



CASA DEL
YOGA

Ashtanga Vinyasa Yoga

Mantra Inicial

ॐ

वन्दे गुरुणामं चरणारदविन्दे
सन्दर्शित स्वात्म सुखाव बोधे ।
निः श्रेयसे जङ्गलिकायमाने
संसार हालाहल मोहशन्त्यै॥

आबाहु पुरुषकरं
शङ्खचक्रासि धारिणम् ।
सहस्र शिरशं श्वेतं
प्रणमामि पतञ्जलिम् ॥

Om

vande gurūṇaṃ caraṇāravinde
sandarśita svātma sukhāva bodhe |
niḥ śreyase jaṅgalikāyamāne
saṃsāra hālāhala mohaśantyai ||

ābāhu puruṣaṣkāraṃ
śaṅkhacakrāsi dhāriṇam |
sahasra śiraśaṃ śvetam
praṇamāmi patañjalim ||

Om

Rezo a los pies de loto del gurú supremo
despertando la gran alegría del Ser revelado
que actúa como el mejor médico de la jungla
capaz de eliminar la decepción del veneno de una existencia condicionada.

Con la parte de superior de su cuerpo en forma humana
empuñando una caracola, una rueda y una espada,
con mil cabezas radiantes
ante Patanjali me postro.

Om