

## Bhaki Yoga Mantras by Anke

### 1. **Aham Brahmasmi** - Hinduismus, englischer Text und Melodie: Anke Moehlmann

em G D D Capo 5  
am C G G

Aham Brahmasmi, Aham Brahmasmi, Aham Brahmasmi, Aham Brahmasmi

am em	
I am spirit soul,	Ich bin spirituelle Seele,
C G	
everlasting.	unendlich.
G D	
I am infinite.	Ich bin das Ewige.
I am one with the divine.	Ich bin Eins mit dem Göttlichen.

### 2. **Ardas Bhai** - Kundalini Yoga Mantra, Melodie: Anke Moehlmann Capo 5

G D  
Ardas Bhai, Amar Das Guru, Amar Das Guru, Ardas Bhai,

am G  
Ram Das Guru, Ram Das Guru, Ram Das Guru, Sache Sahi

Sprache: Gurmukh, Bhai – Ba-ieh (gesprochen)

**Übersetzung:** Das Gebet (Ardas) ist gesprochen. Guru Amar Das verspricht, dass es erfüllt wird, Guru Ram Das bestätigt dies als wahr (Sache Sahi).

Dieses Mantra ist ein Gebet. Singe es in schwierigen Zeiten. Wenn du es singst, verbinden sich dein Körper, Geist und deine Seele automatisch und ohne, dass du sagst worum es geht, werden die Bedürfnisse deines Lebens neu eingestellt.

### 3. **Govindam adi-purusham** - traditionell: Hinduismus, Melodie: Anke Moehlmann

am em G am  
Govindam adi-purusham tam aham bhajami 2x  
am em G am  
Govindam Govindam Govindam Govindam 2x

Der Hauptrefrain der Sri Brahma-samhita "Govindam adi-purusham tam aham bhajami" bedeutet: Ich verehere Govinda (Gott ist unser guter Hirte)

Dieses Mantra fördert die spirituelle Entwicklung und Weisheit und gibt uns die Erfahrungen die wir brauchen.

#### 4. Krishna Govinda Govinda Gopala - Text: Hinduismus, Melodie: Anke Moehlmann Capo 5

D            G                    D  
Krishna Govinda Govinda Gopala  
              am                    G  
Krishna Govinda Gopala  
              G                    D  
Krishna Murari Manohara Nandalala  
              am                    D  
Krishna Murari Manohara Nandalala

##### **Spirituelle Übersetzung:**

Oh Krishna, du bist mein guter Hirte. Du überwindest alle Negativitäten. Du bezauberst meinen Geist, oh Sohn der Freude.

##### **Bedeutung und Herkunft:**

Krishna Govinda richtet sich an Krishna. Krishna, wörtlich „der Geheimnisvolle“, „der Mysteriöse“, wörtlich „der Schwarze“, „der Dunkle“. Das heißt, Krishna, Gott, ist nicht wirklich erfahrbar, er ist nicht wirklich intellektuell begreifbar, er bleibt geheimnisvoll, es ist ein Mysterium. Er ist Govinda, der gute Hirte, er kümmert sich um uns, wir können ihm ganz vertrauen.

Gopala – Schützer aller Wesen. Krishna ist Murari, er überwindet alle Negativitäten. Er ist Manohara. Manohara heißt, er zieht die Herzen aller zu sich. Manohara heißt auch „der Bezaubernde“, „derjenige, der faszinierend ist“. Gott bezaubert uns, Gott fasziniert uns, Gott berührt uns in der Tiefe unseres Wesens. Und Gott ist Nandalala, das heißt, der Sohn von Nanda. Und Nanda heißt auch Freude. Und so ist Nandalala auch der Sohn der Freude. Und so gibt uns Krishna Freude, er bezaubert uns, er beschützt uns, er hilft uns, er spielt auf seiner Flöte. Und so ist dieses Mantra voller Leichtigkeit, voller Freude und voller Herzlichkeit.

Yoga Vidya - Sukadev

#### 5. Lakshmi Beej Mantra - Text: traditionell, Hinduismus, Melodie: Anke Moehlmann

G    em            am            D            Capo 5  
C    am            dm            G  
Om Hreem Sri Lakshmi Bhyo Namaha

##### **Einfache Bedeutung:**

Die Göttin Lakshmi befindet sich in mir und schenkt mir ihre Fülle in allen Aspekten meiner Existenz, meines Seins!

Lakshmi - Schönheit, Glück, Wohlstand; Göttin des Wohlstandes, der Wohlfahrt, des Glücks, des Gedeihens und der Schönheit.

Lakshmi bringt Schönheit in dein Leben. Ihr himmlischer Glanz bringt alles wieder zum Strahlen. Mit der Schönheit kommen auch Lebensfreude, Liebe und Lachen in dein Leben.

Lakshmi sagt dir: Das bist du! Schau hin, wie wunderschön und vollkommen du bist! Du bist einzigartig! Maha - Lakshmi (die große Lakshmi) führt uns von unseren materiellen Wünschen hin zu einer tieferen Erfüllung, die wir nur im inneren Frieden finden können. Hier im Herzen und im Licht unserer Seele tanzt unser wahres Glück. Wer hier seine Wurzeln hat, kann sich im Leben alle wahren Wünsche erfüllen.

