

Acht Strophen an Surya, den Herrn

Mit einer von Gurumayi Chidvilasananda komponierten Melodie

Sūryāṣṭakam

Acht Strophen an Surya, den Herrn

1. Strophe

आदिदेव नमस्तुभ्यं प्रसीद मम भास्कर ।

दिवाकर नमस्तुभ्यं प्रभाकर नमोऽस्तु ते ॥

*ādideva namas tubhyaṁ prasīda mama bhāskara |
divākara namas tubhyaṁ prabhākara namo 'stu te ||*

Sei begrüßt, oh uranfänglicher Herr! Sei mir gnädig.
Sei begrüßt, du Schöpfer der Tage und des Lichts.

2. Strophe

सप्ताश्वरथमारूढं प्रचण्डं कश्यपात्मजम् ।

श्वेतपद्मधरं देवं तं सूर्यं प्रणमाम्यहम् ॥

*saptāśva-ratham ārūḍhaṁ pracaṇḍaṁ kaśyapātmajam |
śveta-padma-dharaṁ devaṁ taṁ sūryaṁ praṇamāmy aham ||*

Ich verneige mich vor Surya, dem Herrn,
der auf einem von sieben Pferden gezogenen Streitwagen sitzt.

Er ist der Sohn des Weisen Kashyapa
und die alles überragende Gottheit, die eine weiße Lotosblüte hält.

3. Strophe

लोहितं रथमारूढं सर्वलोकपितामहम् ।
महापापहरं देवं तं सूर्यं प्रणमाम्यहम् ॥

*lohitaṁ ratham ārūḍhaṁ sarva-loka-pitāmaham |
mahāpāpa-haraṁ devaṁ taṁ sūryaṁ praṇamāmy aham ||*

Ich verneige mich vor Surya, dem Herrn,
der auf einem roten Streitwagen sitzt.
Er ist der Urvater aller Welten und nimmt große Sünden hinweg.

4. Strophe

त्रैगुण्यं च महाशूरं ब्रह्माविष्णुमहेश्वरम् ।
महापापहरं देवं तं सूर्यं प्रणमाम्यहम् ॥

*trai-guṇyaṁ ca mahāśūraṁ brahmā-viṣṇu-maheśvaram |
mahāpāpa-haraṁ devaṁ taṁ sūryaṁ praṇamāmy aham ||*

Ich verneige mich vor Surya, dem Herrn,
dem großen Krieger, der über die drei Eigenschaften verfügt.
Er nimmt große Sünden hinweg.
Er ist Brahma, Vishnu und Shiva.

5. Strophe

बृंहितं तेजःपुञ्जं च वायुमाकाशमेव च ।
प्रभुं च सर्वलोकानां तं सूर्यं प्रणमाम्यहम् ॥

*br̥mhitam tejah-puñjam ca vāyum ākāsam eva ca |
prabhum ca sarva-lokānām taṁ sūryam praṇamāmy aham ||*

Ich verneige mich vor Surya, dem Herrn,
einem sich immer weiter ausdehnenden Körper aus Leuchtkraft,
der der Wind und der Himmel und der Herr aller Welten ist.

6. Strophe

बन्धूकपुष्पसङ्काशं हारकुण्डलभूषितम् ।
एकचक्रधरं देवं तं सूर्यं प्रणमाम्यहम् ॥

*bandhūka-puṣpa-saṅkāśam hāra-kuṇḍala-bhūṣitam |
eka-cakra-dharam devam taṁ sūryam praṇamāmy aham ||*

Ich verneige mich vor Surya, dem Herrn,
der wie die purpurrote Hibiskusblüte leuchtet,
der mit Girlanden und Ohrringen geschmückt ist
und einen einrädriigen Wagen besitzt.

7. Strophe

तं सूर्यं जगत्कर्तारं महातेजःप्रदीपनम् ।
महापापहरं देवं तं सूर्यं प्रणमाम्यहम् ॥

*taṁ sūryam jagat-kartāram mahātejah-pradīpanam |
mahāpāpa-haram devam taṁ sūryam praṇamāmy aham ||*

Surya, der Herr, der Schöpfer des Universums,
erstrahlt in hellem Glanz und nimmt große Sünden hinweg.
Vor ihm, dem Herrn, verneige ich mich.

8. Strophe

तं सूर्यं जगतां नाथं ज्ञानविज्ञानमोक्षदम् ।

महापापहरं देवं तं सूर्यं प्रणमाम्यहम् ॥

*taṁ sūryaṁ jagatāṁ nāthaṁ jñāna-vijñāna-mokṣadam /
mahāpāpa-haraṁ devaṁ taṁ sūryaṁ praṇamāmy aham ॥*

Surya, der Herr, der Gebieter der Welten,
nimmt große Sünden hinweg und gewährt Erkenntnis,
Weisheit und Befreiung.
Vor ihm, dem Herrn, verneige ich mich.

9. Strophe

सूर्याष्टकं पठेन्नित्यं ग्रहपीडाप्रणाशनम् ।

अपुत्रो लभते पुत्रं दरिद्रो धनवान्भवेत् ॥

*sūryāṣṭakaṁ paṭhen nityaṁ graha-pīḍā-praṇāśanam |
aputro labhate putraṁ daridro dhanavān bhavet ॥*

Man sollte unentwegt die *Acht Strophen an Surya, den Herrn* rezitieren,
der die negativen Einflüsse der Planeten beseitigt.
Wenn man diese Hymne rezitiert, wird einem Kinderlosen ein Sohn gewährt
und ein armer Mensch wird reich.

