



## ÓM MANI PADMĚ HÚM

Táto mantra má mnoho podôb, ktoré závisia ako na škole budhizmu, v ktorej sa používa, tak aj na učiteľovi (tib. láma).  
Najčastejšie používané sú: **Om mani padme hum**, **Om mani päme hung**



**Óm mani padmé húm** je pravdepodobne najznámejší mantra tibetského budhizmu. Tato mantra transformuje negatívni emócie.

Každá jej slabika očisťuje špecifickú rušivú emóciu:

Óm - transformuje pýchu a egoizmus,  
ma - žiarlivosť a závisť,  
ni - pripútaní a egoisticky želania,  
pad - nevedomosť a zmätok,  
mé - chamtivosť a lakotu,  
húm - nenávisť a hnev.

K recitovaniu tejto mantry pro začínajúceho praktikujúceho nie je potreba v *lung* (zacvičenia, poverení) od duchovného učiteľa. Hovoriť ju môže každý, kto cíti, že to prinesie úžitok jemu a ostatným ctiacim bytostiam.

Je to tzv. šesťslabičná mantra Bódhisattvy Súcitu (v sanskrite - Avalókitéšvara, v tibetskom - Čänräzig). Tato mantra je zvláštne spojená s jeho štyrirkou podobou. Významné postavy tibetského budhizmu považovaní za emanácie Bódhisattvy Súcitu, preto je tato mantra často vyrývaná do skál a kameňov, písaná na páper a následne týmito pápermi plnene meditační mlyny nebo stúpy.

Význam tejto mantry v sebe obsahuje mnohé princípy budhizmu. Vo všeobecnosti ju môžeme preložiť aj takto:

óm - telo, ducha a slová Budhu,  
mani - cestu učenia,  
padmé - múdrosť cesty,  
húm - spojenie múdrosti a kráčania po ceste.

*Napísanie mantry v pôvodných jazykoch:*

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུམ་

Om mani peme hung -- Tibetan

ॐ मणि पद्मे हूँ

Om mani padme hum -- Sanskrit

Slabika	Šesť kvalít	Očisťuje / Transformuje	Samsárická oblasť	Farba	Symbol aspektu Budchy
<b>Óm</b>	Štedrosť	Pýcha / egoizmus	Bohovia tzv. Dévovia	Biela	Múdroosť
<b>Ma</b>	Etika, zmyslupné jednanie	Žiarlivosť / závisť	Polobohovia tzv. Asurovia	Zelená	Súcit
<b>Ni</b>	Trpezlivosť	Túžba / pripútanosť	Ľudské bytosti	Žltá	Telo, reč a myseľ kvality a aktivity
<b>Pad</b>	Usilovnosť	Nevedomosť / ignorancia	Zvieratá	Modrá	Vyrovnanosť
<b>Me</b>	Koncentrácia	Chudoba / chamtivosť	Hladní duchovia	Červená	Blaženosť
<b>Hum</b>	Múdroosť	Agresia / nenávisť	Stavy paranoje	Čierna	Kvalita súcitu