



LALITA
TRIPURA SUNDARI

LALITA
TRIPURA SUNDARI

LALITA
TRIPURA SUNDARI

LALITA



Lalita Tripura Sundari

Die dritte der tantrischen Weisheitsgöttinnen

Chakra: Sakralchakra

Tantrisch: Sitz im Kronenchakra mit Shiva

Mantra: “Om Aim Hreem Shreem Tripura Sundaryei Namah”

Farben: Rot (“Rote Göttin”)

Himmelsrichtung: Süden, Osten

Keywords

- Rote Weisheitsgöttin, göttliche Mutter im hinduistischen Shaktismus
- Übergang von Ego-Begierde zu Sehnsucht des Herzens nach Ganzheit → Einheitsgefühl und Balance aus Männlich und Weiblich
- „SOS-Kette“ für die Hosentasche: Schnelle schützende und angstlösende Energetisierung durch Erdung und Anregung des Lebensflusses
- Weiblichkeit ausleben, Schoßraumheilung
- Tantra, Shri Yantra und Kundalini
- Heiligkeit, Schönheit und Sexyness des Lebens
- Bleibende körperliche Jugendlichkeit
- Kriegerin mit der Kraft der Weiblichkeit
- Zahlen: 3 & 24: jegliche Trinität sowie beispielsweise die 24 Shakti-Tempel und 24 Elemente des Tantra



Über Lalita:

Lalita ist die dritte der tantrischen Weisheitsgöttinnen (Mahavidyas) und gilt als die höchste und schönste aller Göttinnen. „Lalita“ bedeutet „die Anmutige“, „die Spielende“ oder „die 16-Jährige“. „Sundari“ steht für „Schönheit“ und „Tripura“ für „drei Welten“ oder „Städte“.

Sie ist eng mit der aufsteigenden Kundalini-Kraft aus dem Schoßraum verbunden, die sich im Kronenchakra mit Shiva vereinigt und so die Einheit verkörpert.

Als Muttergöttin nimmt Lalita einen besonderen Platz unter den tantrischen und hinduistischen Göttinnen ein.

Die Lalita Isis Prayer Bead:

Die Lalita Isis Kette ist in der Benutzung genau gleich, wie die anderen. Jedoch tragen die Perlen andere Bedeutungen, die aber nicht unbedingt genutzt werden müssen. Die unteren drei Perlen aus „Einheit des Vaters“ stehen für Lalitas Trinitäten und die 24 übrigen Perlen für die 24 Shaktitempel und 24 tantrischen Elemente. Eine genauere Beschreibung gibt es ganz unten.

Lalitas Mala entspringt der Essenz tiefer Weiblichkeit und eines klaren, warmen Selbstvertrauens. End- und Sammelperle tragen die Form eines Herzens: Das Rosenquarzherz steht für die sanfte, ruhige Gemeinschaftsliebe des höheren Herzens, das rote Glaserz stützt die feurige, wilde, erotische Seite der Weiblichkeit und Liebe. Sie spiegeln Lalitas Sehnsucht nach Einheit der Herzen, die sich im Kronenchakra als pulsierende Kraft zeigt. Sie erzählen von der Reise des Egos in die Ich-Bin-Gegenwart, zur Vereinigung und zum Gleichgewicht der inneren Kräfte. Lalitas Macht ist Alchemie: Aus männlich und weiblich formt sie Ganzheit, in der Glückseligkeit und Ekstase aufblühen.

Der angeregte Lebensfluss verweist auch auf einen weiteren Namen, den man Lalita zuschreibt: **Shodashi**, „die 16-Jährige“ oder „die Spielende“. Im Tantra wird sie oft als Nityā-ṣoḍaśikā beschrieben, „die ewig 16 Jahre alt erscheint“. Lalitas Energie lebt aus Polaritäten, die nicht in Dualität verharren, sondern harmonisch im Kronenchakra ineinander ruhen. Die Gebetskette weckt Lebensenergie und schenkt gleichzeitig tiefes Vertrauen. Sie öffnet für Ekstase und Freiheit, bleibt jedoch erdend, sanft und



materialisierend. Lalitas Frequenz ist unmittelbar spürbar, schneller als bei den meisten anderen Isis Prayer Beads. Sie ist eine „SOS-Kette“ für die Hosentasche.

Auf Lalitas „Logo“ ruht die rote Göttin auf einem Lotos. Ihr Schoßraum ist als heiligster Ort des Körpers hervorgehoben, gemeinsam mit der aufsteigenden Kundalini und dem Shri Yantra in der linken Hand. Das Shri Yantra kann als energetisches Symbol genutzt werden, um eine Verbindung zu Lalita herzustellen. Durch das Rezitieren ihres Mantras und das Betrachten des Yantras wird eine tantrische Praxis initiiert, und Lalitas Präsenz spürbar verstärkt.

