

॥ श्रीविष्णुसहस्रनामस्तोत्रम् ॥

Śrī Viṣṇu Sahasranāma Stotram

Part 1 · Pūrva Bhāga, Nyāsa and Dhyānam

This part contains:

पूर्वभागः Pūrva Bhāga · Opening prayers and the dialogue of Bhīṣma and Yudhiṣṭhira

पूर्वन्यासः Pūrva Nyāsa · Preliminary invocation

ध्यानम् Dhyānam · Meditation verses

From the Anuśāsana Parva of the Mahābhārata (chapter 149). Each verse is given in Devanāgarī, followed by its transliteration in English letters.

Pronunciation guide: ā ī ū = long vowels · ṛ = ri · ṃ = anusvāra (m/n) · ḥ = visarga (soft h echo) · ś = sh (palatal) · ṣ = sh (retroflex) · ṭ ḍ ṇ = retroflex t, d, n · c = ch · ñ = ny · ṅ = ng · ' = elided a (avagraha).

Vrindavan Guruvayurappan Temple,
Vrindavan, Uttar Pradesh, India
www.vrindavanguruvayur.org

पूर्वभागः

Pūrva Bhāga · Opening prayers and the dialogue of Bhīṣma and Yudhiṣṭhira

---

ॐ श्रीपरमात्मने नमः ।

oṃ śrīparamātmane namaḥ |

नारायणं नमस्कृत्य नरं चैव नरोत्तमम् ।
देवीं सरस्वतीं व्यासं ततो जयमुदीरयेत् ॥

nārāyaṇaṃ namaskṛtya naraṃ caiva narottamam |
devīṃ sarasvatīṃ vyāsaṃ tato jayamudīrayet ||

ॐ अथ सकलसौभाग्यदायकं श्रीविष्णुसहस्रनामस्तोत्रम् ।
हरिः ॐ ॥

oṃ atha sakalasaubhāgyadāyakaṃ śrīviṣṇusahasranāmastotram |
hariḥ oṃ ||

शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम् ।
प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्वविघ्नोपशान्तये ॥ १ ॥

śuklāmbaradharaṃ viṣṇuṃ śaśivarṇaṃ caturbhujam |
prasannavadanaṃ dhyāyet sarvavighnopaśāntaye || 1||

यस्य द्विरदवक्त्राद्याः पारिषद्याः परः शतम् ।
विघ्नं निघ्नन्ति सततं विष्वक्सेनं तमाश्रये ॥ २ ॥

yasya dviradavaktrādyāḥ pāriṣadyāḥ paraḥ śatam |
vighnaṃ nighnanti satataṃ viṣvaksenaṃ tamāśraye || 2||

व्यासं वसिष्ठनप्तारं शक्तेः पौत्रमकल्मषम् ।
पराशरात्मजं वन्दे शुकतातं तपोनिधिम् ॥ ३ ॥

vyāsaṃ vasiṣṭhanaptāraṃ śakteḥ pautramakalmaṣam |
parāśarātmajaṃ vande śukatātaṃ taponidhim || 3||

व्यासाय विष्णुरूपाय व्यासरूपाय विष्णवे ।
नमो वै ब्रह्मनिधये वासिष्ठाय नमो नमः ॥ ४ ॥

vyāsāya viṣṇurūpāya vyāsarūpāya viṣṇave |
namo vai brahmanidhaye vāsiṣṭhāya namo namaḥ || 4||

अविकाराय शुद्धाय नित्याय परमात्मने ।
सदैकरूपरूपाय विष्णवे सर्वजिष्णवे ॥ ५ ॥

avikārāya śuddhāya nityāya paramātmane |
sadaikarūparūpāya viṣṇave sarvajiṣṇave || 5||

यस्य स्मरणमात्रेण जन्मसंसारबन्धनात् ।
विमुच्यते नमस्तस्मै विष्णवे प्रभविष्णवे ॥ ६ ॥

yasya smaraṇamātreṇa janmasaṃsārabandhanāt |
vimucyate namastasmai viṣṇave prabhaviṣṇave || 6||

ॐ नमो विष्णवे प्रभविष्णवे ॥

oṃ namo viṣṇave prabhaviṣṇave ||

श्रीवैशम्पायन उवाच · *śrīvaiśampāyana uvāca*

श्रुत्वा धर्मानशेषेण पावनानि च सर्वशः ।
युधिष्ठिरः शान्तनवं पुनरेवाभ्यभाषत ॥ ७ ॥

śrutvā dharmānaśeṣeṇa pāvanāni ca sarvaśaḥ |
yudhiṣṭhiraḥ śāntanavaṃ punarevābhyabhāṣata || 7||