10. Strophe

आमिषं मधुपानं च यः करोति रवेर्दिने ।

सप्तजन्म भवेद्रोगी प्रतिजन्म दरिद्रता ॥

*āmiṣaṁ madhu-pānaṁ ca yaḥ karoti raver dine /
sapta-janma bhaved rogī pratijanma daridratā ॥*

Wer an dem der Sonne gewidmeten Tag
Fleisch isst oder Wein trinkt,
wird sieben Leben lang von Krankheiten befallen werden
und in jedem Leben unglücklich sein.

11. Strophe

स्त्रीतैलमधुमांसानि यस्त्यजेतु रवेर्दिने ।

न व्याधिः शोकदारिद्र्यं सूर्यलोकं स गच्छति ॥

*strī-taila-madhu-māmsāni yas tyajet tu raver dine |
na vyādhīḥ śoka-dāridryam sūrya-lokaṁ sa gacchati //*

Wer aber an dem der Sonne gewidmeten Tag
den Frauen, fetter Speise, Wein und Fleisch entsagt,
der wird nie von Krankheit, Kummer oder Armut befallen werden.
Solch ein Mensch wird in das Reich Suryas, des Herrn, gelangen.

इति श्रीशिवप्रोक्तं सूर्याष्टकं संपूर्णम् ॥

iti śrī-śiva-proktaṁ sūryāṣṭakaṁ saṁpūrṇam //

Damit sind die *Acht Strophen an Surya, den Herrn,*
wie sie Shri Shiva gelehrt hat, vollendet.

Eine Einführung von Elizabeth Grimbergen

Die Sonne und ihre scheinbare Reise am Himmel über uns ist eines der ältesten und mächtigsten Sinnbilder der Menschheit für einen Neubeginn. Die Sonne spendet das Licht, das alles Leben erhält. In den spirituellen Traditionen Indiens wird die Sonne als ein Gott, als Surya, der Herr, verehrt. Dies wurde erstmals im *Rig Veda*, einer der ältesten Schriften der Erde, beschrieben.

Es heißt, dass Surya, der Herr, prächtig ist. Im *Suryashtakam*, einem Loblied auf ihn, wird Surya, der Herr, mit einem Lotus, einem Symbol für Reinheit, und einem von sieben Pferden gezogenen, strahlend goldenen Wagen dargestellt. Er ist von gleißend hell leuchtenden Sonnenstrahlen umgeben.

Das *Suryashtakam* auf dieser Webseite stammt aus dem *Samba Purana*. Dieser heilige Text erzählt die Geschichte von Samba, einem Sohn von Krishna, der an einer auszehrenden Krankheit litt. Samba befolgte die Anweisung des himmlischen Weisen Narada und brachte Surya an den Ufern des Chenab-Flusses seine Verehrung dar. Nach zwölf Jahren dieses Flehens erschien Surya vor Samba und heilte ihn von seiner Krankheit.

Die acht Strophen (*ashtakam*) dieser Hymne preisen die göttlichen Eigenschaften von Surya und die Kraft seines nährenden und heilenden Lichts, im Inneren wie auch im Äußeren. Wenn wir die Strophen des *Suryashtakam* singen, rufen auch wir den Segen von Surya an – vitale Gesundheit, strahlende Fülle, beständigen Mut, kraftvolle Stärke und scharfsinnige Intelligenz – aber auch Weisheit und spirituelle Befreiung.

Wenn ich über Surya kontempliere, fällt mir auf, dass dasselbe Sonnenlicht, das das Leben auf diesem Planeten erhält, auch das Licht ist, durch das die Menschen sehen und wahrnehmen können. Es ist Licht, das den Sehenden und das Gesehene, den Erkennenden und das Erkannte verbindet. Im Sanskrit ist eines der Wörter für „Licht“ *prakasha*. Es ist *prakasha*, der mir die Bäume offenbart, die ich vor meinem

Fenster sehe. Untrennbar mit *prakasha* verbunden ist *vimarsha*, die Kraft des Gewahrseins. Es ist *vimarsha*, der mich befähigt zu erkennen, dass die Formen, die ich sehe, Bäume sind.

Gemäß den indischen spirituellen Traditionen sind *prakasha* und *vimarsha* Aspekte des universellen Höchsten Bewusstseins. Es ist das bewusste Selbst, das all unsere geistigen Zustände sowie auch all unsere Wahrnehmungen und Empfindungen beobachtet und erhellt.

Für mich ist die Sonne eine Metapher für dieses höchste Licht des Bewusstseins, das den inneren Himmel meines Geistes durchdringt und es mir ermöglicht, die Objekte, die ich sehe, zu erkennen. Wenn dieselbe Kraft des Gewahrseins durch Singen oder Meditieren nach innen gelenkt wird, ist sie die Kraft, durch die ich mein innerstes Selbst wahrnehme. Also repräsentiert das Bild von Surya ebenfalls das Licht der spirituellen Erkenntnis, die die Dunkelheit von Unwissenheit und Beschränkung überwindet.

Jede der Strophen des *Suryashtakam* ist ein Goldstück zur Kontemplation. Einer der herausragenden Sätze ist die Beschreibung von Surya als demjenigen, der „Sünden hinwegnimmt“, ein Satz, in dem sich die Geschichte von Sambas Krankenheilung durch den Gott widerspiegelt. Die Sonne ist eine heilende Kraft für den Körper und auch für den Geist. Durch die Hinwegnahme unserer Sünden oder Fehler, *papas*, werden wir ganz und strahlend gemacht. Unsere Beschränkungen werden aufgelöst, und wir sind in der Lage, unsere eigene strahlende Natur zu erkennen.

Wie die Sonne, die immer irgendwo scheint, ist das Höchste Licht des Bewusstseins, das Selbst, immer gegenwärtig und erleuchtet unsere Herzen und den Geist.