Lalita trägt außerdem Pfeil und Bogen. Sie kämpfte als Kriegerin gegen einen Dämon und erhielt anschließend die Kronjuwelen von Brahma und Vishnu, die ihnen zu Füßen fielen. So vereint Lalita die Kräfte von Männlich und Weiblich in sich. Das Kronenchakra ist durch einen Lotos dargestellt, da hier ihr Sitz ist und sich die Kräfte vereinigen.

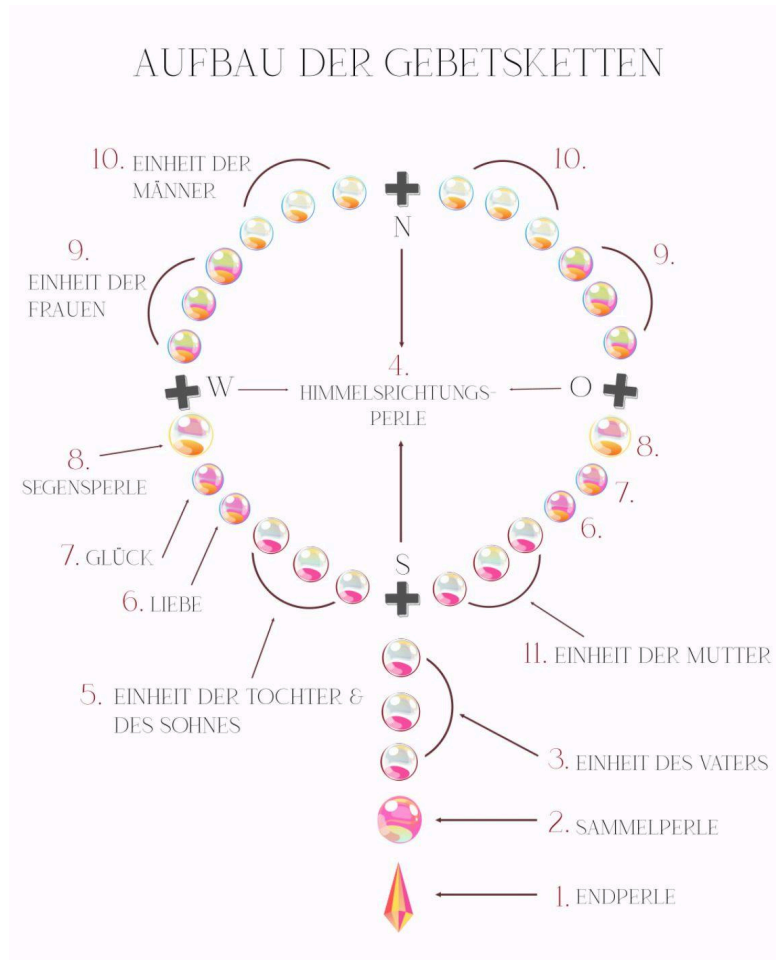
Weitere Farben in der Lalita Isis Prayer Bead sind Rosa und Rot für die weiblichen Kräfte, Rot und Blau für die Vereinigung von männlich und weiblich sowie zwei schwarze Segensperlen, die Lalitas Tiefgang, Stärke und das weibliche Nichts, die Gebärmutter, repräsentieren. Die weißen Perlen der Himmelsrichtungen symbolisieren die reine weibliche Ausdruckskraft einer Kriegerin, die in allen Elementen zuhause ist: Erde, Wasser, Feuer und Luft.

Im Lalita-Mantra „**Om Aim Hreem Shreem Tripura Sundaryei Namah**“ klingen mit „Aim“ die Weisheit Sarasvatis und mit „Shreem“ die Fülle und Schönheit Lakshmis an. Lalita trägt also eine Dreiheit von Muttergöttinnen in sich.

Vor der Arbeit mit der Lalita Isis Prayer Bead kann **Ganesha** angerufen werden. Der elefantenköpfige Gott wird im Hinduismus und besonders im Shri Vidya Tantra traditionell vor jedem Mantra geehrt. Ganesha räumt Hindernisse aus dem Weg und öffnet den Zugang zu den heiligen Lauten. In späteren volkstümlichen Erzählungen wird Ganesha von Lakshmi adoptiert. Als Dank dafür soll sie bestimmt haben, dass jeder, der zu ihr beten möchte, zuerst Ganesha anruft. Das Mantra „**Om Gam Ganapataye Namah**“ ist dafür sehr gebräuchlich und kann dreimal vor Lalitas Mantra (oder jedem anderen Mantra) rezitiert werden. „Ganapati“ ist eine Form von Ganesha, die ihn mit Kundalini- und Schlangenenergie zeigt.

