

I viktige øyeblikk i livet mitt har jeg tenkt på Tibet. Nå skal jeg besøke landet "på verdens tak". Vel 20 stykker er med på Sjamansonens tur. For flere har det vært svært strevsomt å komme av sted. Her er info om det kjente mantraet: OM MANI PADME HUM.

Syng noen rosenkranser for oss som er underveis paa denne lange reien gjeonom luften. Ja jeg har kjoept klimakvote.

Det å komme ut på denne reisen har vært ekstremt slitsomt og krevende for flere deltagere. Mye har skjedd i tiden frem til avreisen. En har mistet bestemor. En annen har mistet flybilletten. Seks andre holdt på å bli "lurt" av et lite reisebyrå. Jeg har vært uvel. Flere har hatt dype funderinger og tenkt på å trekke seg. En har også trukket seg. Vi drar avsted nå. Vi er tilbake den 29. oktober.

Å synge mantraer er en vei til oppvåkningen, så vidt jeg har fått vite. Når dette er en del av veien mot oppvåkningen, skal man synge mantraene noen millioner ganger mens fingrene teller over rosenkransen, malaen.

Når man resiterer mantraer, resiterer man for alle, for alt liv. Om du resiterer mantraet, så er det for deg, meg og alle, for alt liv i de seks dimensjonene.

Om mani padme hum er kanskje det mest kjente, men mantraene er tmange, med forskjellig mening og vibrasjon. Noen er opp til 100 stavelser, kanskje også mer.

Her er en innføring i dette enkle 6-stavelsesmantraet, OM MANI PADME HUM, som kalles "diamanten i lotusen":

Når man synger OM stråler tallrike OM-stavelser fra hjertet. De sprer seg i alle retninger for å rense og og fylle alt liv med det hvite lyset, som skaper mental stabilitet. Dette lyset renser sinnet for alle former for stolthet, den som gjør at et menneske adskiller seg på gale premisser fra andre. OM skaper forståelsen av den sanne likhetens Buddavisdom, som svarer til gudenes

rike.

Idet man synger MA, stråler tallrike MA-stavelser gjennom skapelsen. Som grønt lys fra hjertet sprer det seg i alle retninger for å rense og fylle alt liv med det grønne lyset som utvikler tålmodighet. Lyset absorberer i seg alt karma som inneholder sjalusi, for så å etablere den frigjorte handlingens Buddavisdom.

Fra NI strømmer allrikt NI-stavelser, som stråler som gult lys fra hjertet. Det lyset sprer seg i alle retninger for å rense og fylle alt liv med det gule lyset som fremmer moralske verdier, det lyset som forener kropp, sinn, nådegaver og handlinger. Dette lyset renser alle karma-tendenser som rommer ignorance, det som skaper tvil, og crazy begjær. NI forvandler samsara til Nirvana gjennom spontan ikke-klamrende bevissthet. NI er virksom i forandlingen av den menneskelige sfæren.

Fra PA strømmer tallrike PA-stavelser, som himmelblått lys fra hjertet. Det sprer seg i alle retninger og renser og fyller alt liv med himmelblått lys, som fremmer flid og skaperglede. Dette lyset nøytraliserer alle karmiske tendenser til dovenskap og dumhet og fremme dharma, kunnskaper om Buddhaveien.

Fra (D)ME stråler tallrike (D)ME-stavelser, som skinner som rødt lys fra hjertet. Det sprer seg i alle retninger og renser og fyller alt liv med et rødt lys, som fremmer generøsitet. Dette lyset nøytraliserer helt alle karmiske tendenser som består i å gripe fatt i, klamre seg til og henge fast i. Gjennom dette skapes en Buddhavisdom av rett bedømmelse.

Nå man synger HUM strømmer tallrike HUM-stavelser som blåsvart lys fra hjertet. Dette lyset sprer seg i alle retninger for å rense og fylle alt liv med det blå-svarte lyset av perfekt visdom. Lyset utsletter helt alle karmiske tendenser som består av sinne, det som skaper dualitet. Gjennom denne forvandlingen skapes en speilbilddelig Vidsom fra alle Buddhaer.

Skal mantraet slå rot i ens bevissthet, er 10 000 gjentakelser det minimum som anbefales. Når man synger mantraet kan man legge vekt på den stavelsen som representerer den forvandlingen man ønsker å gå gjennom.

Ailo Gaup

Disse informasjonene er hentet fra boken:

Namgyal Rinpoche:

Body, Speech & Mind

A manual for human development.

Bodhi Publishing, Canada

ISBN: 1-895316-06-5