युधिष्ठिर उवाच · *yudhiṣṭhira uvāca*

किमेकं दैवतं लोके किं वाप्येकं परायणम् ।
स्तुवन्तः कं कमर्चन्तः प्राप्नुयुर्मानवाः शुभम् ॥ ८ ॥

kimekaṃ daivataṃ loke kiṃ vāpyekaṃ parāyaṇam |
stuvantaḥ kaṃ kamarcantaḥ prāpnuyurmānavāḥ śubham || 8||

को धर्मः सर्वधर्माणां भवतः परमो मतः ।
किं जपन्मुच्यते जन्तुर्जन्मसंसारबन्धनात् ॥ ९ ॥

ko dharmaḥ sarvadharmāṇāṃ bhavataḥ paramo mataḥ |
kiṃ japanmucyate janturjanmasaṃsārabandhanāt || 9||

भीष्म उवाच · *bhīṣma uvāca*

जगत्प्रभुं देवदेवमनन्तं पुरुषोत्तमम् ।
स्तुवन् नामसहस्रेण पुरुषः सततोत्थितः ॥ १० ॥

jagatprabhuṃ devadevamanantaṃ puruṣottamam |
stuvan nāmasahasreṇa puruṣaḥ satatotthitaḥ || 10||

तमेव चार्चयन्नित्यं भक्त्या पुरुषमव्ययम् ।
ध्यायन् स्तुवन् नमस्यंश्च यजमानस्तमेव च ॥ ११ ॥

tameva cārcayannityaṃ bhaktyā puruṣamavyayam |
dhyāyan stuvan namasyaṃśca yajamānastameva ca || 11||

अनादिनिधनं विष्णुं सर्वलोकमहेश्वरम् ।
लोकाध्यक्षं स्तुवन्नित्यं सर्वदुःखातिगो भवेत् ॥ १२ ॥

anādinidhanaṃ viṣṇuṃ sarvalokamaheśvaram |
lokādhyakṣaṃ stuvannityaṃ sarvaduḥkhātigo bhavet || 12||

ब्रह्मण्यं सर्वधर्मज्ञं लोकानां कीर्तिवर्धनम् ।
लोकनाथं महद्भूतं सर्वभूतभवोद्भवम् ॥ १३ ॥

brahmaṇyaṃ sarvadharmajñaṃ lokānāṃ kīrtivardhanam |
lokanāthaṃ mahadbhūtaṃ sarvabhūtabhavodbhavam || 13||

एष मे सर्वधर्माणां धर्मोऽधिकतमो मतः ।
यद्भक्त्या पुण्डरीकाक्षं स्तवैरर्चेन्नरः सदा ॥ १४ ॥

eṣa me sarvadharmāṇāṃ dharmo'dhikatamo mataḥ |
yadbhaktyā puṇḍarīkākṣaṃ stavairarcennaraḥ sadā || 14||

परमं यो महत्तेजः परमं यो महत्तपः ।
परमं यो महद्ब्रह्म परमं यः परायणम् ॥ १५ ॥

paramaṃ yo mahattejaḥ paramaṃ yo mahattapaḥ |
paramaṃ yo mahadbrahma paramaṃ yaḥ parāyaṇam || 15||

पवित्राणां पवित्रं यो मङ्गलानां च मङ्गलम् ।
दैवतं देवतानां च भूतानां योऽव्ययः पिता ॥ १६ ॥

pavitrāṇāṃ pavitraṃ yo maṅgalānāṃ ca maṅgalam |
daivataṃ devatānāṃ ca bhūtānāṃ yo'vyayaḥ pitā || 16||

यतः सर्वाणि भूतानि भवन्त्यादियुगागमे ।
यस्मिंश्च प्रलयं यान्ति पुनरेव युगक्षये ॥ १७ ॥

yataḥ sarvāṇi bhūtāni bhavantyādiyugāgame |
yasmiṃśca pralayaṃ yānti punareva yugakṣaye || 17||

तस्य लोकप्रधानस्य जगन्नाथस्य भूपते ।
विष्णोर्नामसहस्रं मे शृणु पापभयापहम् ॥ १८ ॥

tasya lokapradhānasya jagannāthasya bhūpate |
viṣṇornāmasahasraṃ me śṛṇu pāpabhayāpaham || 18||

