



Lord Nataraja, the dancing form of Siva  
who is worshipped as the first Guru of Yoga

ஓம் ஓம் ஓம்

உடம்பினை முன்னம் இழுக்கென் றிருந்தேன்  
உடம்பினுக் குள்ளே உறுபொருள் கண்டேன்  
உடம்புளே உத்தமன் கோயில்கொண் டான்என்  
றுடம்பினை யானிருந் தோம்புகின் றேனே.

- திருமந்திரம், 725

Udambinai munnam izhukk endrirunthaen  
Udambinukk ulle uru porul kandaen  
Udambulle uththaman koyilkondaan endru  
Udambinai yaan irundh ombuginrene.

- Thirumanthiram, Song 725  
By Sage Thirumular  
Language: Tamil

Meaning:

Time was when I despised the body;  
But then I saw the God within  
And the body, I realised, is the Lord's temple  
And so I began preserving it  
With care infinite.