha rasch | sa daß | fa Flieg |
|---------|-----------|-----------|--------|----------|

## 3.3. Der tönende Hauch (1) [ andere Umschrift: h ]

|          |
|----------|
| fia Heil |
|----------|

Engelbert  
Agni  
Kaltseis  
2017

kaltseis@  
gmail.com