(Quelle: Isabel Arés, Das Orakel der indischen Götter)

## 6. Maheshvara – Text: traditionell, Hinduismus; Melodie: Anke Moehlmann

Capo 5

G am  
Maheshvara Jaya Mahadeva

C G  
Maheshvara Namō Namaha

D am D  
Hey Nath Narayana Vasudeva

C G  
Hey Nath Narayana Vasudev

Mahadeva – der große erhabene Gott, Herr des Universums

Narayana – Manifestation Krishnas und Vishnus, verkörpert die kreative Kraft des Universums, Vasudeva – der in allen Wesen wohnt und sie beschützt

Namo – wir verehren dich

Namaha – ich verneige mich vor

## 7. Om Tare Tuttare Ture Svaha (Green Tara Mantra)

Text: traditionell Hinduismus, Melodie: Anke Moehlmann Capo 5

am em am  
Om Tare Tuttare Ture Svaha, Om Tare Tuttare Ture Svaha 2x

C G D em  
Om Tare, Om Tare 2x

Om – der Urlaut, repräsentiert alle Trinitäten (z.B.- Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft – Körper, Geist, Seele) Tare - Anrufung Tara's der kosmischen Energie, befreie mich vom wahren Leiden; Tuttare – erwecke das Göttliche in mir, befreie mich von allen Gefahren und meinem Karma; Ture – beende meine Leiden und führe mich zur wahren Erkenntnis, lass' mich die göttliche Energie erfahren; Svaha– möge die Bedeutung des Mantras in meinem Herzen Wurzeln schlagen

G am  
 Rama, Rama, Rama, Rama  
 G  
 Rama, Rama, Ram, Rama  
 am G  
 Rama, Ram, Rama

Rama ist eine Inkarnation des Gottes Vishnu - einer der bedeutendsten Götter Indiens. Rama heißt: "Der der Freude bringt". Wenn man Ram oder Rama sagt, meint man das Höchste - Gott, der als innerste Realität in den Herzen aller Lebewesen wohnt. Dies ist der Grund, warum man Rama auch mit dem spirituellen Herz gleichsetzt. Die Energie Ramas steckt in diesem Mantra und überträgt sich auf jeden, der es aufrichtig singt. Freude und unbeschreibliche Leichtigkeit im Herzen sind die Geschenke an den, der es singt oder rezitiert.

Dies war Mahatma Gandhis Mantra und er hatte noch "Ram, Ram", auf den Lippen, als er von der Kugel seines Attentäters tödlich getroffen wurde.

(Quelle: Pari Laskaridis; Mantras: Worte aus der Quelle der Kraft und Heilung)

### 9. Sri Saraswati Mantra - Text: traditionell, Hinduismus; Melodie: Anke Moehlmann

*em - D (Capo 5)*

Capo 2 - Anke

am G  
 NAMASTE SHARADE DEVI  
 am  
 SARASWATI MATI PRADE  
 G  
 VASATVA MAMA JIHVAGRE  
 am  
 SARVA VIDYA PRADA BHAVA

Ich verneige mich vor dir Göttin Sharada. Saraswati, die die den Geist(Intellekt) schenkt Mögest du deinen Wohnsitz auf meiner Zunge haben und schenke mir deine Weisheit.

"Sarasvati - "die Fließende", wird als Flussgöttin verehrt. Sie ist auch die Göttin aller Künste: Als Erweckerin glücklicher Ideen und inspirierter Rede verleiht sie den Künstlern Eingebungen, bringt den Musikern fließende Klangwellen und den Tänzern die Anmut harmonisch flüssiger Bewegung.

Sarasvati bringt tiefe Heilung bei allen Kreativblockaden und hilft dir, dein Innerstes und Bestes auszudrücken. Sie lehrt dich, die uralte Sprache deines Herzens und ermutigt dich, deine Arbeit wirklich wertzuschätzen."

(aus: Das Orakel der indischen Götter von Isabel Arés)

## 10. **Suddhossi Buddhossi (Mantra für Urvertrauen)**

[Sanskrit] traditionell: Hinduismus, Melodie: Anke Moehlmann

Capo 5

**D am** **am em**  
Suddhossi buddhossi niranjanosi

**C G** **G D**  
Samsara maya parivar jitosi

**D am**  
Samsara svapanam

**am em**  
Traija mohan nidram

**C G**  
Na janma mrityor

**G D** **D am**  
Tat sat svarupe

### Wiegenlied der heiligen Medalasa (Mandalasa) aus den Upanishaden

Du bist rein. Du bist die Manifestation der kosmischen Intelligenz. Du bist unberührt von allem was auf dieser Welt geschieht. Du bist jenseits vom Kreislauf von Geburt und Tod (Samsara), Jenseits von Täuschung (Illusion).

Was auch immer geschieht, du bleibst das reine unsterbliche Selbst. Du bist verankert in diesem unendlichen ewigen Bewusstsein.

Aus dieser tiefen Verankerung kannst du dein ganzes Leben gestalten und erfahren.

Erläuterung: Sukadev Bretz, Yoga Vidya

[English]

**D am**  
You are forever pure

**am em**  
You are forever true

**C G**  
& the dream of this world

**G D**  
Can never touch you

**D am**  
So give up your attachment

**am em**  
give up your confusion

**C G**  
and fly to that space

**G D** **D am**  
That's beyond all illusion

CD-Version mit "dm" statt "D-Dur"