

# Ashtanga Yoga Mantra

**oṃ**

Om.

**vande gurūṇām caraṇāravinde saṃdarśita-svātma-sukhāvabodhe**

Ich verneige mich vor den Lotusfüßen [meiner] Lehrmeister (Guru), weil sie [die Lehrmeister] die süße Erkenntnis des eigenen Selbst (Svātma) enthüllen.

**niḥśreyase jāṅgalikāyamāṇe saṃsāra-hālāhala-moha-sāntyai**

und weil sie wie ein Arzt völliges Wohlergehen bringen, um die Illusion (moha), das stärkste Gift (hālāhala) des Weltengangs (Saṃsāra), zu heilen.

**ābāhu-puruṣākāraṃ śaṅkha-cakrāsi-dhāriṇam**

Vor dem, der am Oberkörper von menschlicher Gestalt ist, der Muschelhorn, Diskus und Schwert trägt,

**sahasra-śirasaṃ śvetam praṇamāmi patañjalim**

der tausend strahlende Köpfe hat, vor ihm verneige ich mich - vor Patañjali.

**oṃ**

Om.