

*Ashtanga Yoga  
Opening Mantra ~ Mantra  
d'Ouverture*



Om

I bow to the Lotus feet of the Supreme Gurus who teach 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 maître 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

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.

*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*