

ISTEN A VILÁGOSSÁG. A TUDATLANSÁG SÖTÉTSÉG. AHOL ISTEN JELEN VÁN, OTT NEM LEHET TUDATLANSÁG.

VISSZA ISTENHEZ

E SZÁMUNK TÉMÁJA:

Boldogság



AZ ÉLET CÉLJA

A BOLDOGSÁG
TUDOMÁNYA

A BOLDOGSÁG TITKA
A PÁRKAPCSOLATOKBAN



A MAGYARORSZÁGI KRISNA-TUDATÚ HÍVŐK KÖZÖSSÉGÉNEK MAGAZINJA



HARÉ KRISNA
TEPLOM

**TÉGED IS VÁR
A BUDAPESTI
HARÉ KRISNA
TEPLOM
ÉS OKTATÁSI
KÖZPONT!**

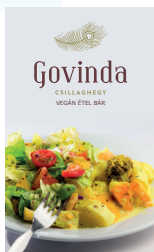
**Lépj be India káprázatos világába!
Zöldövezetben, családi
hangulatban várjuk az érdeklődőket!**

RENDSZERES PROGRAMJAINK

- Előadások az indiai védikus kultúráról
- Önismereti és jógaelméleti képzések
- Budapest Szanga: vasárnaponként
14:00–18:00 óráig tradicionális
élőzenével, indiai lakomával

INDIAI SZENTÉLY LÁTOGATÁSOK

- Egyéni vagy csoportos tárlatvezetés előre
egyeztetett időpontban
- Iskolai osztályoknak rendkívüli kihelyezett
tanóra lehetőség
- A Govinda Csillaghegy indiai vegán étterem
várja vendégeit



**CÍMÜNK: 1039 BUDAPEST,
LEHEL UTCA 15-17.
(HÉV, CSILLAGHEGY MEGÁLLÓ –
A BATHYÁNY TÉRTŐL 20 PERCNYIRE)**

ELÉRHETŐSÉGEINK:

+36/1 391-0435; BP.TEPLOM@KRISNA.HU

: @LÉLEK PALOTÁJA

WWW.LELEKPALOTAJA.HU



Śrī Śrī

Rādhā-Śyāmasundara

Krisna-völgy templomának oltárán



Ő Isteni Kegyelme

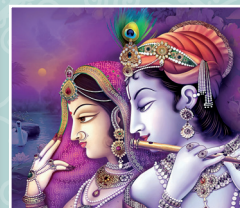
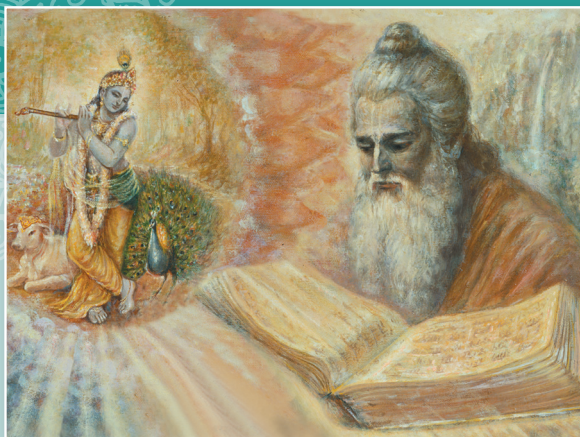
**A. C. Bhaktivedanta
Swami Prabhupāda**

a Krisna-tudatú Hívők Nemzetközi
Közösségének alapító *ācāryája*

Ő Isteni Kegyelme A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda (1896–1977) a *gaudīya-vaiṣṇavizmus* ősi vallási hagyományát ismertette meg a nyugati világgal, Kṛṣṇa-tudat néven. 1966-ban alapította meg a Krisna-tudatú Hívők Nemzetközi Közösségét. Vezetésével a szervezet tíz év alatt *āśram*akkal, iskolákkal és farmközösségekkel rendelkező világméretű misszióvá vált. Írásai a védikus filozófia, vallás, irodalom és kultúra igazi könyvtárát alkotják.

Tartalom

Az élet célja	4
A boldogság tudománya	6
Mit mesélnek nekünk a Védák, az emberiség legősibb írásai a boldogság természetéről?	10
Anyagi boldogság – lelki boldogság	14
A boldogság titka a párkapcsolatokban	18
Csak nyugi!	26
Egyénként egy összeomló világban	30
Mindenki a boldogságot keresi	34
A boldogság nem az, aminek mondják...	38
Recept – Alu palak – Krumplis-spenótos zöldségragu	42



A LAP MUNKATÁRSAI: **Felelős kiadó:** Manorāma Dāsa; **Szerkesztő:** Hemāngī Devī Dāśī; **Olvasószerkesztő:** Gabhīra Dāsa, Madhupati Dāsa; **Művészeti vezető:** Magyar Zsuzsanna; **Nyomdai előkészítés:** Sundara-rūpa Dāsa; **Fotók:** Kuñjabihārī Devī Dāśī, BBT, Manah-mohana Dāsa, www.depositphotos.com.
2025/3

KIADJA: a Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közössége, 1039 Budapest, Lehel u. 15-17., tel.: (1) 391-0435, e-mail: info@krisna.hu

© 2025 BBT International. Minden jog fenntartva. ISSN 1587-4362

A SZANSZKRIT SZAVAK KIEJTÉSE: A szavakat a diakritikus jelekkel bővített írásmód szerint írjuk át latin betűs formába, amely lehetővé teszi az olvasó számára a szavak helyes kiejtését. Például: **ā** – mint az **á** az akác szóban; **e** – mint az **é** az élet szóban; **ī** – mint az **í** az így szóban; **o** – mint az **ó** az óra szóban; **ṛ** – mint a **ri** a karika szóban; **c** – mint a **cs** a cserép szóban; **ch** – mint az egymást követő **cs** és **h**; **s** – mint az **sz** a szép szóban; **y** – mint a **j** a jég szóban. Tehát a Kṛṣṇa szót Krisnának, a Caitanya szót pedig Csaitanyának ejtjük.



AZ ÉLET CÉLJA

Śrīla Prabhupāda: Ennek a mozgalomnak az a célja, hogy lehetővé tegye az emberek számára, hogy elérjék az élet valódi célját.

Bob: A valódi célt?

Śrīla Prabhupāda: Az élet valódi célját.

Bob: Az élet valódi célja az, hogy megismerjük Istent?

Śrīla Prabhupāda: Igen. Az, hogy hazatérjünk, vissza Istenhez. Ez az élet valódi célja. A tenger vizéből felhő lesz, a felhő eső formájában lehull, s a valódi cél az, hogy az eső a folyókba kerülve visszajusson az óceánba. Mi Istentől jöttünk, most pedig itt vagyunk ebben a kellemetlen anyagi létben. A célunk tehát az kell hogy legyen, hogy kiszabaduljunk ebből a kellemetlen helyzetből, és hazatérjünk, vissza Istenhez. Ez az élet igazi célja.