यानि नामानि गौणानि विख्यातानि महात्मनः ।
ऋषिभिः परिगीतानि तानि वक्ष्यामि भूतये ॥ १९ ॥

yāni nāmāni gauṇāni vikhyātāni mahātmanaḥ |
ṛṣibhiḥ parigītāni tāni vakṣyāmi bhūtaye || 19||

ऋषिर्नाम्नां सहस्रस्य वेदव्यासो महामुनिः ।
छन्दोऽनुष्टुप् तथा देवो भगवान् देवकीसुतः ॥ २० ॥

ṛṣirnāmnāṃ sahasrasya vedavyāso mahāmuniḥ |
chando'nuṣṭup tathā devo bhagavān devakīsutaḥ || 20||

अमृतांशूद्भवो बीजं शक्तिर्देवकीनन्दनः ।
त्रिसामा हृदयं तस्य शान्त्यर्थे विनियुज्यते ॥ २१ ॥

amṛtāṃśūdbhavo bījaṃ śaktirdevakīnandanaḥ |
trisāmā hṛdayaṃ tasya śāntyarthe viniyujyate || 21||

विष्णुं जिष्णुं महाविष्णुं प्रभविष्णुं महेश्वरम् ।
अनेकरूपदैत्यान्तं नमामि पुरुषोत्तमम् ॥ २२ ॥

viṣṇuṃ jiṣṇuṃ mahāviṣṇuṃ prabhaviṣṇuṃ maheśvaram |
anekarūpadaityāntaṃ namāmi puruṣottamam || 22||

पूर्वन्यासः

Pūrva Nyāsa · Preliminary invocation

श्रीवेदव्यास उवाच · *śrīvedavyāsa uvāca*

ॐ अस्य श्रीविष्णोर्दिव्यसहस्रनामस्तोत्रमहामन्त्रस्य ।
श्रीवेदव्यासो भगवान् ऋषिः ।
अनुष्टुप् छन्दः ।
श्रीमहाविष्णुः परमात्मा श्रीमन्नारायणो देवता ।
अमृतांशूद्भवो भानुरिति बीजम् ।
देवकीनन्दनः स्रष्टेति शक्तिः ।
उद्भवः क्षोभणो देव इति परमो मन्त्रः ।
शङ्खभृन्नन्दकी चक्रीति कीलकम् ।
शार्ङ्गधन्वा गदाधर इत्यस्त्रम् ।
रथाङ्गपाणिरक्षोभ्य इति नेत्रम् ।
त्रिसामा सामगः सामेति कवचम् ।
आनन्दं परब्रह्मेति योनिः ।
ऋतुः सुदर्शनः काल इति दिग्बन्धः ।
श्रीविश्वरूप इति ध्यानम् ।
श्रीमहाविष्णुप्रीत्यर्थे सहस्रनामस्तोत्रपाठे विनियोगः ॥

oṃ asya śrīviṣṇordivyasahasranāmastotramahāmantrasya |
śrīvedavyāso bhagavān ṛṣiḥ |
anuṣṭup chandaḥ |
śrīmahāviṣṇuḥ paramātmā śrīmannārāyaṇo devatā |
amṛtāṃśūdbhavo bhānuriti bījam |
devakīnandanaḥ sraṣṭeti śaktiḥ |
udbhavaḥ kṣobhaṇo deva iti paramo mantraḥ |
śaṅkhabhṛnnandakī cakrīti kīlakam |
śārṅgadhanvā gadādhara ityastram |
rathāṅgapāṇirakṣobhya iti netram |
trisāmā sāmagaḥ sāmeti kavacam |
ānandaṃ parabrahmeti yoniḥ |
ṛtuḥ sudarśanaḥ kāla iti digbandhaḥ |
śrīviśvarūpa iti dhyānam |
śrīmahāviṣṇuprītyarthe sahasranāmastotrapāṭhe viniyogaḥ ||

