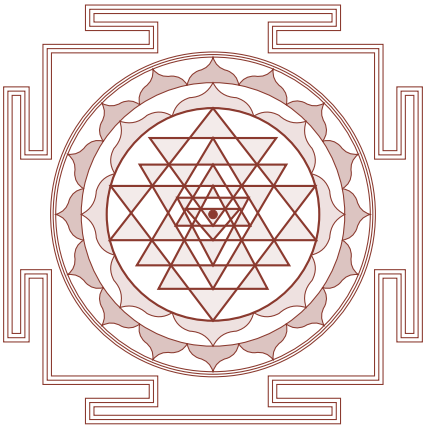


आयुर्मन्त्र

Āyur-Mantra

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

Herausgegeben von Yogi Narasimha
yoginarasimha.site

15. Oktober 2026

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung **1**
1.1 Text und Überlieferung 1
1.2 Rezitation und Akzentzeichen 1
1.3 Gehalt und Symbolik 2

2 Rezitationstext **4**

3 Umschrift (IAST) **5**

4 Studienteil **6**

5 Quellenverzeichnis **7**
5.1 Fundstellen der einzelnen Verse 7
5.2 Literatur zur Einleitung 7

1 Einleitung

1.1 Text und Überlieferung

Das Āyur-Mantra wird gewöhnlich ohne Herkunftsangabe gesprochen, und auch dieser Band hat keine. Für diese Einleitung ist die Stelle deshalb eigens gesucht worden. Sie liegt im **Taittirīya-Āraṇyaka, 4.2.6**, also im Āraṇyaka des Schwarzen Yajurveda, und dort steht der Spruch nicht für sich, sondern mitten in einer Reihe von Opferformeln:

makhāya tvā, makhasya tvā śīrṣṇe. āyur dhehi prāṇaṃ dhehi, apānaṃ dhehi vyānaṃ dhehi, cakṣur dhehi śrotraṃ dhehi, mano dhehi vācaṃ dhehi, ātmānaṃ dhehi pratiṣṭhāṃ dhehi, māṃ dhehi mayi dhehi. madhu tvā madhulā karotu. makhasya śiro 'si.

„Dich für Makha, dich für das Haupt des Makha. Lege Leben hinein, lege Atem hinein … lege mich hinein, lege in mich hinein. Süss soll dich der Süssmacher machen. Du bist das Haupt des Makha."

Der Band gibt nur das Mittelstück, rahmt es mit *oṃ* und dem dreifachen *śānti* und macht so aus einer Opferformel ein selbständiges Gebet. Die Suche nach weiteren Fundstellen blieb ohne Ergebnis: weder im Ṛgveda noch im Atharvaveda, weder in der Taittirīya-Saṃhitā und im Taittirīya-Brāhmaṇa noch im Śatapatha-Brāhmaṇa oder in der Maitrāyaṇī-Saṃhitā steht die Reihe. Die Taittirīya-Saṃhitā kennt nur ihren Schluss, *māṃ dhehi mayi dhehi*, in einer ganz anderen Spruchreihe (7.4.16, *namo rājñe namo varuṇāya namo 'śvāya* …). Die Vājasaneyi-Saṃhitā und das Kāṭhaka sind nicht durchsucht worden.

Die hier abgedruckte Fassung

Gegen das Taittirīya-Āraṇyaka gestellt, wich der frühere Bestand an zwei Stellen ab; beide sind am 16. Oktober 2026 nach dem Āraṇyaka berichtigt worden. Die erste betraf gleich das erste Wort: Umschrift und Devanāgarī hatten *āyur* ***dehi***, die akzentuierte Umschrift dagegen *āyúr* ***dhehi*** wie das Āraṇyaka. Das ist ein anderes Verb. *Dehi* kommt von *dā*, „geben", *dhehi* von *dhā*, „setzen, legen", und es ist *dhā*, das alle zwölf Glieder der Reihe trägt. „Gib Leben" ist eine verständliche Glättung; die Formel sagt „lege Leben hinein". Die zweite Stelle war *mayī* mit langem *ī*; das Āraṇyaka hat *mayi*, den Lokativ „in mir", wie er grammatisch zu erwarten ist.