*mām upetya punar janma
duḥkhālayam aśāśvatam
nāpnuvanti mahātmāḥ
saṁsiddhiṁ paramām gatāḥ*

[„Miután elérték Engem, a nagy lelkek, az odaadó *yogīk* soha többé nem térnek vissza ebbe az átmeneti, szenvedésekkel teli világba, mert már elérték a legfőbb tökéletességet.” (Bhg 8.15)]

A *Bhagavad-gītā* ezt a magyarázatot adja. Ha bárki eljut Hozzám – *mām upetya* –, többé nem jön vissza. Hová?

Erre a helyre: *duḥkhālayam aśāśvatam*. Ez a hely a nyomorúság lakhelye. Ezzel minden ember tisztában van, de úgynevezett vezetőik bolonddá teszik őket. Az anyagi élet nyomorúságos élet. Kṛṣṇa, Isten azt mondja, hogy ez a hely *duḥkhālayam*: nyomorúságos. Emellett *aśāśvatam*, azaz átmeneti is. Kompromisszumot pedig nem lehet kötni, mondván: „Rendben, legyen nyomorúságos. Akkor is itt maradok, amerikaiaként vagy indiaiként.” Nem, ezt sem teheted. Nem maradhatsz amerikai. Lehet, hogy azt gondolod, hogy mivel Amerikában születtem meg, nagyon boldog vagy, de nem sokáig maradhatsz amerikai. Ki leszél rúgva arról a helyről, azt pedig nem tudhatod, hogy a következő életedben mi leszél! Ezért mondják, hogy *duḥkhālayam aśāśvatam* – nyomorúságos és átmeneti. Ez a mi filozófiánk.

Bob: De ha az embernek van némi tudása Istenről, akkor az élet nem annyira nyomorúságos, ugye?

Śrīla Prabhupāda: De igen! Némi tudás nem elég. Tökéletes tudásra van szükség.

*janma karma ca me divyam
evam yo vetti tattvataḥ*

A *tattvataḥ* azt jelenti, hogy „tökéletesen”. A tökéletes tudást a *Bhagavad-gītā*-ból lehet elsajátítani, ezért mi az emberi társadalom-



ban mindenkinek lehetőséget adunk arra, hogy tanulmányozhassa a *Bhagavad-gītā*-t, úgy, ahogy van, és ezáltal tökéletessé tegye az életét. Ebben áll a Kṛṣṇa-tudat mozgalma. Mit mond a te tudományod a lélek-vándorlásról?

Bob: Azt hiszem, hogy a tudomány sem megcáfolni, sem megerősíteni nem tudja. A tudomány nem ismer ilyesmit.

Śrīla Prabhupāda: Ezért mondom én, hogy a tudomány tökéletlen.

Bob: A tudomány azért kijelent bizonyos dolgokat. Kijelenti például, hogy az energia sohasem vesz el, csak átalakul.

Śrīla Prabhupāda: Ez rendben is van. De hogyan működik az energia a jövőben? Ezt a tudomány nem tudja. Hogyan alakul át? Miként működik a különböző műveletek során más- és másképpen? Ott van például az elektromos energia. Alkalmazástól függően működtetheti a fűtőtestet, de a hűtőszekrényt is. Ezek éppen ellenté-

tei egymásnak, míg az elektromos energia ugyanaz. Vagy kérdezhetném azt is, hogy ezt az energiát – az élő energiát – mi és hogyan irányítja? Merre halad? Milyen eredményt hoz a következő életben? Ezt nem tudják. A *Bhagavad-gītā*-ban azonban mindez nagyon egyszerűen le van írva:

vāsāmsi jīrṇāni yathā vihāya

A testedet ruha fedi, egy ing. Amikor az ing hasznavehetetlenné válik, lecseréled. Ugyanígy ez a test is olyan, mint egy ing vagy egy kabát. Amikor már nem működőképes, egy másikra kell cserélnünk.

Bob: Ki az a „mi”, aki a testet cseréli? Mi az, ami állandó?

Śrīla Prabhupāda: A lélek.

Bob: Életről életre?

Śrīla Prabhupāda: Igen, a lélek, az én. Ki az a „te”, aki beszélsz? Te! Ki az az „én”, aki beszéllek? Az *ātmā*, a lélek.



A BOLDOGSÁG TUDOMÁNYA

*Vajon mi a kapcsolat a személyes
boldogságunk és Isten között? Lehetünk-e
boldogok Isten nélkül?*

Amikor azt mondjuk, hogy boldogság, az igazából szenvedés. Mit jelent ugyanis a boldogság? Miből kapják az emberek a boldogságot? Például elmennek szórakozni, rengeteg alkoholt isznak, de a következő reggelen már sehol nincs a boldogság – pont az ellenkezőjében van részük. Annyi-féle elképzelés van! Azt gondoljuk, hogy a szép családi élet jelenti a boldogságot, de aztán felnőnek a gyerekek, és nem minden olyan ideális, mint ahogy elképzeltük.

Szerelmes lesz egy fiú és egy lány, és összeházasodnak. A szerelem egy boldogság, de pár év után elválnak. Itt Magyarországon is igaz, ami máshol, Európában, Észak-Amerikában is: 50-55 százaléka a házasságoknak válással végződik. Akkor ez valódi boldogság? Amikor elválnak, szenvedés lesz belőle.

Az ideiglenes boldogság valójában nem boldogság. Az igazi boldogság állandó, és nem csupán állandó, hanem egyre csak nő.

A boldogságnak azonban azzal kell kezdődnie, hogy megtudjuk, kik vagyunk. Ha még ezt sem tudjuk, hogyan lehetünk boldogok? Ilyeneket mondunk: „az én szerelmem”, „az én családom”, „az én nyaralásom”. Minden az *enyém*. De ki az az én? Nem vagyunk tisztában vele, hogy az én valójában az, aki a testben van, de különbözik a testtől. A boldogságot azonban az érzékkielégítésben keressük, abban, hogy mit eszünk, mit iszunk, és hasonló dolgokban, amik elégedetté teszik az érzékeinket. Ilyenkor nem is az énről beszélünk, hanem valami másról. Az pedig nem egy nagy titok, hogy ebben a világban minden ideglenes.

Még a hegyek is. A hegyek is eltűnnek, a folyók is megszűnnek. Minden ideiglenes itt a világban. De mi az, ami nem ideiglenes? Ami nem ideiglenes, az az önvaló. Az, aki mi vagyunk. És mi nem vagyunk ez a test. A *Bhagavad-gītā*, ami a hinduknak és a krisnásoknak olyan, mint a Biblia, azzal kezdő-



dik, hogy megérteti velünk a különbséget a test és a lélek között. Hogyan? Kṛṣṇa azt mondja: *kaumāraṁ yauvanaṁ jarā tathā dehāntara-prāptir*. E szanszkrit szavak arra utalnak, hogy a testünk változik. Kislány voltál, öregasszony leszel, mint ahogy én öregember vagyok. De van, ami nem változik. Mi

nem változik? A lélek. És amikor ezt a testet elhagyjuk, akkor csak egy másik testet öltünk magunkra. Először lánytest, majd egy nő teste, végül egy idős emberé – aztán pedig a halál jön, ami megint egy másfajta változás.

