

*Ashtanga Yoga
Opening Mantra ~ Mantra
d'Ouverture*



Om

I pray to the Lotus feet of the Supreme Guru who teaches the good knowledge, showing the way to knowing the self, awakening great happiness; who is the doctor of the jungle, able to remove the poison of the ignorance of conditioned existence.

To Patanjali, an incarnation of Adisesa, white in color with 1000 radiant heads (in his form as the divine serpent, Ananta), human in form below the shoulders holding a sword (discrimination), a wheel of fire (discus of light, representing infinite time), and a conch (Divine sound) - to him, I prostrate.

Om

Om

*Vande Gurunām charanāravinde
Sandarshita swātmasukāvabodhe
Nishreyase jāngalikāyamāne
Samsāra hālāhala mohashāntyai*

*Abāhu Purushākāram
Shankhacakṛsi dhārinam
Sahasra sirasam svetam
Pranamāmi patanjalinam*

Om

Om

Je prie aux pieds de lotus du maitre suprême. Qui enseigne la connaissance, éveillant l'immense bonheur de la révélation à soi-même. Qui agit tel le physicien de la jungle, capable de dissiper les illusions du poison d'une existence conditionnée.

Devant Patanjali, incarnation d'Adisesa, blanc de couleur et aux mille visages radieux (sous sa forme du serpent divin Ananta), à forme humaine sous les épaules, portant le glaive de la discrimination, une roue de feu symbolisant l'éternité et la conque représentant le son divin, Je me prosterne.

Om

*Mangala Mantra
Closing Mantra ~ Mantra de Clôture*



Om

Let Prosperity be Glorified-

Let Rulers rule the world with law & justice

Let divinity and erudition be protected

Let all beings everywhere be happy and free

Om peace, peace, peace

Om

Swasthi Prajā Bhya Pari Pāla yantām

Nyā Yena Mārgena mahīm Mahīshāh

Go Brāahmanebhyah Shubhamastu Nityam

Lokā Samasthā Sukhino Bhavanthu

Om Shānti, Shānti, Shāntih

*In short : May the merits of my yoga practice (or other such
action) benefit the world*

Om

Que la prospérité soit glorifiée

Que les dirigeants de ce monde gouvernent
avec justice

Que toutes les choses sacrées soient
protégées

Et que tous les Hommes de la Terre soient
heureux et prospères

Om paix, paix, paix.