1.2 Rezitation und Akzentzeichen

Vedisches Sanskrit ist eine Tonhöhensprache: nicht die Betonungsstärke, sondern die Stimmhöhe unterscheidet die Silben, und ein falscher Ton gilt der Tradition als ebenso schwerer Rezitationsfehler wie ein falscher Laut. Pāṇini definiert die drei Töne in drei aufeinanderfolgenden Regeln (Aṣṭādhyāyī 1.2.29–31): hoch gesprochen heisst *udātta*, tief gesprochen *anudātta*, und die Zusammenfassung beider ist der *svarita* – erst die folgende Regel 1.2.32 präzisiert, dass dessen erste halbe Kürze hoch und der Rest tief ist, woraus sich der fallende Charakter ergibt. Sprachhistorisch setzt der *udātta* den ererbten indogermanischen Akzent fort; ihm geht meist die besonders tiefe Silbe *anudāttatara* voraus, ihm folgt der *svarita*. Für die ṛgvedische Tradition gilt dabei die von Macdonell hervorgehobene Besonderheit, dass der Tonhöhengipfel faktisch erst auf der *svarita*-Silbe erreicht wird, nicht schon auf dem *udātta*.

Die Schreibung folgt einer Konvention, die leicht missverstanden wird, weil sie nicht jede Silbe markiert: Der *udātta* bleibt unbezeichnet; ein *anudātta* unmittelbar vor einem *udātta* oder vor einem eigenständigen *svarita* erhält einen waagerechten Strich unter der Silbe; der *svarita* einen kurzen senkrechten Strich darüber; alle übrigen Silben bleiben ebenfalls unbezeichnet. Ein unmarkiertes Zeichen sagt also für sich genommen noch nicht, welchen Ton es trägt – das entscheidet die Umgebung. Ṛgveda, Atharvaveda, Taittirīya-Saṃhitā, -Brāhmaṇa und -Āraṇyaka sowie Vājasaneyi-Saṃhitā gehören nach Whitney und Macdonell zu *einer* Notationsgruppe; die Unterschiede zwischen ṛgvedischer und taittirīyischer Schreibung betreffen nur die Akzent-Sandhi.

Der Spruch trägt in diesem Band Akzente in beiden Schriften, in taittirīyischer Überlieferung, und sie folgen dem Āraṇyaka. Der frühere Bestand wich an drei Stellen ab, die am 16. Oktober 2026 berichtigt worden sind: auf *dhehi* nach *apānaṃ* fehlte der Svarita, auf *dhehi* nach *śrotraṃ* stand einer zu viel, und im Schlussglied stand der Svarita auf dem zweiten statt auf dem ersten *dhehi*, während der Anudātta vor *mayi* fehlte – das Āraṇyaka hat *māṃ dhéhi̱ mayi dhehi*.

1.3 Gehalt und Symbolik

Das Haupt des Opfers

Wozu die Formel ursprünglich gesprochen wird, sagt das Taittirīya-Āraṇyaka selbst. Die Formel gehört zu den Sprüchen des *Pravargya*, und das fünfte Buch des Āraṇyaka erklärt diese Sprüche Schritt für Schritt. Die Erklärung beginnt mit einem Mythos (TA 5.1). Die Götter hielten eine Opfersitzung, und der Ruhm fiel Makha Vaiṣṇava zu, der ihn für sich behalten wollte. Als er auf seinen Bogen gestützt stand, nagten Ameisen die Sehne durch; der Bogen schnellte auf und schlug ihm das Haupt ab. Fortan opferten die Götter mit einem Opfer ohne Haupt und erlangten nichts, bis die beiden Aśvin, die Ärzte der Götter, das Haupt wieder ansetzten. *Yat pravargyaḥ*, sagt der Text, „das ist der Pravargya“: Wer ihn vollzieht, setzt dem Opfer sein Haupt wieder auf. Die Namen der Geräte leitet er gleich mit ab – das Haupt rollte (*prāvartata*), daher *pravargya*; es fiel mit dem Laut *ghraṃ*, daher *gharma*; die Kraft des Grossen (*mahat*) fiel herab, daher *mahāvīra*, der Name des Gefässes, das aus Ton geformt wird.