Ha viszont tudjuk, hogy lelkek vagyunk, akkor magával a lélekkel keressük a boldog-



ságot. Amikor már önmagunkban keressük a boldogságot, feltesszük a kérdést, hogy jó, de a léleknek mi a szerepe itt a világban? Hogyan lehetünk boldogok? Úgy, ahogyan minden más vallás is kimondja: amikor Istennel van kapcsolatunk.

Először jön Isten, és aztán az összes többi élőlény. Itt van például ez a nagy fűzfa, amott egy másik fa. Annyi levele van a fának! És hogyan tápláljuk ezeket a leveleket? Úgy, hogy a gyökérhez öntjük a vizet. Ugyanígy, amikor a szolgálatunkat, a szeretetünket Isten felé irányítjuk, minden más élőlénnel is ápoljuk a kapcsolatunkat. De amikor a levelekre öntöm a vizet, mi történik? Semmi nem fog történni. Szóval az igazi boldogság azt jelenti, hogy szolgáljuk Istent, Istent át pedig szolgáljuk a többi élőlényt.

De a mai világ egy másfajta életről szól. Vegyük például a körülöttünk lévő környezetet, a világot, amelyben élünk. Most globális felmelegedés van. Miért? Azért, mert egyre csak elveszünk a világból, és ez szenvedést szül. Olyan meleg van, hogy kibírhatatlan. Krisna-völgyben nincs légkondicionáló. Nincs elektromosság, és hihetetlenül meleg tud lenni, főleg fent, a második emeleten.

Szóval szenvedünk. Először mindig azt gondoljuk, hogy az a boldogság, hogy élvezünk valamit. Ez történt az ipari forradalom

idején is. És mindennek most az a következménye, hogy mindenki szenved.

Ismerni kell a boldogság tudományát, ami azt jelenti, hogy szolgáljuk Istent, az Istenség Legfelsőbb Személyiségét. A jóga szempontjából ennek a folyamatnak *bhakti-yoga* a neve: az odaadás jógája. Odaadjuk magunkat Istennek, ami azzal kezdődik, hogy követjük Isten parancsait.

Mi a másik probléma a világban? Hogy öljük egymást. Emberek embereket ölnek, emberek állatokat ölnek... de hogyan lehet boldogság olyan áron, hogy mások szenvednek?

A Biblia is azt mondja, hogy ne ölj! Nem azt mondja, hogy ne gyilkolj – azt mondja, hogy ne ölj!

Nemcsak az emberekre van tehát szó, hanem az állatokról is. Sok milliárd élőlény

pusztul el minden évben csak azért, hogy mi egészségtelenül együnk. És azt hisszük, hogy boldogok vagyunk. De hogy lehet egy jó ember boldog azon az áron, hogy mások szenvednek? A boldogság azt jelenti, hogy mindenki boldog. A fa minden levele kap vizet. Nem csak egyik-másik, hanem valamennyi. Ezt kell megtanulnunk! Hogy hogyan lehet elégedetté tenni a Legfelsőbb Urat.

Minden vallásban megvannak a különböző rítusok, és maga az odaadás is, amit





különböző módon kifejezésre juttatunk. Himnuszokat éneklünk, dicsőítjük az Urat. Mi pedig énekeljük a Hare Krisna mantrát. És igyekszünk erőszakmentes életet élni, vagyis minimális erőszakkal létezni a világban. Ez az életmód az igazi jóga – hogy mindent, amit csinálunk, összekapcsolunk Istennel. Így egymással is összekapcsolódunk. Ez le van írva mindegyik világvalásban. Ha a világvallásokat követik az emberek, nem pedig egymás ellen küzdenek, akkor megértik, hogy minden vallás esszenciája, hogy szeretjük Istent, és kifejezzük istenszeretetünket. Ez pedig azt jelenti, hogy követjük Isten parancsait. Az összes utasítását, mert Ő teremtette a világot, és adott egy rendszert, hogy hogyan tudunk boldogan élni itt a világban.

*Részlet
Śrīla Śivarāma Swami
előadásából*





Mit mesélnek nekünk A BOL

Van egy különös történet az ősi, indiai Atharva-vedában a létünk és a boldogság természetéről, méghozzá egy olyan nagy hatású történet, hogy a mondanivalója később a buddhizmusba, majd a mai ezoterikus és tudományos gondolkodásba is „beszivárgott”. Egy történet, aminek még csak a felszínét kapargatjuk, de szívünk mélyéig ható titkokat láthatunk felvillani, ha mélyebben belenézünk.

Anyagi világunknak van egy felsőbb, finomabb szintű régiója, ahol Indra, a félistenek királya „uralkodik”. Az ő mennyei lakhelyén van egy csodálatos háló, amelyet egy furfangos mester úgy alkotott meg, hogy a végtelenségig terjedjen minden irányban. A félistenek ízlésének köszönhető, hogy a mester a háló minden „szemébe” egy-egy csillogó ékkövet akasztott. Mivel maga a háló végtelen méretű, az ékkövek száma is végtelen. Ott lógnak az ékkövek, és úgy ragyognak, mint a csillagok – csodálatos látványt nyújtva. Minden ékkőben ott tükröződik a többi, és mivel a háló végtelen, végtelen a tükröződés is. Ha véletlenszerűen kiválasztunk egyet közülük, akkor a többit látjuk benne

csillogni. Sőt! Minden ékkőben pusztán az összes többi ékkő csillogása és fénye tükröződik. Ez Indra hálójá, melynek mély jelentését épphogy kapizsgáljuk... és még a boldogságunk természetéről is sokat elmond...

Mert hiszen ilyen az életünk. Mi is ott vagyunk a háló egy pontján, és a mindenség tükröződik a tudatunkban, de mi elhisszük, hogy mi vagyunk a mindenség, és mi tükröződünk mindenhol. Emiatt mégsem látjuk a valóságot. Pont, mint a háló pontjain lévő ékkövek. Ez a háló az egyik eredeti megfelelője a fraktálméletnek is, és azt mutatja, hogy minden összeköttetésben van minden. A rész (*amśa*) fraktálszerűen tükrözi az egészet, vagyis a rész az egész mintázza, mégsem azonos azzal, hiszen az egész mindig sokkal több. Amellett, hogy ez rávilágít arra, hogy ami fent, az lent, hogy mikrokozmosz a makrokozmoszt mintázza, az ember Istent mintázza, és az élet területei is egymást mintázzák és megtalálhatók egymáson belül (matematika, *yantrák*, védikus építészet, filozófia, asztrológia stb.), a témánk, a boldogság szempontjából is nagyon sokat elmond.



