

## ASHTANGA YOGA MANTRA

om  
vande gurunam charanaravinde  
sandarshita svatma sukhavabodhe  
nishreyase jangalikayamane  
samsara halahala mohashantyai  
abahu purushakaram  
shankhachakrasi dharinam  
sahasra shirasam shvetam  
pranamami patanjalinam  
om

## MANGALA MANTRA

om  
swasthi praja byah  
pari pala yantam  
nya yena margena  
mahi mahishaha  
go - brahmanebhyaha shubhamastu nityam  
lokaa samastha  
sukhino bhavanthu  
om

## ASHTANGA YOGA MANTRA

I bow to the lotus feet of the Gurus, who teach the good knowledge showing the way to Self Awakening, that act as the jungle physician, removing the poison of ignorance caused by conditioned existence.

I prostrate before Patanjali, appearing radiant white with a thousands heads, and who has, as far as his arms assumed a human form, holding a conch shell, a wheel and a sword.

-

Ich verneige mich vor den Lotusfüßen des Gurus, der gutes Wissen lehrt, indem er den Weg zur Selbsterkenntnis weist; er ist der Arzt im Dschungel, der das Gift der Unwissenheit und unserer Konditionierungen entfernt.

Vor Patanjali verneige ich mich; er erscheint in strahlendem weiß mit tausend Köpfen und in menschlicher Gestalt von den Schultern abwärts. Er hält ein Schwert, ein Rad und ein Muschelhorn.

## MANGALA MANTRA

May all of humankind be happy and well.  
May the great noble lords protect the earth  
in every way by the path of just virtue.  
May there be perpetual joy  
for those who know the real nature of things.  
May all the worlds be happy.  
Om,  
peace, peace, peace

-

Möge die Menschheit glücklich und zufrieden sein.  
Mögen die edlen Führer dieser Welt den Weg der Tugend gehen.  
Möge es ewiges Glück für diejenigen geben,  
die den wahren Wert der Dinge erkennen.  
Mögen alle Lebewesen glücklich und zufrieden sein.