Dieses Haupt wird nun buchstäblich gemacht. Das Āraṇyaka beschreibt im nächsten Abschnitt (5.2), wie der Ton aus der Grube geholt, getragen und angerührt wird, und danach (5.3.21–25), wie das Gefäss daraus geformt und bemessen wird; es erklärt die Sprüche dabei: Mit *makhāya tvā makhasya tvā śīrṣṇe* wird der Ton „bezeichnet“, ehe man ihn trägt (5.2.14), und *madhu tvā madhulā karotu* legt beim Anrühren „Glanz“ hinein (5.2.20). Zwischen diesen beiden Formeln steht unser Spruch. Was hier entsteht, ist das Haupt des Opfers, und ihm wird zugesprochen, was ein Haupt hat.

Was einem Haupt eingelegt wird

Liest man die Reihe in diesem Licht, so wird ihre Ordnung sichtbar. Sie beginnt mit dem Leben überhaupt, *āyus*, und nennt dann die drei Atemkräfte *prāṇa*, *apāna* und *vyāna*. Es folgen die Sinne und Vermögen in Paaren, Auge und Ohr, Denken und Rede. Dann der Kern und der Halt, *ātman* und *pratiṣṭhā*, „das Selbst“ und „der feste Stand“. Und zuletzt wendet sich die Formel um: *māṃ dhehi, mayi dhehi*, „lege mich hinein, lege in mich hinein“. Was dem Topf verliehen wird, soll der Sprecher mit ihm teilen; das Haupt

des Opfers und der Opfernde werden in einem Satz verbunden.

Bemerkenswert ist, was die Formel nicht sagt. Keines der zwölf Glieder hat einen Empfänger: es heisst nicht „gib mir Leben“, sondern nur „lege Leben“. Wohin, sagt erst das letzte Paar. Die deutsche Übersetzung dieses Bandes ergänzt das „mir“ von Anfang an und folgt damit dem Gebrauch des Spruches als Gebet, nicht seinem Wortlaut im Ritual.

Aus dem Ritual ins Gebet

Herausgelöst aus dem Pravargya, verliert der Spruch seinen Gegenstand, den Topf, und behält seine Bitte. Was im Āraṇyaka einem Gefäss aus Ton zugesprochen wird, damit es das Haupt des Opfers sein kann, spricht der Betende sich selbst zu. Der Wechsel von *dhehi* zu *dehi*, den der frühere Bestand im ersten Wort hatte, passt zu diesem Gebrauch: „Gib Leben“ ist die Bitte eines Menschen an eine Gottheit, „lege Leben hinein“ die Weisung an ein Ding, das erst belebt werden soll. Die Langlebigkeit, nach der der Spruch heute heisst, ist so gesehen das erste Glied einer Reihe, die im Ritual einem Gefäss das Leben eines Hauptes gab.

2 Rezitationstext

1

॥ आयुर्मन्त्रः ॥

2

ॐ आयुर्धेहि प्राणं धेहि । अपानं धेहि व्यानं धेहि ।

3

चक्षुर् धेहि श्रोत्रं धेहि । मनो धेहि वाचं धेहि ।

4

आत्मानं धेहि प्रतिष्ठां धेहि । मां धेहि मयि धेहि ।

5

॥ ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

3 Umschrift (IAST)

1

॥ *āyurmantraḥ* ॥

2

Oṃ āyu̇rdhehi prāṇaṃ dhėhi । apānaṃ dhėhi vyānaṃ dhėhi ।

3

cakṣu̇r dhehi̱ śrotra̍ṃ dhehi । manó dhehi̱ vācá̍ṃ dhehi ।

4

ātmānȧ̍ṃ dhehi pratiṣṭhāṃ dhėhi । māṃ dhėhi̱ mayí dhehi ।

5

॥ *Oṃ śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ* ॥

4 Studienteil

1

॥ आयुर्मन्त्रः ॥

॥ āyurmantraḥ ॥

Das Mantra der Langlebigkeit.