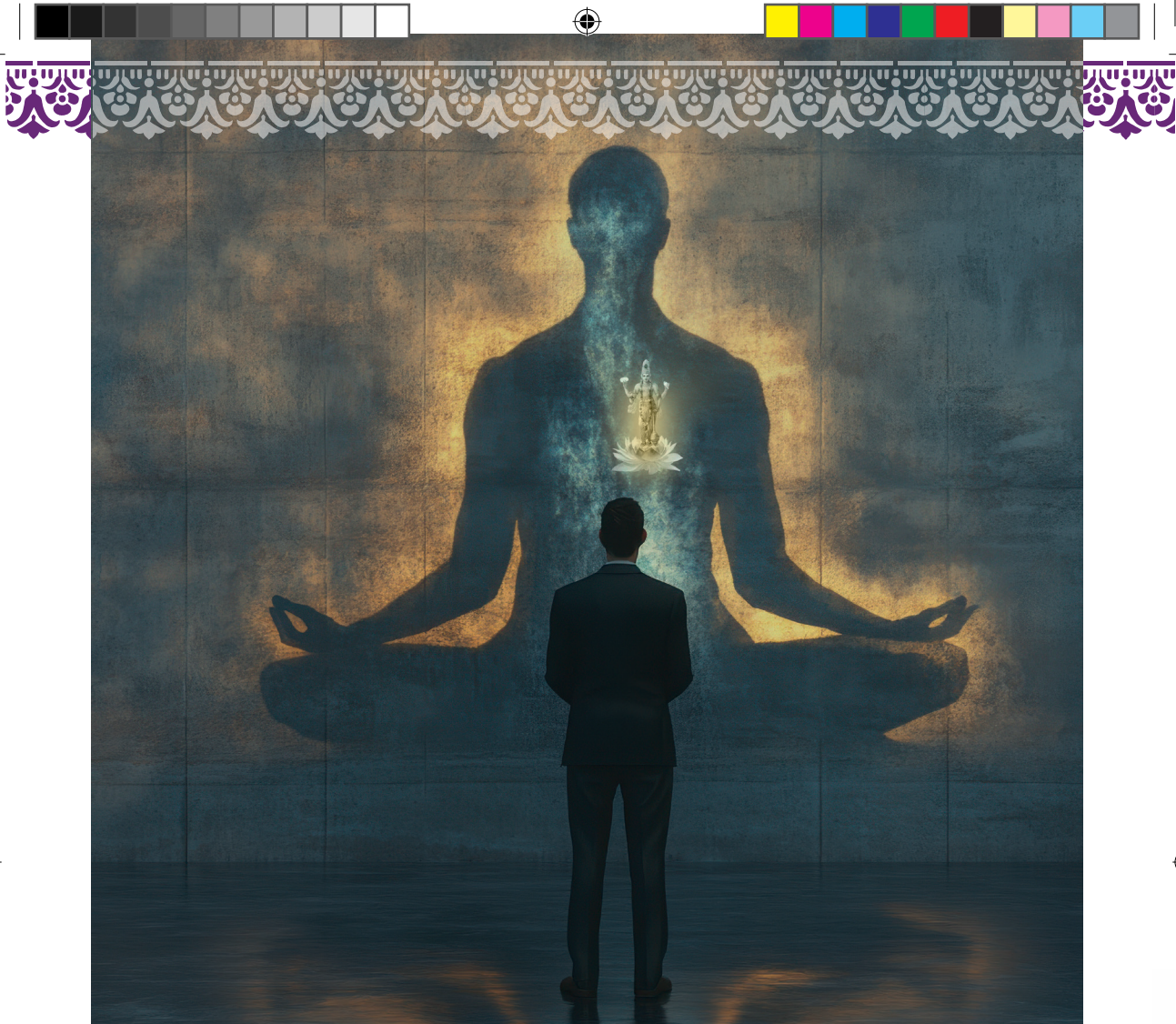
künk a Védák, az emberiség legősibb írásai

BOLDOGSÁG TERMÉSZETÉRŐL?

Biztosan érezted már, mikor a boldogság közelébe kerültél, hogy olyan volt, mintha valami nagy dolog akart volna megnyilvánulni az életedben. Ott volt melletted, benned. Szinte érintésnyire a közelébe kerültél, s a „tüze” átsütött az érzékeiden és az elméden. Lehet, hogy csak az ígérete, vagy valami mély és elpusztíthatatlan vágy formájában, de érezted a közelségét. Ott tükröződött benned... A képe mintha felvillant volna a tudatod tükrén egy örökkévalóságnak ható pillanatra. Aztán mégsem érted el. Eltűnt a kép. Általában csak ígéret maradt az egész, és mély sóvárgás mart beléd a nyomában. Indra hálója, és annak ékkövei megmutatják, miért. Ha a hamis ego befolyására elhisszük magunkról, hogy mi magunk vagyunk a mindent tükröző mindenség, akkor elveszik a boldogság, mert hiszen csak egy illúziót látunk: magunkat látjuk a mindenség középpontjában. Vannak olyan hagyományok, melyek Indra hálójából vezetik le, hogy ez a tükröződés csak illúzió, hiszen minden tükröz mindent, így valójában minden csak tükröződés, és nincs valóság. Van olyan hagyomány,

ami továbbmegy: ugyan valóban illuzórikus a tükröződés, de egy tükörben mindig csak valóságos dolog tud tükröződni! A védikus írásokban számtalan utalás erősíti ezt meg, a rész–egész viszonyra való beszédes utalásokkal együtt: Brahman–Parabrahman (élet – legfelsőbb élet); ātmā–Paramātmā (lélek – Felsőlélek); puruṣa–Puruṣottama (személy – Legfelsőbb Személy) stb.

A valódi boldogságot tehát úgy lelhetjük meg, ha felismerjük magunkban Istent – ha ráébredünk, hogy soha nem voltunk külön Tőle, s Ő maga tükröződik bennünk. Ha erre ráébredünk, feléled a kapcsolatunk a Felsőlélekkel, és valóban Őt láthatjuk magunkban. De ahhoz, hogy túllépjünk Indra hamis érzetet keltő hálóján (hogy mi tükröződünk mindenben), látnunk kell a valóság másik oldalát is: hogy a rész mindig rész marad, bármennyire is tisztán tükrözi az egészet, mikor kezd feléledni az illúzióból; bármennyire is kezd rálátása lenni az egészre. Ez az egyidejű egység és különbözőség ősi törvénye. A boldogság tehát akkor lesz valóságos, ha tudjuk, hogy elválaszthatatlanok vagyunk az egésztől, és az egész bol-



dogsága tud csak bennünk tükröződni. A tőle függetlennek hitt boldogságunk nem valós: csak a valódi boldogság ígérete. Csak sóvárgás a valódi boldogság után...

