

קריאה / לפטנג'לי

yogena cittasya padena vācāṃ  
malam śarīrasya ca vaidyakena |  
yo' pākarottam pravaram muninām  
patañjalim prāñjalir ānato' smi ||

ābāhupuruṣākāram  
śaṅkhacakrāsīdhāriṇam |  
sahasraśirasam śvetam  
praṇamāmi patañjalim ||

אני מצרף כפות ידי (pra-añjalir) וסוגד, קד (ānato ā+nam) לפטנג'לי,  
הטוב (pravaram) בחכמים, אשר הסיר (apa akarot)  
באמצעות יוגה את עכירות (malam) המחשבה/התודעה (citta)  
באמצעות המילים (pada) את זוהמת השפה  
ובאמצעות רפואה (vaidyaka) את טומאת הגוף (śarīra).

אני קד לפטנג'לי,  
שפלג גוף עליון לו בדמות (ākāra) אדם  
האוחז בקונכייה, בדיסקוס ובחרב,  
לבן, שיש לו אלף ראשים (sahasra-śirasam).

לפנים, קדימה, לפני (pra)  
ליד (ā)  
הלאה, למטה (apa)

הובא לקבוצת לימוד בגרסא זו על ידי עמרם פטר

ברכה זו משמשת כפתיחה מסורתית לשעורי היוגה ומושרת ברחבי העולם בשיעורי היוגה בשיטת ב.ק.ס איינגאר.

לפטנג'לי מייחסים חיבורן של שלוש יצירות ראשונות במעלה בחשיבותן.

1-הפירוש לכללי הדקדוק של פאניני, המדקדק הסנסקריטי הראשון.  
2- 196- סותרות היוגה-אימרות קצרות ומרוכזות בתמציתן הדנות בפילוסופיית היוגה.

3-הפירוש למדע הרפואה-האיור-וודה.

השפה הסנסקריטית ייחודית בהגייה שלה בצליליה והברותיה. השפעתה הצלילית רבה בפני עצמה. בתחילת הברכה, הקריאה, שרים שלוש פעמים "אום" שהוא צליל היסוד ממנו נבעו שאר הצלילים בעולם. את הברכה מסיימים ב"הארי אום"

הכניסה לשיעור בתחושה של הודיה למורי העבר וללימוד שעובר במשך אלפי שנים ממורה לתלמיד מאפשרת לבוא ללימוד ממקום של ענווה ומשפיעה על היכולת לקבל ולהתפתח בדרך הרוחנית.