

Shri Vishnu Sahasranama

I mille nomi del Signore Vishnu

Introduzione di Elizabeth Grimbergen

Shri Vishnu Sahasranama — “I mille nomi del Signore Vishnu” — è uno *stotra* sanscrito, un inno poetico che onora il Signore Vishnu; ogni nome divino è un fiore in una ghirlanda lirica elegantemente composta. Quando recito *Shri Vishnu Sahasranama*, mi ritrovo immersa nel nettare di un fiore dopo l’altro, finché il mio essere è completamente soffuso da un’energia splendente e gioiosa. Seguendo la tradizione di *svadhyaya*, che invita alla recitazione e allo studio dei testi sacri, arricchisco la mia esperienza studiando e riflettendo spesso sul significato di ogni nome e del posto che ha all’interno dell’inno.

Baba ha introdotto i suoi studenti alla recitazione regolare dei testi sacri come parte di *svadhyaya*. Noi avremo la possibilità di praticare la recitazione di uno di questi, lo *Shri Vishnu Sahasranama*, con una registrazione realizzata dal gruppo musicale nel Gurudev Siddha Peeth, l’Ashram Siddha Yoga in India.

Nel 1967, Baba ha inserito questo testo nel Programma quotidiano dell’Ashram, al Gurudev Siddha Peeth. Per molti anni, fino al gennaio 2006, *Shri Vishnu Sahasranama* è stato recitato dopo pranzo come *svadhyaya* del pomeriggio. Onorando questa tradizione, nel 2019 Gurumayi ha programmato la recitazione di questo testo sacro al sabato mattina, nell’Ashram Shree Muktananda e nel Gurudev Siddha Peeth.

Il Signore Vishnu, il cui nome significa “che pervade tutto”, è inteso come la Realtà ultima, che crea, protegge e sostiene l’universo. Nell’introduzione all’inno, il Signore Vishnu è descritto come “la grande luce suprema”, “il grande Brahman supremo”, “la meta suprema”¹. Si dice che, come sostenitore dell’universo, il Signore Vishnu assuma una forma incarnata per ristabilire l’ordine cosmico ogni volta che l’universo è minacciato dal caos e dalla distruzione. Il Signore Krishna e il Signore Rama sono due tra i suoi più amati e conosciuti *avatar*, incarnazioni divine.

Sahasranama, “i mille nomi”, è un genere poetico di letteratura devozionale indiana, creato per essere cantato nel suo metro e ritmo lirico. Composto nel metro sanscrito

anushtup, *Shri Vishnu Sahasranama* contiene perciò mille attributi, espressi come nomi del Signore Vishnu. Ogni nome è un aspetto o una manifestazione peculiare, che esprime la sua natura divina, trasmettendo così la verità che la Realtà Suprema è una, ma simultaneamente comprende infinite manifestazioni.

Ogni verso... in verità ogni *nome*, è degno di riflessione e studio. Ogni nome è una via d'accesso all'infinitamente ricca e variegata natura del Signore Vishnu. Nello studio di questo testo, ho trovato diversi riferimenti alla storia della sua terza incarnazione, Varaha, il Cinghiale. Con le sue gigantesche zanne, Varaha arriva nel profondo delle acque del diluvio universale per salvare Bhumi, la Terra. Cullata sulle sue zanne, la Terra viene liberata e collocata al suo posto, e con questo si ristabilisce l'ordine nell'universo. Nell'inno, svariati nomi si riferiscono a questa incarnazione: Mahavaraha (il grandioso Cinghiale), Mahibharta (il Protettore della Terra), e Vishakapih (il Cinghiale che ristabilisce il dharma). Mentre riflettevo su questi nomi, ho capito che, per quanto disperata sia la circostanza, Dio è sempre presente per proteggere ed elevare non solo i suoi devoti ma l'universo stesso, e lo fa nei modi più straordinari, creativi e profondi.

Baba Muktananda amava *Shri Vishnu Sahasranama*, e lo descriveva come "la verità universale"². Baba continua dicendo: "Om è Vishnu. Egli è l'Anima pura, nobile, il *paramatman*. È la destinazione finale di tutti gli esseri liberati. È indistruttibile. È il testimone supremo, cosciente di tutto ciò che accade nell'universo e nella mente. Egli è yoga"³.

Shri Vishnu Sahasranama si trova all'interno dell'*Anushasana Parva*, il tredicesimo libro dell'antico poema epico indiano, il *Mahabharata*. Il *Mahabharata* descrive la grande battaglia in cui i fratelli Pandava sconfissero i loro cugini, i Kaurava, per ristabilire il dharma e restituire il regno dei Kuru ai suoi legittimi sovrani. Dopo la battaglia, Yudhishtira, il maggiore dei Pandava, si avvicina a Bhishma, il più valoroso guerriero e uomo di stato dei Kaurava, per chiedere consiglio su come governare. Bhishma, che giace su un letto di frecce in attesa della morte, asseconda Yudhishtira, dandogli una quantità di istruzioni sul dharma di un sovrano. Queste istruzioni formano l'*Anushasana Parva*.

Nel capitolo 134, Yudhishtira chiede a Bhishma: "Qual è l'unica divinità nel mondo? In altre parole, qual è l'unica meta suprema? Gli uomini possono conseguire il bene elogiando chi, venerando chi?"⁴. Bhishma risponde: "Il Signore

del mondo, il Dio degli dei, l'Infinito, la Persona suprema; lodandola costantemente con i suoi mille nomi, una persona sarà sempre elevata"⁵.

Recitato con disciplina e concentrazione, *Shri Vishnu Sahasranama* purifica il cuore e la mente con il suono dei suoi mantra divini, che infine porteranno a riconoscere l'unità del proprio Sé con il principio che pervade e sostiene tutto il creato, il Signore Vishnu.



© 2021 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

¹ *The Nectar of Chanting* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1983), p. 76.

² Swami Muktananda, "Vishnu Sahasranam," in *Swami Muktananda: American Tour 1970* (Piedmont, CA: Shree Gurudev Siddha Yoga Ashram, 1974), p. 64.

³ Swami Muktananda, "Vishnu Sahasranam," p. 67.

⁴ *The Nectar of Chanting*, p. 74.

⁵ *The Nectar of Chanting*, p. 74.