De honnan tudhatjuk, hogy az egész – Isten – boldog-e attól, amit teszünk, amik vagyunk. Az egyszerű és mély válasz: abból, hogy te magad boldog vagy-e. Ez következik a fentiekből. Na de nem úgy (ismételten), ahogyan azt manapság sokan hiszik, azaz nem azért, mert mi magunk vagyunk Isten. Hanem úgy, hogy Isten részei lévén nincsenek más érzések, nincs más szépség, nincs más intelligencia – csak Istené. A mi tudatunk az Ő tudatát tükrözi. De amíg illúzióban van, és Indra

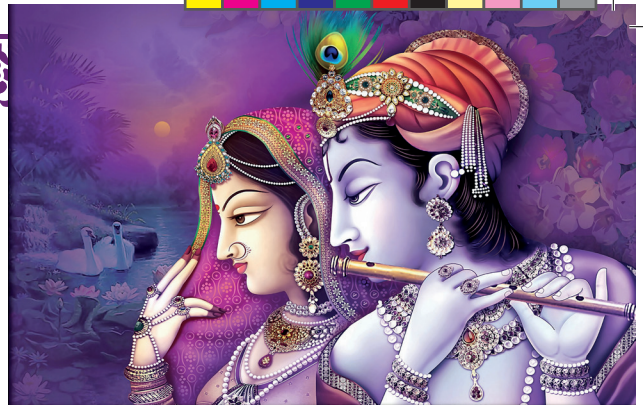
hálójába ragadva a saját tudatát gondolja a mindenség központjának, addig nem tudja tisztán, s az eredeti természetének és kapacitásának megfelelően tükrözni és megélni ezeket a tulajdonságokat. A hamis ego ugyanis porréteget képez a tudaton, vagy más szavakkal: a tudatlanság felhőrétegét húzza a tudat fölé. Így, bár minden képességünk, szépségünk és boldogságunk ott honol bennünk, mégsem tudjuk azt megtapasztalni, csak kis mértékben és eltorzult formában. Olyan, mint egy ígéret. Mint a boldogság árnyéka és ígérete. A boldogság utáni sóvárgás.

Ezért, ahogyan egyre csak tisztítjuk a létünket, és egyre jobban látjuk magunkban és



másokban (!) is az isteni természetet tükröződni, úgy lesz egyre valószínűbb a boldogság, és úgy látjuk egyre valószínűsebben, hogy mi az egész valódi boldogsága. Tehát onnan tudhatod, hogy Isten boldog, hogy te boldog vagy. Minden öröm az Ő öröme. Ám rögtön el is tűnik, ha ki akarod sajátítani. A tudat különböző rétegeihez kapcsolódó örömezetek is mind Isten öröme. Az érzetekhez kapcsolódó öröm is. Például az evés öröme. De azért csak pillanatszerű, mert most még nem tudjuk összekötni az egészszel, az egésznek ajánlani, tehát nem tudjuk kinek az öröme valójában. Úgyhogy amikor azt hisszük, hogy ez a mi örömünk, rögtön illúzióvá is válik. Ezért kérészetű hát. Ugyanígy az energetikai réteghez (*prāṇa-maya*) kapcsolódó élmények, mint amilyen a flow-élmény is, nem tudnak tartósak maradni, és elvesztik a valóság fényét, ha a tudatunkból kizárjuk Istent, akinek az energiája mindez. De ugyanígy működik a további tudatrétegeknél is: a gondolatok, az érzelmek, az intelligencia és a boldogság tudatrétegeinél is.

Csak akkor „működik” a boldogság, ha tudod, hogy Ő és te egyek vagytok (hiszen Isten valósága tükröződik benned), de mégis különböztek, mert a rész soha nem lehet egész. A boldogság csak akkor működik, ha



átadod magad az egésznek. Ha átadod magad Istennek. Ha elengeded a hamis ego látszólagos kapaszkodóit, önigazoló technikáit és hamis tudását. (Amire persze csak akkor leszel képes, miután visszavetted az irányítást a hamis ego által kitermelt negatív programoktól.) Csak úgy működik tehát, ha tudod, hogy Ő minden. Ezután tudod igazán szeretni a személyét is. Aki az ébrenléti tudatában, a lelki világban maga az Isteni Pár. (Ahhoz hasonlóan, vagy inkább annak ellenpólusaként, ahogyan az álomban lévő tudat és az álomban megjelenő énkép is mind az álmodó személy.) Csak akkor lehet részed abban, hogy a valóság a maga valójában nyilvánul meg az életedben, ha már tudod, hogy minden szépség, minden csoda: Isten. Csak ezután válsz képessé arra, hogy valóban szeresd Istent, az Isteni Párt. A valódi, szakadatlanul növekvő boldogság ekkor ragyogja majd be az életedet.

Acyutānanda Dāsa





ANYAGI BOLDOGSÁG — LELKI BOLDOGSÁG

Az embernek mint élőlénynek alapvető, elidegeníthetetlen tulajdonsága, hogy boldog akar lenni, mégpedig mindig, nem csak időről időre. Ez annyira magától értetődően mindenki személyes élménye, hogy nem is szorul különösebb alátámasztásra. Ugyanakkor a boldogságnak rengeteg definíciója van, és mindezeknek a lényege a következőképpen ragadható meg: a boldogság a sorsunkkal, a körülményeinkkel, a helyzetünkkel való elégedettség állapota.

A filozófia története tele van eltérő megfogalmazásokkal a boldogság lényegét illetően. Platón például úgy vélte, hogy a boldogságot az igazság és az ideák megismerésében, valamint a lélek harmóniájában találhatjuk meg. Arisztotelész szerint

a boldogság egy erényes, kiteljesedett élet eredménye. Az időben hozzánk közelebb lévő Kant szerint a boldogság másodlagos az erkölcsi kötelességekhez képest, és nem lehet az erkölcs alapja, mert szubjektív.

Gondolataink világos megfogalmazásához azonban szükségünk van a nyelvre, és az sokszor képez akadályt. A magyar nyelvben például a cikkünk tárgyát képező fogalomra csak egyetlen szó áll a rendelkezésünkre, ez pedig a „boldogság”. Más nyelvekben azonban kettő vagy több szó is van rá: pl. az angolban megkülönböztetik az anyagi boldogságot (*happiness*) és a lelki boldogságot (*bliss*). A görög nyelvben is több szó található rá.

Tanácsalanságunkban világos eligazítást kaphatunk A. C. Bhaktivedanta Swami



Prabhupāda műveiből. Az *odaadás nektárjának* első fejezetében ezt írja: „Śrīla Rūpa Gosvāmī elemezte a boldogság különböző forrásait. A boldogságot három kategóriába sorolta: 1. az anyagi élvezetből merített boldogság; 2. az a boldogság, amely abból ered, hogy valaki a Legfelsőbb Brahmannel azonosítja magát; valamint 3. a Kṛṣṇa-tudatból származó boldogság.”

találkozott azzal a jelenséggel, hogy ezek az anyagi javak legjobb esetben is csak időleges örömet nyújtanak: a telefon lelassul, a VR unalmassá válik vagy pszichés zavarokat okoz, az infrasauna mértéktelen használatával leégünk és károsítjuk az egészségünket. Tehát tárgyakból nem meríthetünk folyamatos, örök boldogságot.

