

Review: Documentary “True World of Mantra” (Original text in German)

Manish Vyas, an Indian musician living in Switzerland, describes mantras as "a direct transmission of the wisdom of the Vedas." He has now dedicated a film to these "magical, hypnotic, meditative, and powerful sounds": "True World of Mantra."

TEXT: CARMEN SCHNITZER

What a mammoth project! Manish Vyas worked for more than five years with his wife Sã and his team on this 193-minute film about the sacred sounds of India. "True World of Mantra" takes us to the multi-instrumentalist's homeland, which he calls his soul: "India is my soul." His goal: to convey a deeper understanding of mantras, which have far more to offer than inspiring, feel-good concerts, as he emphasizes; see also the short interview below.

He does this by visiting various regions of the subcontinent, whose character he captures in fascinating images – and, of course, underscored by appropriate sounds. Even though the film repeatedly speaks of turning inward, one wouldn't want to do without these colourful “external” images, especially since they wonderfully convey the message. Varanasi, in particular, appears again and again, the holiest city of Sanatan Dharma, better known in this country as Hinduism. Anyone who has experienced the Ganga Aarti ritual at sunset here will never forget it.

On his journey, the filmmaker delves deep into the history of mantras and speaks with around 40 people who have dedicated themselves to the exploration of sound in various ways.

Among them is, for example, the philosopher and Sanskrit mantra coach Ram Vakkalanka. He emphasizes, among other things, that positive affirmations such as "I am beautiful, I am powerful, I am rich" are perfectly acceptable and can help to a certain extent on an emotional and mental level to overcome inner darkness, but "the evolution of consciousness is only possible through mantra." Their language is not man-made. Rather, the Rishis once captured the sounds and vibrations of the universe — and mantras were not written in Sanskrit, it was the other way around: Sanskrit developed from the mantras.

How and when these sacred sounds first originated is unknown, according to the film, because initially they were created and passed down orally. The first written records are around 10,000 years old. That there is far more to them than just a pleasant spiritual wellness product has now also been scientifically proven. For example, rhythmic meditation can lower the heart rate, reduce stress hormones, and calm brain activity. Another reason to explore mantras and learn more about them. "True World of Mantra" makes a valuable contribution to this.

Why do the Jodelchörli Schönenengrund choir from Appenzell or the Alphornggruppe Schlossruef Oensingen also appear in it? You'll find out when you watch the film yourself...

You can stream the English-language documentary for approximately €12 as a featured film or divided into four parts, optionally with German or Spanish subtitles: manishvyas.com/movie

Quick Talk

MANISH VYAS

What motivated you to make this film?

Well, with the rising popularity of yoga, mantra and kirtan have also become very popular in the West in recent decades. That's great, but sometimes the entertainment factor takes over. Many people lacked information about the truly deep, authentic meaning. I believe it's time for people here to learn to understand the true essence of this powerful science of sound.

A very broad field...

Indeed. For the film, we met a great many people, mostly in India, who have been working and researching in this field for many years, often in silence, but very intensively. Some of them are very well-known, some not at all: Sanskrit scholars, mantra healers, scientists, doctors, artists, even Ayurveda experts who integrate mantras into their medical practice. I've learned a lot too.

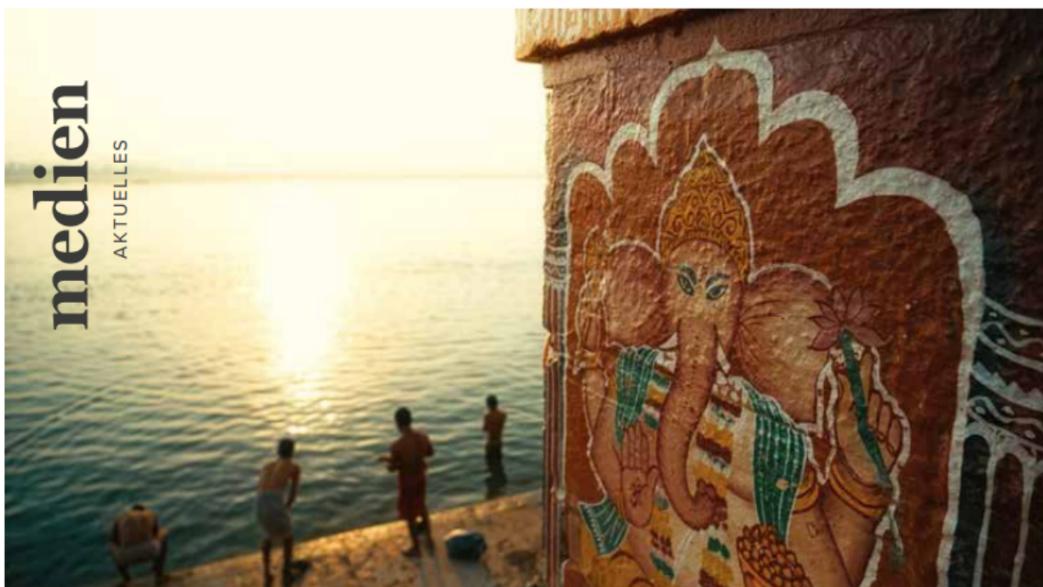
It's about so much more than just singing together, right?

Exactly. That certainly puts you in a pleasant state. It's perhaps like a medicinal herb that could heal you completely. You can certainly use it for nice wellness treatments, but that doesn't unlock its full potential. Mantras can connect you with the divine.

