



Heilpädagogische Praxis  
Inh.: Sabine Würfele  
Staatl. anerk. Heilpädagogin

Ganzheitliche Angebote  
Für Privat und Unternehmen

# Grüne Tara Mantra Göttin des Schutzes

Based on the  
teachings of Buddhism

Dein Moment voller Trost



## AUM TARE TURE

I call upon the light of my soul,  
help me to see through my own darkness.

I call upon my wisdom and faith,  
to find my way home.

To the heart, sacred and holy,  
to the land, where love is only.

And all is revealed as one voice calling your name.  
(Absatz wiederholen)

All the temples of gold didn't take us to your glory.  
Through our kindness and faith lets pave the road that will lead us there.  
(Absatz wiederholen)

(2x)

## AUM TARE TUTARE TURE SOHA

### Ein Blick auf die Wirkung:

Das Mantra wird in der buddhistischen Tradition als kraftvolles Werkzeug betrachtet, das dabei unterstützen kann, Hindernisse zu überwinden, Probleme zu lösen und persönliche Ziele zu erreichen. Es fördert nach diesem Verständnis innere Flexibilität, Stärke und Gelassenheit. Zudem wird ihm zugeschrieben, Geborgenheit, Schutz und inneren Frieden zu stärken, sowie in schwierigen Zeiten Trost zu spenden. Regelmäßige Anwendung kann helfen, Ängste zu lindern und das Wohlbefinden zu fördern.