Amikor valaki felismeri, hogy nem azo-



A mindennapi életben a leggyakrabban az elsőként említett kategóriával találkozunk. A pazarlásra épülő kapitalista gazdasági paradigma a reklámokon keresztül folyamatosan sulykolja, hogy akkor lehetünk boldogok, ha megvan a legújabb telefonunk, VR-rendszerünk, a legújabb infrasaunánk... és még oldalakon át sorolhatnánk. Igen ám, de szinte mindenki

nos a testével, amely köztudottan mulandó és romlékony, hanem örök lélek, az már jobb helyzetben van, mert már kevésbé fogják zavarni az anyagi testtel járó kényelmetlenségek (öregség, betegség, halál). De ez még csak a szenvedés időleges csökkenése, nem igazi boldogság, mivel nem hordozza magában a személyes kapcsolat örömét. Aki teljesen egyedül van, lehet elégedett vagy



nyugodt (egyes transzcendentális meditációs utak ezt tudják nyújtani), de igazi boldogságot csak szeretetteljes kapcsolatokból lehet méríteni. Igazán az lehet boldog, akit szeretnek – egy tárgy vagy a személytelen Brahman azonban nem képes szeretetre. A mai rohanó élet, a tárgyak megszerzésére irányuló hajsza – a túlmunka, az üzleti spekuláció, az önkizsákmányolás – éppen az emberi kapcsolatokat üresíti ki, a házasság,

a család intézményét ássa alá, és csak frusztrációt szül. Ha valaki ezt felismerve félig-meddig kivonul a társadalomból, például úgy, hogy egy elhagyatott tanyára költözik a családjával, megízlelheti a kapcsolatokból mérhető boldogságot, de ez nem lesz tartós: a gyermekek előbb-utóbb felnőnek és elvágódnak a városba, a társa megöregszik, beteg lesz és meghal, vagy talán még



előbb, a nomád élettel járó kényelmetlenségek rábírják arra, hogy a tanyát otthagyja a civilizáció kedvéért. Egyértelmű, hogy tartós boldogságot csak olyan kapcsolatból lehet meríteni, amely örök, és nincs kitéve az idő pusztító hatásának.

Kṛṣṇa mondja a *Bhagavad-gītā*-ban:

*mamaivāṁśo jīva-loke
jīva-bhūtaḥ sanātanaḥ
manaḥ-śaṣṭhānīndriyāṇi
prakṛti-sthāni karṣati*

„Az élőlények ebben a feltételekhez kötött világban az Én örökkévaló, parányi részeim. Feltételekhez kötött létük miatt küzdelmes harcot vívnak a hat érzékszervvel, melyhez az elme is hozzátartozik.” Ez a kapcsolat Kṛṣṇa és az élőlény között örök és elválaszthatatlan, bár a szabad akarata révén az élőlény elfordulhat Istentől. Ha azonban helyreállítja ezt a kapcsolatot, és az Úr öröme él, akkor megismerheti a valódi, örökös, el nem múló boldogságot.

Befejezésül ismét idézzünk Az odaadás nektárjából: „A tantra-sāstrában az Úr Śiva így szól feleségéhez, Satihoz: »**Kedves feleségem! Aki átadta magát Govinda lótusz-lábának, s így tiszta Kṛṣṇa-tudatra tett szert, az könnyűszerrel elérheti mindazt a tökéletességet, amelyre a személytelen filozófia hívei vágynak, s ezen túl még azt a boldogságot is élvezheti, amelyben a tiszta bhaktáknak van részük.**«

A tiszta odaadó szolgálatból származó boldogság a legmagasabb rendű boldogság, mert örökkévaló. Az anyagi tökéletességből merített boldogság, valamint az, amit az eredményez, hogy valaki megérti, hogy ő Brahman, átmeneti lévén, alacsonyabb rendű. Az anyagi boldogság elkerülhetetlenül véget ér egyszer, és még az a lelki boldogság sem tart örökké, amelyet a személytelen Brahmannal való azonosulás eredményez.”

Aki tehát az örök boldogságra vágyik, annak Kṛṣṇa szeretetteljes, odaadó szolgálatába kell kezdenie.

Madhupati Dāsa

A szerző köszönetet mond Mahārāṇī Devī Dāsīnak a cikk írásában nyújtott segítségével.





A BOLDOGSÁG TITKA *a párkapcsolatokban*

Egy indiai szentet, Gaurakiśora dāsa Bābājī egyszer megkérdezte egy frissen nősült követője, hogy hogyan lehet aggodalomtól mentes, bőséggel és boldogsággal teli a házaselete. Gaurakiśora dāsa Bābājī ezt válaszolta: „Szolgálj és szeresd a feleségedet úgy, mint Lakṣmīdevīt [Isten párját], és akkor minden jó lesz és boldog leszel. Például úgy főzz a feleségednek, hogy ajánld föl neki az ételt, és amit meghagy, azt edd csak meg!” Ezzel akarta érzékeltetni, hogy milyen odaadással kell szolgálni a feleséget. Ez furán hangzik modern, egocentrikus korunkban, de ez az egyetlen út egy házasság számára, aki a szeretet útján akar járni a valódi ébredés és boldogság érdekében.

Ennek az áll a hátterében, hogy a férfitermészet fizikailag és mentálisan is „kihasználó”, élvező természet. Ezt kell kordában tartani, ha valóban képessé akarunk válni arra, hogy odaadó szolgálatot végezzünk, hogy valóban szeressünk. Minden innen indul ki, ez a védikus férfi-női kapcsolatok alfája és ómegája. Az, hogy a nő legyen elégedett azzal, amit a férfi ad, meg fogadja el, szolgálja a férjet, másodlagos védikus elv ehhez képest, hiszen a nőnek ez természetes, ha a férfi alkalmas rá. Tehát először a férfinak kell a saját rossz természetét „felülmúlni” azzal, hogy nem elvenni, kihasználni akar, hanem adni, szolgálni, szeretni – ami ugye nem olyan nehéz valójában, hiszen ez az eredeti természetünk. A férfinak tehát addig



nincs joga semmilyen elfogadást, szolgálata-
tot, odaadást követelnie, amíg ő maga nem
szolgálja, szereti igazán a feleségét. Mert
a feleség csak ehhez tud kapcsolódni, csak
így van kinek és miért odaadónak, szolgál-
latkésznek, elfogadónak lennie...

Mi, férfiak – a hamis ego illúziókeltő sut-
togásának hatására – simán kiragadjuk
a második lépést, és úgy követeljük az elfo-
gadást és érzelmeket a párunktól, mintha
ez lenne az elsődleges – „mert ugyebár ez
egy védikus elv!” Önmagában azonban
ennek nincs létjogosultsága – nem állja meg
a helyét! Csak és kizárólag akkor, ha nem
akarjuk semmilyen módon – sem fizikai-
lag, sem mentálisan – kihasználni, élvezni
a párunkat. Ha valóban ilyen szintre tudunk
kerülni, és még akkor sem elégedett a felesé-
günk, valójában csak ebben az esetben van
jogunk ezt szóvá tenni; megbeszélni vele,
hogy rosszul esik, hogy nem elégedett, nem
szolgálatkész, nem türelmes; megvitatni
vele, hogy mi az oka ennek stb. Mert nyilván
a nőben is felszínre törhet a hamis ego által
irányított természet, amikor nem értékeli,

amit kap, amikor cinikus, türelmetlen, telhe-
tetlen stb. lesz. Egy elégedett nő viszont, ha
látja a párja őszinte törekvését, akkor a saját
természete szerint tud hozzá viszonyulni, és
így a két fél őszintén tudja egymást segíteni
a fejlődésben, a lelki felemelkedésben.





