

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
Shankhacakṛṣi dhārinam
Sahasra sirasam svetam
Pranamāmi patanjalin***

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 conquête représentant le son divin, Je me prosterne.

Om

Mangala Mantra Closing Mantra ~ Mantra de Fermeture

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

In short :

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

Om

***Swasthi Prajā Bhya Pari Pāla yantām
Nyā Yena Mārgena mahīm Mahīshāh
Go Brāahmanebhyah Shubhamastu Nityam
Lokā Samasthā Sukhino Bhavanthu
Om Shānti, Shānti, Shāntih***

En bref :

***Que les mérites de ma pratique
du yoga (ou autre action du
même genre) profitent au monde***