

## Eröffnungsmantra

OM

vande gurūṇāṃ caraṇāravinde  
sandarśita-svātma-sukhāvabodhe |  
niḥśreyase jāṅgalikāyamāne  
saṃsāra-hālāhala-mohaśāntyai ||

ābāhu-puruṣākāraṃ  
śaṅkha-cakrāsi-dhāriṇam |  
sahasra-śirasaṃ śvetam  
praṇamāmi patañjalim ||

OM

### Aussprachehinweise:

ū, ā	doppelt so lang aussprechen wie die normalen Vokale ohne übergesetzten Längenstrich
ṇ	die Zungenspitze wird zurückgebogen und stößt gegen der vorderen Teil des harten Gaumens
ś	entspricht der Aussprache von "Schein"
c	stimmlos, wie im englischen „church“
ḥ	stimmloser Hauchlaut, wird entweder weggelassen oder der vorhergehende Vokal folgt als kurzer Nachklang, vor allem am Ende, hier also „shantiḥ, shantiḥ, shantiḥ“
j	stimmhaft, wie im englischen „judge“
ñ	wie das „n“ in „Anker“ oder „Engel“, der hintere Zungenrücken wird angehoben und berührt den weichen Gaumen
ṃ	ist strenggenommen kein eigener Konsonant, sondern bedeutet, dass der vorherige Vokal nasal ausgesprochen wird
ṣ	die Zungenspitze wird zurückgebogen und stößt gegen den vorderen Teil des harten Gaumens
ñ	ungefähr wie im französischen „vignette“

OM

Ich verbeuge mich zu den beiden Lotusfüßen der Gurus,  
durch die in meiner Seele das Verständnis für die höchste Freude offenbart worden  
ist.

Mein Zufluchtsort, wirkend wie ein Schlangentarzt im Dschungel,  
der die Verwirrungen des Gifts der zyklischen Existenz von uns nimmt.

Bis zu den Armen die Form eines Menschen annehmend,  
Muschelhorn, Diskus und Schwert tragend,  
weiß, mit Tausend Köpfen,  
zu Patañjali verneige ich mich.