अथ न्यासः · *atha nyāsaḥ*

ॐ शिरसि वेदव्यासर्षये नमः ।
मुखे अनुष्टुप्छन्दसे नमः ।
हृदि श्रीकृष्णपरमात्मदेवतायै नमः ।
गुह्ये अमृतांशूद्भवो भानुरिति बीजाय नमः ।
पादयोर्देवकीनन्दनः स्रष्टेति शक्तये नमः ।
सर्वाङ्गे शङ्खभृन्नन्दकी चक्रीति कीलकाय नमः ।
करसम्पूटे मम श्रीकृष्णप्रीत्यर्थे जपे विनियोगः ॥
इति ऋष्यादिन्यासः ॥

oṃ śirasi vedavyāsarṣaye namaḥ |
mukhe anuṣṭupchandase namaḥ |
hṛdi śrīkṛṣṇaparamātmadevatāyai namaḥ |
guhye amṛtāṃśūdbhavo bhānuriti bījāya namaḥ |
pādayordevakīnandanaḥ sraṣṭeti śaktaye namaḥ |
sarvāṅge śaṅkhabhṛnnandakī cakrīti kīlakāya namaḥ |
karasampūṭe mama śrīkṛṣṇaprītyarthe jape viniyogaḥ ||
iti ṛṣyādinyāsaḥ ||

अथ करन्यासः · *atha karanyāsaḥ*

ॐ विश्वं विष्णुर्वषट्कार इत्यङ्गुष्ठाभ्यां नमः ।
अमृतांशूद्भवो भानुरिति तर्जनीभ्यां नमः ।
ब्रह्मण्यो ब्रह्मकृद्ब्रह्मेति मध्यमाभ्यां नमः ।
सुवर्णबिन्दुरक्षोभ्य इत्यनामिकाभ्यां नमः ।
निमिषोऽनिमिषः स्रग्वीति कनिष्ठिकाभ्यां नमः ।
रथाङ्गपाणिरक्षोभ्य इति करतलकरपृष्ठाभ्यां नमः ।
इति करन्यासः ॥

oṃ viśvaṃ viṣṇurvaṣaṭkāra ityaṅguṣṭhābhyāṃ namaḥ |
amṛtāṃśūdbhavo bhānuriti tarjanībhyāṃ namaḥ |
brahmaṇyo brahmakṛdbrahmeti madhyamābhyāṃ namaḥ |
suvarṇabindurakṣobhya ityanāmikābhyāṃ namaḥ |
nimiṣo'nimiṣaḥ sragvīti kaniṣṭhikābhyāṃ namaḥ |
rathāṅgapāṇirakṣobhya iti karatalakarapṛṣṭhābhyāṃ namaḥ |
iti karanyāsaḥ ||

अथ षडङ्गन्यासः · *atha ṣaḍaṅganyāsaḥ*

ॐ विश्वं विष्णुर्वषट्कार इति हृदयाय नमः ।
अमृतांशूद्भवो भानुरिति शिरसे स्वाहा ।
ब्रह्मण्यो ब्रह्मकृद्ब्रह्मेति शिखायै वषट् ।
सुवर्णबिन्दुरक्षोभ्य इति कवचाय हुम् ।
निमिषोऽनिमिषः स्रग्वीति नेत्रत्रयाय वौषट् ।
रथाङ्गपाणिरक्षोभ्य इत्यस्त्राय फट् ।
इति षडङ्गन्यासः ॥

oṃ viśvaṃ viṣṇurvaṣaṭkāra iti hṛdayāya namaḥ |
amṛtāṃśūdbhavo bhānuriti śirase svāhā |
brahmaṇyo brahmakṛdbrahmeti śikhāyai vaṣaṭ |
suvarṇabindurakṣobhya iti kavacāya hum |
nimiṣo'nimiṣaḥ sragvīti netratrayāya vauṣaṭ |
rathāṅgapāṇirakṣobhya ityastrāya phaṭ |
iti ṣaḍaṅganyāsaḥ ||

श्रीकृष्णप्रीत्यर्थे विष्णोर्दिव्यसहस्रनामजपमहं करिष्ये इति सङ्कल्पः ।

śrīkṛṣṇaprītyarthe viṣṇordivyasahasranāmajapamahaṃ kariṣye iti saṅkalpaḥ |

ध्यानम्

Dhyānam · Meditation verses

क्षीरोदन्वत्प्रदेशे शुचिमणिविलसत्सैकते मौक्तिकानां
मालाक्लृप्तासनस्थः स्फटिकमणिनिभैर्मौक्तिकैर्मण्डिताङ्गः ।
शुभ्रैरभ्रैरदभ्रैरुपरिविरचितैर्मुक्तपीयूषवर्षै-
रानन्दी नः पुनीयादरिनलिनगदाशङ्खपाणिर्मुकुन्दः ॥ १ ॥

kṣīrodanvatpradeśe śucimaṇivilasatsaikate mauktikānāṃ
mālākḷptāsanasthaḥ sphaṭikamaṇinibhairmauktikairmaṇḍitāṅgaḥ |
śubhrairabhrairadabhrairupariviracitairmuktapīyūṣavarṣai-
rānandī naḥ punīyādarinalinagadāśaṅkhapāṇirmukundaḥ || 1||