Gebetsablauf:

Rezitiere das Mantra **Perle für Perle** und spüre dabei die Bedeutung jeder Einzelnen. Du kannst dich an den klassischen Bedeutungen der Perlen orientieren oder die gleich beschriebenen **24 tantrischen Elemente** nutzen. Diese Elemente sind nicht festgeschrieben, sie sind vielmehr ein **Anhaltspunkt und eine Einladung**, in die Tiefe von Lalitas Welt, Tantra und der göttlichen Weiblichkeit einzutauchen.



In der Lalita Gebetskette stehen die Perlen der "Einheit des Vaters" für die **Trinitäten**, die Lalita verkörpert. Die 24 übrigen Perlen stehen für die **24 tantrischen Elemente** oder die 24 Shakti-Tempel. Damit ergeben sie wieder 27 Gebetsperlen – genau wie ursprünglich von Isis festgelegt. Ein wundervoller „Zufall“, der die Verbindung zwischen alten Weisheiten und der universellen Energie der Muttergöttinnen offenbart.

Die Himmelsrichtungperlen werden wie im klassischen Ablauf miteinbezogen.



Lalitas Trinitätsperlen

Wähle eine Trinitätsform, die für dich gerade am stimmigsten ist. Ich persönlich nutze Variante C.

Variante A: Tripura (drei Städte)

1. **Bhū-loka** – materielle Welt, Manifestation auf der Erde
2. **Bhuva-loka** – subtile, feinstoffliche Ebene, Emotionen, Energie
3. **Svarga-loka** – höchste göttliche Ebene, Bewusstsein, Licht

Variante B: Trimurti & Shakti

1. **Brahma** – Schöpfer & **Saraswati** – Weisheit, Kunst, Musik
2. **Vishnu** – Erhalter & **Lakshmi** – Fülle, Liebe, Glück
3. **Shiva** – Zerstörer & **Parvati / Shakti** – Liebe, Transformation, Mutterschaft

Variante C: Die drei wichtigsten Mahavidyas bzw. Tantrischen Weisheitsgöttinnen

1. **Kali** – Zerstörung, Neubeginn, das Nichts
2. **Tara** – Schutz, Heilung, das Om
3. **Lalita** – Einheit, Schönheit, Manifestation

Die 24 übrigen Perlen: Tantrische Elemente

Jede Perle kann ein Element oder Aspekt der tantrischen Praxis repräsentieren. Symbolisch lassen sich diese 24 Aspekte auf die **24 Shakti-Tempel** übertragen. Jede Perle kann ein Chakra, ein Element oder einen spirituellen Aspekt verkörpern.

Vorschlag:

Himmelsrichtungssperle Süden

1. Kundalini – schlafende Kraft
2. Shakti – göttliche Energie
3. Shiva – Bewusstsein
4. Prana – Lebensenergie
5. Chakra Muladhara – Wurzelkraft
6. Chakra Svadhisthana – Kreativität & Sexualität

Himmelsrichtungssperle Westen

7. Chakra Manipura – Willenskraft & Transformation
8. Chakra Anahata – Liebe & Mitgefühl



9. Chakra Vishuddha – Ausdruck & Kommunikation
10. Chakra Ajna – Intuition & Weisheit
11. Chakra Sahasrara – Verbindung zum Höheren
12. Bandha – Energieverschlüsse

Himmelsrichtungssperle Norden

13. Mudra – Handgesten der Kraft
14. Mantra – heilige Klangschiwingung
15. Yantra – visuelle Energieform
16. Laya – Auflösung & Verschmelzung
17. Bhava – innere Stimmung/Emotion
18. Rasa – Genuss & Sinneserfahrung

Himmelsrichtungssperle Osten

19. Tattva – universelle Elemente
20. Sadhana – spirituelle Praxis
21. Darshan – göttliche Vision
22. Bhakti – Hingabe
23. Shakti-Puja – Verehrung der Göttin
24. Samadhi – Verschmelzung mit der göttlichen Energie

Rezitation

- Rezitiere das **Mantra “Om Aim Hreem Shreem Tripura Sundaryei Namah”** Perle für **Perle**.
- Rufe die Himmelsrichtungen herbei, wenn du eine Himmelsrichtungssperle berührst.
- Rezitiere vier Runden für 108 Wiederholungen und verbeuge dich am Ende.

Viel Spaß mit deiner Lalita Isis Prayer Bead!

