

1. Մարմնի ցանկություն մի՛ կատարեք,
Այլ Յոգով շարժվեք ու առաջնորդվեք:

Սեր, խնդություն, խաղաղություն,
Համբերություն ու հեզություն,
Հավատք, բարություն ու քաղցրություն.
Այս է հոգևոր հարստություն:

2. Յոգու պտուղներով զարդարվե՛ք,
Որ Աստծո արքայություն դուք մտնեք:

3. Հիսուսի սիրով դուք միշտ ապրե՛ք,
Սուրբ Յոգով շարժվեք ու առաջնորդվեք: