

Shri Vishnu Sahasranama

Die tausend Namen Vishnus

Eine Einführung von Elizabeth Grimbergen

Shri Vishnu Sahasranama – „Die tausend Namen Vishnus“ – ist ein Sanskritstotra, eine Hymne, in Gedichtform zu Ehren Vishnus, wobei jeder göttliche Name eine Blume in einer elegant zusammengestellten dichterischen Girlande ist. Wenn ich das *Shri Vishnu Sahasranam* rezitiere, fühle ich, wie ich in den Nektar einer Blüte nach der anderen eintauche, bis mein ganzes Wesen mit einer strahlenden und glückseligen Energie getränkt ist. Gemäß der Tradition von *svadhyaya*, die sowohl zur Rezitation als auch zum Studium heiliger Texte aufruft, reiche ich meine Erfahrung dadurch an, dass ich die Bedeutung eines jeden Namens und seine Stellung innerhalb der Hymne oft studiere und darüber nachdenke.

Baba führte seine Schüler und Schülerinnen in die regelmäßige Rezitation heiliger Texte als Bestandteil von *svadhyaya* ein. Wir können das Rezitieren eines dieser Texte, des *Shri Vishnu Sahasranama*, mit einer Aufnahme üben, die vom Musikensemble in Gurudev Siddha Peeth, dem Siddha Yoga Ashram in Indien, eingespielt wurde.

Im Jahr 1967 machte Baba diesen Text zu einem Bestandteil des Ashram-Tagesablaufs in Gurudev Siddha Peeth. Bis zum Januar 2006 wurde das *Shri Vishnu Sahasranama* viele Jahre lang nach dem Mittagessen als Nachmittags*svadhyaya* gesungen. Um diese Tradition zu ehren, legte Gurumayi im Jahr 2019 im Shree Muktananda Ashram und in Gurudev Siddha Peeth die Rezitation dieses heiligen Textes auf den Samstagvormittag.

Vishnu, dessen Name „alldurchdringend“ bedeutet, wird als die höchste Wirklichkeit verstanden, die das Universum erschafft, beschützt und erhält. In der Einleitung zur Hymne wird Vishnu als „das höchste große Licht“, als „das höchste große Brahman“ und „das höchste Ziel“ beschrieben. Von Vishnu heißt es, dass er als Erhalter des Universums immer dann, wenn dem Universum Chaos und Zerstörung drohen, einen Körper annimmt, um die kosmische Ordnung wiederherzustellen. Krishna und Rama sind zwei seiner beliebtesten und bekanntesten *Avatare*, göttlichen Inkarnationen.

Sahasranama, „Die tausend Namen“, ist eine Gattung von Lyrik in indischer religiöser Literatur und soll im dichterischen Versmaß und Rhythmus gesungen werden. Das *Shri Vishnu Sahasranama* steht im *anushtup*-Metrum des Sanskrit und enthält eintausend Attribute, die als Namen Vishnus wiedergegeben werden. Jeder Name stellt eine einzigartige Facette, eine Manifestation, dar, die sein göttliches Wesen zum Ausdruck bringt und so die Wahrheit vermittelt, dass die Höchste Realität nur eine ist und doch gleichzeitig unzählige Erscheinungsformen umfasst.

Jeder Vers, tatsächlich jeder *Name*, ist es wert, bedacht und untersucht zu werden. Jeder Name ist ein Tor zum unendlich reichen und mannigfaltigen Wesen Vishnus. Beim Studium dieses Textes stieß ich auf viele Bezüge zur Geschichte von Vishnus dritter Inkarnation als Varaha, dem Eber. Mit gigantischen Hauern taucht Varaha tief in die Wasser der Sintflut ein, um Bhumi, die Erde, zu retten. Von seinen Hauern getragen wird die Erde befreit und auf ihren Platz gesetzt und so die Ordnung des Universums wiederhergestellt. In der Hymne verweisen mehrere Namen auf diese Inkarnation: Mahavaraha (Großer Eber), Mahibharta (Beschützer der Erde) und Vishakapih (der Eber, der den Dharma wiederherstellt). Beim Nachdenken über diese Namen kam ich zu der Erkenntnis: Ganz gleich, wie schrecklich die Umstände auch sein mögen, Gott ist immer da, um nicht nur seine Verehrer, sondern das ganze Universum zu schützen und zu erheben, und das auf überaus erstaunliche, kreative und tiefgründige Weise.

Baba Muktananda mochte das *Shri Vishnu Sahasranama* sehr und bezeichnete es als „universelle Wahrheit“.ii Baba fährt fort: „Om ist Vishnu. Er ist die reine, edle

Höchste Seele, der *Paramatman*. Er ist das letzte Ziel aller befreiten Wesen. Er ist unzerstörbar. Er ist der höchste Zeuge, dem alles bewusst ist, was sich im Universum und im Geist ereignet. Er ist Yoga.“iii

Das *Shri Vishnu Sahasranama* steht im *Anushasana Parva*, dem dreizehnten Buch des alten indischen Epos *Mahabharata*. Das *Mahabharata* schildert den gewaltigen Kampf, in dem die Pandava-Brüder ihre Vettern, die Kauravas, besiegen, um den Dharma wiederherzustellen und das Königreich Kuru ihren rechtmäßigen Herrschern zurückzugeben. Nach der Schlacht wendet sich Yudhishthira, der älteste der Pandavas, an Bhishma, den größten Krieger und Staatsmann der Kauravas, und bittet ihn um Rat, wie man regieren solle. Bhishma, der auf einem Bett aus Pfeilen liegend seinen Tod erwartet, tut Yudhishthira den Gefallen und gibt ihm eine Fülle von Anweisungen zum Dharma eines Herrschers. Diese Anweisungen bilden den *Anushasana Parva*.

In Kapitel 134 fragt Yudhishthira Bhishma: „Was ist das einzig Göttliche auf der Welt? Mit anderen Worten, was ist das eine höchste Ziel? Wen müssen die Menschen lobpreisen, wen anbeten, um das Gute zu erreichen?“iv Bhishma antwortet: „Es ist der Herr der Welt, der Gott der Götter, das Unendliche, das höchste Wesen – wenn ein Mensch ihn stets mit Hilfe seiner tausend Namen preist, wird er immer aufgerichtet.“v

Wenn man das *Shri Vishnu Sahasranama* mit Disziplin und Konzentration rezitiert, reinigt es durch den Klang seiner göttlichen Mantras Herz und Geist, was letztlich zu der Erkenntnis führt, dass das eigene Selbst eins ist mit Vishnu, mit dem Prinzip, das alles in dieser Schöpfung durchdringt und erhält.



i *The Nectar of Chanting* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1983), S. 76.

ii Swami Muktananda, "Vishnu Sahasranam," in *Swami Muktananda: American Tour 1970* (Piedmont, CA: Shree Gurudev Siddha Yoga Ashram, 1974), S. 64.

iii Swami Muktananda, "Vishnu Sahasranam," S. 67.

iv *The Nectar of Chanting*, S. 74.

v *The Nectar of Chanting*, S. 74.