Egy másik védikus elv szerint, ha Lakṣmīdevī, a szerencse istennőjét, vagyis Isten párját, női felét szolgáljuk, akkor a bőség, a jólét, a boldogság meg fog nyilvánulni az életünkben. Lakṣmīdevī valójában nagyon egyszerű szolgálni – hiszen maga a feleség Lakṣmīdevī megnyilvánulása! És nem csak képletesen! Azaz nem csak annak kell őt *látni*. Ami maga a lelki valóság, az *aṁśa-ként*, tükrözött részként megnyilvánul az *ādhidaivika* univerzális, félisteni szintjén, annak az *aṁśája* pedig az *ādyātmika* mentális, kognitív szintjén, végül pedig az utóbbinak az *aṁśája* az *ādhibhautika* durvaanyagi szintjén. De nem akarom túlbojlintani: a lényeg, hogy minden mindennel összefügg. Nem csak képletesen kell tehát ezt felfogni! A feleség *valóban* Lakṣmīdevī részleges megnyilvánulása a férj életében!

Azok a védikus leírások pedig, melyek arról szólnak, hogy milyen gáz a nők társasága egy lelki úton járó számára, meg hogy a nő a kéj lakhelye, és hogy a nő csak *māyā*t, illúziót hoz az életünkbe, voltaképpen azoknak szólnak, akik nem alkalmak arra, hogy ilyen szolgálatot adjanak, hanem valami más van még helyette a szívükben... Valójában még nem érték el



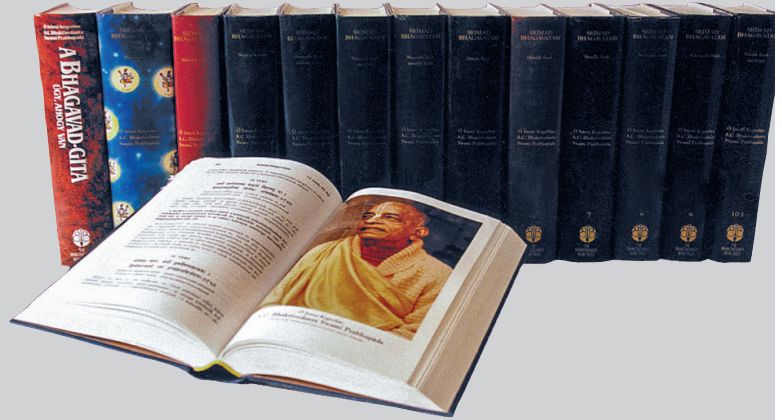
a valódi szeretet síkját, sőt, még az őszinte törekvés szintjét sem... Lakṣmīdevī ugyanis, pontosabban az Ő *māyā*-aspektusa, vagyis teremtő arcú-lata – tehát a teremtett női természet – úgy viselkedik, ahogyan te viszonyulsz hozzá. Ha ki akarod használni, akkor Mahāmāyāként, Durgaként viszonyul hozzád: illúzióban tart, karmát ad, s végül megrág és kiköp, de úgy, hogy minden porcikádnak fájni fog. Ez az anyagi világ működése, ha a hamis egón, a birtokolni vágyó önzésen keresztül közelítjük meg. Ha viszont a teremtett női természethez úgy viszonyulsz, ahogyan a lelki természet diktálja, ha odadóan szereted, vagyis szolgálod, akkor Ő Yogamāyāként fog hozzád viszonyulni. Ő is transzcendentálisan viszonzza tetteidet: örömet ad, szolgál, szépen bánik veled, és elégedett lesz azzal, amit adsz neki...

És ami a legfontosabb ebben az egészben: azért vagyunk itt, hogy megtanuljunk valóban szeretni! Semmi másnak nincs értelme és jelentősége. És ezt a *bhakták* által, mi, házasság férfiak pedig elsősorban a feleségünk által tudjuk elérni. Önzetlen önátadással...

Acyutānanda Dāsa



Parīkṣit király születése



Ötezer évvel ezelőtt járunk az időben, Indiában, Naimiṣāraṇya szent erdejében. A bölcsek érdeklődve ülik körül a legidősebb szentet, Sūta Gosvāmī, hogy az élet értelméről és Isten dicsőségéről halljanak tőle. Arra is kíváncsiak, melyik a legtökéletesebb vallás, és mi az a folyamat, amely által az ember biztosan megszabadulhat a földi lét kötelékeitől. Sūta Gosvāmī megköszöni a bölcsek kérdéseit, és hosszú válaszbba kezd, az alapján, amit lelki tanítómesterétől, Śukadeva Gosvāmītól tanult.

védelem alatt; *kāṣṭhābhiḥ* – teljes fejlődés; *iva* – mint; *saḥ* – ő; *anvaham* – napról napra.

Ahogy a hold növekszik napról napra a télő hold két hetében, éppolyan gyorsan gyarapodott a herceg [Parīkṣit] gyámolító nagyatyái gondoskodását élvezve, minden segítségüket megkapva.

32. VERS

यक्ष्यमाणोऽश्वमेधेन जातिद्रोहजिहासया ।

राजालब्धनो दध्यौनान्यत्र करदण्डयोः ॥ ३२ ॥

yakṣyamāṇo 'śvamedhena jñāti-droha-jihāsayaḥ
rājā labdha-dhano dadhyau nānyatra kara-daṇḍayoḥ

yakṣyamāṇaḥ – arra vágyva, hogy elvégezze; *aśvamedhena* – a lóáldozat ceremóniájával; *jñāti-droha* – rokonokkal harcolva; *jihāsayaḥ* – hogy megszabaduljon; *rājā* – Yudhiṣṭhira király; *labdha-dhanaḥ* – a vagyonszerzésért; *dadhyau* – gondolt rá; *na anyatra* – másképp nem; *kara-daṇḍayoḥ* – adók és büntetések.

Ebben az időben Yudhiṣṭhira király egy lóáldozat végrehajtásán gondolkodott, hogy megszabaduljon azoktól a bűnöktől, amelyek a rokonaival vívott harc miatt zúdultak rá. Ám szeretett volna valami

ELSŐ ÉNEK, TIZENKETTEDIK FEJEZET

31. VERS

स राजपुत्रो ववृधे आशु शुक्ला इवोदुपः ।
आपूर्यमाणः पितृभिः काष्ठाभिरिव सोऽन्वहम् ॥ ३१ ॥

sa rāja-putro vavṛdhe āśu śukla ivoḍupah
āpūryamāṇaḥ pitr̥bhiḥ kāṣṭhābhir iva so 'nvaham

saḥ – az; *rāja-putraḥ* – a herceg; *vavṛdhe* – felnőtt; *āśu* – nagyon hamar; *śukle* – a télő hold; *iva* – mint; *uḍupah* – a hold; *āpūryamāṇaḥ* – erősen; *pitr̥bhiḥ* – a szülői



ŚRĪMAD-BHĀGAVATAM – PARĪKŠIT KIRÁLY SZÜLETÉSE

vagyonna szert tenni, hiszen az adókon és a büntetésekén kívül nem volt egyéb tartalék pénzforrása.

