

Sieben Stufen zur Freiheit mit Om bhuh

Das Mantra OM bhuh steht in unserer Tradition für die sieben Stufen von dukha zu kaivalya
Der Weg geht von bhuh = Erde, Alltag, Realität zu satyam = höchste Wahrheit, Befreiung

Himmel und Hölle findet hier in unserem Leben statt

Die sieben Bewusstseins-Stufen des Menschen

Om bhūḥ

Zunächst muss Leid überhaupt wahrgenommen werden. Ein Mensch wird sich seiner Situation und der Empfindung von Enge / Leid bewusst.

Om bhuvāḥ

Der Mensch möchte die Ursache für dieses Leid herausfinden. Er beginnt über die möglichen Ursachen von falschen Sichtweisen, Unzufriedenheit und körperlichen Leiden nachzudenken.

Oḡṃ suvāḥ

Er unternimmt Schritte, um sich aus dem Leid herauszubewegen und bekommt Hoffnung und eine Ahnung vom Gefühl des Gesundseins und der inneren Freiheit.

Om mahāḥ

Dieser Weg wird weiter gefestigt und konkretisiert.

(Aus diesen ersten vier Stufen kann man immer wieder zurückfallen)

Om janāḥ

Die aus der Erfahrung gewonnenen Erkenntnisse und Überzeugungen haben zu einer inneren Stabilität geführt. Bis zu dieser Ebene kann man durch Üben gelangen.

Om tapāḥ

Der Geist ist so weit gereinigt, dass sich der Mensch nicht mehr getrennt fühlt von seiner inneren Stimme.

Oḡṃ satyam

Die vollkommene Erkenntnis, Erfahrung von Wahrheit, Friede und Ruhe

Anmerkung: Vor „s“ folgt It. Grammatik Oḡṃ statt Om.