

OM MANI PADME HUM

Das Mantra des Buddhas Avalokitheshvara – dem Buddha des universellen Mitgeföhls – ist das älteste und bis heute populärste Mantra im tibetischen Kulturraum. Die Stärke des Gebets ruft den Segen aller Buddhas herbei, um Lebewesen von ihren Leiden zu befreien, etwa geliebte Menschen, wenn Gläubige ihnen das Mantra widmen. Einen weiteren Segen bietet die Beseitigung von negativem Karma und die Reinigung von schlechten Eigenschaften wie Gier, Wut, Hass und Unwissenheit. Positive Verdienste sowie die Kraft des Mitgeföhls werden dadurch gestärkt. Von Bedeutung ist auch der Reinigungseffekt jeder einzelnen Silbe; sie kann als eigenständiges Gebet gesehen werden und richtet sich jeweils an Körper, Sprache, Gedanken, Qualitäten und Aktivitäten der Buddhas.



Die Bedeutung der Silben

OM symbolisiert den Körper aller Buddhas und ist der Anfang fast jedes Mantras, da es als spiritueller Urlaut verstanden wird.

MANI bedeutet *Juwel* (auf Sanskrit) und bezieht sich auf das Attribut, das der Buddha in seinen beiden mittleren Händen hält.

PADME bedeutet *Lotos* und verweist auf die Blume, die der Buddha in der linken Hand hält.

HUM dient als abschließende Silbe der Bekräftigung und symbolisiert die Gedanken aller Buddhas.