

### **Mantra final - Mangala mantra**

Om Swasti praya byaha paripala yantam  
Nyayena margena mahim mahishaha  
Go bramhanebyaha shubamastu nityam  
Loka samastaha sukino bavantu

Sarve jana sukino bavantu  
Samasta san mangalani santu  
Loka kalyana samvrittirastu  
Vishva shanti rastu

Om shanti shanti shantihi

Adaptación fonética al español. La transcripción clásica del sánscrito es diferente.

### **Traducción libre**

Que todo esté bien con la progenie de la tierra  
Que nuestros líderes sepan tomar las decisiones adecuadas  
Que nuestra conexión con lo universal esté bien  
Que todos los seres en todos los lugares sean felices

Que haya felicidad en todos los nacimientos  
Que todo sea propicio  
Que la bondad de la unión esté en todas partes  
Que haya paz en todas partes

Om paz paz paz

### **Interpretación:**

Este texto **no** debería ser entendido como una oración religiosa en la que se pide a un ser superior que arregle nuestros desastres.

La tradición yódica enseña técnicas para alcanzar un estado de paz que surge del equilibrio de nuestros procesos mentales: tanto conscientes como subconscientes.

**El objetivo de este mantra es compartir con todos los seres la paz que hemos alcanzado a través de la práctica.**

Visto otra manera, no practicamos yoga sólo para nuestro beneficio sino para el beneficio de la humanidad,.

Es razonable pensar que la paz de un elemento, influye positivamente en el sistema completo.