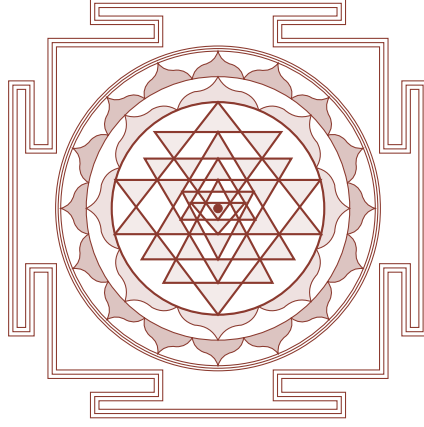




आयुर्मन्त्र

Āyur-Mantra

Rezitationstext, Umschrift, Übersetzung und Wort-für-Wort-Analyse

Herausgegeben von Yogi Narasimha

yoginarasimha.site

15. September 2026

Inhaltsverzeichnis

1	Rezitationstext	1
2	Umschrift (IAST)	2
3	Studienteil	3
4	Quellenverzeichnis	4

1 Rezitationstext

1

॥ आयुर्मन्त्रः ॥

2

ॐ आयुर्देहि प्राणं धेहि । अपानं धेहि व्यानं धेहि ।

3

चक्षुर् धेहि श्रोत्रं धेहि । मनो धेहि वाचं धेहि ।

4

आत्मानं धेहि प्रतिष्ठां धेहि । मां धेहि मयीं धेहि ।

5

॥ ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

2 Umschrift (IAST)

1

॥ āyurmantraḥ ॥

2

oṃ āyurdehi prāṇaṃ dhehi | apānaṃ dhehi vyānaṃ dhehi |

3

cakṣur dhehi śrotraṃ dhehi | mano dhehi vācaṃ dhehi |

4

ātmānaṃ dhehi pratiṣṭhāṃ dhehi | mām dhehi mayī dhehi |

5

॥ oṃ śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ ॥

3 Studienteil

1

॥ आयुर्मन्त्रः ॥

॥ āyurmantraḥ ॥

Das Mantra der Langlebigkeit.

Āyus (n. 1/1): Leben, Lebenskraft, Lebensdauer. **Mantra** (m. 1/1): Mantra, Spruch.

2

ॐ आयुर्देहि प्राणं धेहि । अपानं धेहि व्यानं धेहि ।

Om āyurdhehi prāṇaṁ dhēhi । apānaṁ dhehi vyānaṁ dhēhi ।

Verleihe mit Langlebigkeit! Verleihe mir den Lebenshauch! Verleihe mir den abwärtsgerichteten Hauch! Verleihe mir den durchdringenden Hauch!

Āyus (n. 2/1): Leben, Lebenskraft, Lebensdauer. **Dhehi** (lot): √dā (geben) gib. **Prāṇam** (m. 2/1): Lebenshauch, Lebensodem. **Apānam** (m. 2/1): Aushauch, After, abwärts gerichteter Atemstrom. **Vyānam** (m. 2/1): Durchhauch, der durchströmende Atem, welcher die Lebenskraft im Körper verteilt, verbreitet sich im gesamten Körper.

3

चक्षुर् धेहि श्रोत्रं धेहि । मनो धेहि वाचं धेहि ।

cakṣur dhehi śrotraṁ dhēhi । mano dhehi vācaṁ dhehi ।

Verleihe mir Sehkraft! Verleihe mir Hörkraft! Verleihe mir den Geist! Verleihe mir Rede!

Cakṣus (n. 2/1): Auge. **Dhehi** (lot): √dā (geben) gib. **Śrotram** (n. 2/1): Ohr. **Manas** (n. 2/1): Geist, Sinn, Denken. **Vācam** (f. 2/1): Rede, Wort.

4

आत्मानं धेहि प्रतिष्ठां धेहि । मां धेहि मयीं धेहि ।

ātmanāṁ dhehi pratiṣṭhāṁ dhēhi । māṁ dhēhi mayī dhēhi ।

Verleihe mir das Selbst! Verleihe mir Festigkeit! Verleihe mich mir selbst!

Ātmānam (m. 2/1): das Wesen, die Natur, die Seele, das Selbst. **Dhehi** (lot): √dā (geben) gib. **Pratiṣṭhām** (f. 2/1): Grundlage, Stabilität, Standfestigkeit. **Mām** (2/1): mich. **Mayī** (7/1): in mir.

5

॥ ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

॥ Om śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ ॥

Om! Friede! Friede! Friede!

Śāntiḥ (avy.): Gemütsruhe, Frieden, Seelenruhe, Heil, Segen.

4 Quellenverzeichnis

Zu diesem Werk sind in der Textdatenbank noch keine Fundstellen erfasst.