भूः पादौ यस्य नाभिर्वियदसुरनिलश्चन्द्रसूर्यौ च नेत्रे
कर्णावाशाः शिरो द्यौर्मुखमपि दहनो यस्य वास्तेयमब्धिः ।
अन्तःस्थं यस्य विश्वं सुरनरखगगोभोगिगन्धर्वदैत्यैः
चित्रं रंरम्यते तं त्रिभुवनवपुषं विष्णुमीशं नमामि ॥ २ ॥

bhūḥ pādau yasya nābhirviyadasuranilaścandrasūryau ca netre
karṇāvāśāḥ śiro dyaurmukhamapi dahano yasya vāsteyamabdhiḥ |
antaḥsthaṃ yasya viśvaṃ suranarakhagagobhogigandharvadaityaiḥ
citraṃ raṃramyate taṃ tribhuvanavapuṣaṃ viṣṇumīśaṃ namāmi || 2||

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

oṃ namo bhagavate vāsudevāya ||

ॐ शान्ताकारं भुजगशयनं पद्मनाभं सुरेशं
विश्वाधारं गगनसदृशं मेघवर्णं शुभाङ्गम् ।
लक्ष्मीकान्तं कमलनयनं योगिभिर्ध्यानगम्यं
वन्दे विष्णुं भवभयहरं सर्वलोकैकनाथम् ॥ ३ ॥

oṃ śāntākāraṃ bhujagaśayanaṃ padmanābhaṃ sureśaṃ
viśvādhāraṃ gaganasadṛśaṃ meghavarṇaṃ śubhāṅgam |
lakṣmīkāntaṃ kamalanayanaṃ yogibhirdhyānagamyaṃ
vande viṣṇuṃ bhavabhayaharaṃ sarvalokaikanātham || 3||

मेघश्यामं पीतकौशेयवासं
श्रीवत्साङ्कं कौस्तुभोद्भासिताङ्गम् ।
पुण्योपेतं पुण्डरीकायताक्षं
विष्णुं वन्दे सर्वलोकैकनाथम् ॥ ४ ॥

meghaśyāmaṃ pītakauśeyavāsaṃ
śrīvatsāṅkaṃ kaustubhodbhāsitāṅgam |
puṇyopetaṃ puṇḍarīkāyatākṣaṃ
viṣṇuṃ vande sarvalokaikanātham || 4||

नमः समस्तभूतानामादिभूताय भूभृते ।
अनेकरूपरूपाय विष्णवे प्रभविष्णवे ॥ ५ ॥

namaḥ samastabhūtānāmādibhūtāya bhūbhṛte |
anekarūparūpāya viṣṇave prabhaviṣṇave || 5||

सशङ्खचक्रं सकिरीटकुण्डलं
सपीतवस्त्रं सरसीरुहेक्षणम् ।
सहारवक्षःस्थलकौस्तुभश्रियं
नमामि विष्णुं शिरसा चतुर्भुजम् ॥ ६ ॥

saśaṅkhacakraṃ sakirīṭakuṇḍalaṃ
sapītavastraṃ sarasīruhekṣaṇam |
sahāravakṣaḥsthalakaustubhaśriyaṃ
namāmi viṣṇuṃ śirasā caturbhujam || 6||

छायायां पारिजातस्य हेमसिंहासनोपरि
आसीनमम्बुदश्याममायताक्षमलंकृतम् ।
चन्द्राननं चतुर्बाहुं श्रीवत्साङ्कितवक्षसं
रुक्मिणीसत्यभामाभ्यां सहितं कृष्णमाश्रये ॥ ७ ॥

chāyāyāṃ pārijātasya hemasiṃhāsanopari
āsīnamambudaśyāmamāyatākṣamalaṃkṛtam |
candrānanaṃ caturbāhuṃ śrīvatsāṅkitavakṣasaṃ
rukmiṇīsatyabhāmābhyāṃ sahitaṃ kṛṣṇamāśraye || 7||