Book recommendation Media 99

YOGA WORLD MAGAZINE, GERMANY, JULY-AUGUST 2026

(translated from original article in German)



Klang der Götter



Als „eine direkte Übermittlung der Weisheit der Veden“ beschreibt der in der Schweiz lebende indische Musiker **Manish Vyas Mantras**. Diesen „magischen, hypnotischen, meditativen und kraftvollen Klängen“ hat er nun einen Film gewidmet: „True World of Mantra“.

TEXT: CARMEN SCHNITZER

Was für ein Mammutprojekt! Mehr als fünf Jahre arbeitete Manish Vyas mit seiner Frau Sā und seinem Team an diesem 193 Minuten langen Film über die heiligen Klänge Indiens. „True World of Mantra“ nimmt uns mit ins Heimatland des Multiinstrumentalisten, das er als seine Seele bezeichnet: „India is my soul“. Sein Ziel: ein tieferes Verständnis für Mantras zu vermitteln, die weit mehr zu bieten haben als inspirierende Wohlfühl-Konzerte, wie er betont, siehe dazu auch das Kurzinterview rechts/links/unten.

Das tut er, indem er verschiedene Regionen des Subkontinents besucht, deren Charakter er in faszinierenden Bildern – und natürlich untermalt von entsprechenden Klängen – einfängt. Auch wenn im Film immer wieder von der Hinwendung nach innen die Rede ist: Auf diese farbenprächtigen „äußeren“ Bilder möchte man ungern verzichten, zumal sie das Gesagte wunderbar transportieren. Insbesondere Varanasi taucht immer wieder auf, die heiligste Stadt des *Sanatan Dharma* („Ewige Ordnung“), hierzulande besser bekannt als Hinduismus. Wer hier einmal bei Sonnenuntergang das Ritual der Ganga Aarti erlebt hat, vergisst es nicht mehr.

Auf seiner Reise taucht der Filmemacher tief in die Geschichte der Mantras ein und spricht mit rund 40 Menschen, die sich in unterschiedlicher Weise der Erforschung des Klangs gewidmet haben. Darunter ist zum Beispiel der Philosoph und Sanskrit-Mantra-Coach Ram Vakalanka. Unter anderem betont dieser, dass positive Affirmationen wie „Ich bin schön, ich bin mächtig, ich bin reich“ durchaus in Ordnung seien. Sie könnten auf emotionaler und mentaler Ebene bis

zu einem gewissen Grad helfen, „innere Dunkelheit“ zu überwinden. „Aber die Evolution des Bewusstseins“ sei „nur durch Mantras möglich.“ Deren Sprache sei nicht menschengemacht. Vielmehr hätten die Rishis einst die Klänge und Schwingungen des Universums eingefangen – und nicht etwa seien Mantras in Sanskrit verfasst, es sei umgekehrt: Sanskrit entwickelte sich aus den Mantras.

Wie und wann diese heiligen Klänge erstmals entstanden sind, sei nicht bekannt, heißt es im Film, denn zunächst wurden sie mündlich gebildet und über-

liefert. Die ersten schriftlichen Zeugnisse sind rund 10.000 Jahre alt. Dass hinter ihnen weit mehr steckt als ein angenehmes Spiri-Wellness-Produkt, ist mittlerweile auch naturwissenschaftlich belegt. So kann das rhythmische Meditieren etwa die Herzfrequenz senken, Stresshormone reduzieren und die Hirnaktivität beruhigen. Ein weiterer Grund, sich mit Mantras zu beschäftigen und mehr über sie zu lernen. „True World of Mantra“ leistet dazu einen wertvollen Beitrag.

Warum auch das Jodelchörli Schönengrund aus Appenzell oder die Alphorngruppe Schlossruof Oensingen darin auftauchen? Das erfährst du, wenn du dir den Film selbst anguckst ...

Die englischsprachige Dokumentation kannst du für ca. 12 Euro als Langfilm oder in vier Parts unterteilt streamen, wahlweise auch mit deutschen oder spanischen Untertiteln: manishvyas.com/movie

quick talk

MANISH VYAS

Was hat dich bewegt, diesen Film zu drehen?

Nun, im Zuge der steigenden Popularität von Yoga sind auch Mantra und Kirtan in den letzten Jahrzehnten im Westen sehr beliebt geworden. Das ist toll, aber manchmal überwiegt der Entertainment-Faktor. Vielen fehlte es an Informationen über die wirklich tiefe, authentische Bedeutung. Ich glaube, es ist

an der Zeit, dass die Menschen hier die wahre Essenz dieser kraftvollen Wissenschaft des Klangs verstehen lernen.

Ein sehr weites Feld ...

Allerdings. Wir haben für den Film wirklich sehr, sehr viele Menschen getroffen, überwiegend in Indien, die auf dem Gebiet seit vielen Jahren arbeiten und forschen, oft in Stille, aber sehr intensiv. Manche davon sind sehr bekannt, manche gar nicht: Sanskrit-Gelehrte, Mantra-Heiler:innen, Wissenschaftler:innen, Ärzt:innen, Künstler:innen, sogar Ayurveda-Expert:innen, die Mantras in ihre medizinische Praxis integrieren. Auch ich habe noch einiges dazugelernt.

Es geht um viel mehr als nur das gemeinsame Singen, richtig?

Genau. Das bringt einen natürlich in einen angenehmen Zustand. Es ist vielleicht wie mit einem Heilkräut, das dich vollumfänglich heilen könnte. Das kannst du natürlich für schöne Wellness-Anwendungen nutzen, aber damit schöpfst du sein gesamtes Potenzial nicht aus. Mantras können dich mit dem Göttlichen verbinden.