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

2

ॐ आयुर्धेहि प्राणं धेहि । अपानं धेहि व्यानं धेहि ।

Oṃ āyurdhehi prāṇaṃ dhehi । apānaṃ dhehi vyānaṃ dhehi ।

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

Āyus (n. 2/1): Leben, Lebenskraft, Lebensdauer. **Dhehi** (loṭ): √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 śrotraṃ dhehi । mano dhehi vācaṃ dhehi ।

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

Cakṣus (n. 2/1): Auge. **Dhehi** (loṭ): √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 मयिं धेहि ।

ātmānaṃ dhehi pratiṣṭhāṃ dhehi । māṃ dhehi mayi dhehi ।

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

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

5

॥ ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

॥ Oṃ śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ ॥

Om! Friede! Friede! Friede!

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

5 Quellenverzeichnis

5.1 Fundstellen der einzelnen Verse

Vers 2 Taittirīya-Āraṇyaka 4.2.6

Vers 3 Taittirīya-Āraṇyaka 4.2.6

Vers 4 Taittirīya-Āraṇyaka 4.2.6

5.2 Literatur zur Einleitung

- **Primärtexte**
- Taittirīya-Āraṇyaka, akzentuierter elektronischer Text der Sanskrit-Documents-Sammlung (`taittirIyaAraNyaka.itx`, Karnataka-Fassung), 4.2.6. – Fundstelle des Spruches im Rahmen *makhāya tvā makhasya tvā śīrṣṇe … madhu tvā madhulā karotu, makhasya śiro 'si*. Text und Akzente mit der Datenbank verglichen.
- Ebenda, 5.1.1–7 (Makha-Mythos; *yat pravargyaḥ*; die Ableitungen von *pravargya*, *gharma*, *mahāvīra*), 5.2.14–20 (Holen und Anrühren des Tons; Erklärung von *makhāya tvā makhasya tvā śīrṣṇe* und *madhu tvā madhulā karotu*), 5.3.21–25 (das Formen des Gefässes).
- Taittirīya-Saṃhitā, elektronischer Text der Sanskrit-Documents-Sammlung, 7.4.16. – *māṃ dhehi mayi dhehi* in anderer Spruchreihe.
- **Ohne Treffer durchsucht** – Ṛgveda (Aufrecht, GRETIL), Atharvaveda Śaunaka (GRETIL), Taittirīya-Saṃhitā und Taittirīya-Brāhmaṇa (Sanskrit-Documents), Śatapatha-Brāhmaṇa Mādhyandina (GRETIL), Maitrāyaṇī-Saṃhitā (GRETIL; dort im Pravargya-Teil *makhasya tvā śīrṣṇe*, aber nicht die *dhehi*-Reihe). Eine Websuche nach der Reihe ergab ebenfalls keine Fundstelle.
- **Zum Datenstand**
- Am 16. Oktober 2026 nach dem Taittirīya-Āraṇyaka berichtigt: *āyur dhehi* statt *dehi*, *mayi* statt *mayī*, die drei Akzentabweichungen, Devanāgarī-Akzente neu gesetzt, Stellenangabe ergänzt, „Verleihe mir“ statt „mit“.
- **Nicht eingesehen**
- Vājasaneyi-Saṃhitā und Kāṭhaka-Saṃhitā (nicht durchsucht); Sāyaṇas Kommentar zum Taittirīya-Āraṇyaka; jede Sekundärliteratur zum Pravargya.