

## ASHTANGA YOGA MANTRA

वन्दे गुरुणं चरणारविन्दे  
सन्दर्शित स्वात्म सुखाव बोधे  
निः श्रेयसे जङ्गलिकायमाने  
संसार हालाहल मोहशांत्यै  
आबाहु पुरुषकारं  
शंखचक्रासि धारिणम्  
सहस्र शिरशं श्वेतं  
प्रणमामि पतञ्जलिम्

vande gurūṇaṁ caraṇāravinde  
sandarśita svātma sukhāva bodhe  
niḥ śreyase jaṅgalikāyamāne  
saṁsāra hālāhala mohaśāntyai  
ābāhu puruṣakāraṁ  
śaṅkhacakrāsi dhāriṇam  
sahasra śiraśaṁ śvetaṁ  
praṇamāmi patañjalim

Ich bete zu den Lotusfüßen des obersten Gurus,  
der die Weisheit lehrt, den Weg zeigt zum großen Glück der Erweckung des  
Selbst, er ist der Arzt des Dschungels und in der Lage das Gift der Unwissenheit  
und Konditionierung zu entfernen.

Ich bete zu Patanjali, eine Inkarnation des Adisesa, weiß in seiner Farbe mit tausend  
leuchtenden Köpfen, in menschlicher Gestalt unterhalb der Schultern, hält er ein  
Schwert (Unterscheidung), ein brennendes Rad (unendliche Zeit) und ein Horn  
(göttlicher Ton), vor ihm verbeuge ich mich.