MAGYARÁZAT: Ahogyan a *brāhmaṇáknak* és a *viprának* joga volt ahhoz, hogy az állam támogassa őket, az állam vezetője is jogot formálhatott arra, hogy adókat és büntetéseket szedjen az állampolgároktól. A kuruksetrai csata után az államkincstár kiürült, ezért az adókból és bírságokból összegyűlt összegen kívül nem volt más tartalék. Ez a pénz csupán az államköltségvetés számára volt elegendő, s mivel nem volt több vagyona, a király más módon akart pénzhez jutni, hogy elvégezhesse a lóáldozatot. Yudhiṣṭhira Mahārāja Bhīṣmadeva utasításait követve akarta végrehajtani ezt az áldozatot.

33. VERS

तदभिप्रेतमाळक्ष्य भ्रातरोऽच्युतचोदिताः ।
धनं प्रहीणमाजहुरुदीच्यां दिशि भूरिशः ॥ ३३ ॥

*tad abhipretam ālakṣya bhrātaro 'cyuta-coditāḥ
dhanam prahīṇam ājahruḥ udīcyāṁ diśi bhūriśaḥ*

tat – az ő; *abhipretam* – elméjének vágyait; *ālakṣya* – látva; *bhrātaraḥ* – fivérei; *acyuta* – a tévedhetetlentől (az Űr Śrī Kṛṣṇától); *coditāḥ* – tanácsot kapva; *dhanam* – gazdagságát; *prahīṇam* – hátrahagyott; *ājahruḥ* – összegyűjtötték; *udīcyāṁ* – északi; *diśi* – irány; *bhūriśaḥ* – bőséges.

Fivérei megértették a király szíve vágyát, s a tévedhetetlen Űr Kṛṣṇa tanácsára északon elegendő kincset gyűjtöttek össze [amelyet Marutta király hagyott maga után].

MAGYARÁZAT: *Marutta Mahārāja:* A világ nagy uralkodóinak egyike, aki jóval Yudhiṣṭhira Mahārāja előtt uralta a világot. Avikṣit Mahārāja fia volt, a napisten fiának – Yamarājának – nagy híve. Samvarta nevű bátyja pap volt, a nagy Bṛhaspatinak, a félistenek tanult papjának riválisa. Elvégzett egy Saṅkara-yajñának nevezett áldozatot, s ezzel olyan elégedetté tette az Urat, hogy az Űr egy arany hegycsúcsot bízott rá. Ez az arany hegycsúcs valahol a Himalája hegyeiben található, s a kalandra vágyók ma is kísérletet tehetnek arra, hogy felkutassák. Marutta Mahārāja olyan hatalmas uralkodó volt, hogy a napi áldozatok végén más bolygók félistenei látogatták palotájában, többek

között Indra, Candra és Bṛhaspati. Övé volt az arany hegycsúcs, így aztán volt elegendő aranya. Az áldozati oltár kupolája szinaranyból készült. A napi áldozati ceremóniák bemutatásához meghívta Vāyuloka (a levegő-bolygók) néhány lakóját, hogy segítsenek a főzésben. A ceremónián a félistenek gyülekezetét Viśvadeva vezette.

Szüntelen jámbor tetteinek köszönhetően Marutta Mahārāja képes volt minden betegséget elűzni birodalmából. Hatalmas áldozati szertartásai következtében a felsőbb bolygók, Devaloka és Pitṛloka lakói mind elégedettek voltak vele. Minden áldott nap megajándékozta a tanult *brāhmaṇákat*: takarókat, párnákat, szekereket és bőséges mennyiségű aranyat adományozott nekik. Nagylelkű adományai és számtalan végrehajtott áldozata miatt a mennyek királya, Indradeva tökéletesen elégedett volt vele, s mindig a javát kívánta. Jámbor cselekedeteinek köszönhetően egész életében fiatal maradt, s elégedett alattvalói, miniszterei, törvényes felesége, fiai és fivérei körében ezer évig kormányozta a világot. Még az Űr Śrī Kṛṣṇa is dicsőítette jámbor cselekedeteiért. Egyetlen lányát Maharṣi Aṅgirānak adta, és az ő áldásából a mennyek birodalmába emelkedett. Először föl akarta ajánlani Bṛhaspatinak, hogy legyen ő a pap az áldozatain, a félisten azonban visszatúsította, mert a király emberi lény volt, földi halandó. Marutta Mahārāja rendkívül sajnálta ezt, ám Nārada Muni tanácsára Samvartát jelölte ki erre a posztra, s így teljesíthette küldetését.

Egy áldozat sikere teljes mértékben az ezzel megbízott papon múlik. Ebben a korban minden áldozat tilos, mert nincsenek képzett papok azok között a *brāhmaṇák* között, akik csupán nevükben azok. Nem rendelkeznek brāhmanikus tulajdonságokkal, ugyanakkor helytelenül mégis *brāhmaṇáknak* hiszik magukat pusztán amiatt, mert *brāhmaṇák* fiaiként születtek meg. E Kali-korszakban ezért egyetlen áldozat javasolt csak, a *saṅkīrtana-yajña*, ahogyan azt az Űr Śrī Caitanya Mahāprabhu bevezette.

34. VERS

तेन सम्भृतसम्भारो धर्मपुत्रो युधिष्ठिरः ।
वाजिमेधैस्त्रिभिर्भीतो यज्ञैः समयजद्धरिम् ॥ ३४ ॥

*tena sambhṛta-sambhāro dharma-putro yudhiṣṭhiraḥ
vājimedhais tribhir bhīto yajñaiḥ samayajad dharim*



ŚRĪMAD-BHĀGAVATAM – PARĪKŠIT KIRÁLY SZÜLETÉSE

tena – azzal a kincsel; *sambhṛta* – összegyűjtött; *sambhāraḥ* – kellékek; *dharma-putraḥ* – a jámbor király; *yudhiṣṭhiraḥ* – Yudhiṣṭhira; *vājimedhaiḥ* – a lóáldozatok által; *tribhiḥ* – háromszor; *bhūtaḥ* – megrettenve a kurukṣetrai csata után; *yajñaiḥ* – áldozatokkal; *samayajat* – tökéletesen imádtá; *harim* – az Istenség Személyiségét.

E kincsek segítségével a király előteremthette mindazt, amire a három lóáldozat elvégzéséhez szükség volt. A jámbor Yudhiṣṭhira király, akit a kurukṣetrai csata után rettenetes töltött el, elégedetté tette az Úr Harit, az Istenség Személyiségét.

MAGYARÁZAT: A jámbor Yudhiṣṭhira Mahārāja a világ eszményi, ünnevelt királya volt, a kurukṣetrai csata pusztítása után azonban mégis félelem töltötte el, amikor azt látta, hogy emberek tömegei haltak meg a harcban csupán azért, hogy ő kerüljön a trónra. Ezért magára vállalta a felelősséget mindazokért a bűnökért, amiket a háborúban elkövettek. Hogy e bűnöktől megszabaduljon, három olyan áldozatot akart végrehajtani, melyek során lovakat ajánlanak fel az oltáron. Egy ilyen áldozat rendkívül költséges. Még Yudhiṣṭhira Mahārájának is arra volt szüksége, hogy begyűjtse az aranyhalmokat, amelyeket Marutta Mahārāja és azok a *brāhmaṇák* hagytak hátra, akiknek Marutta király aranyat adományozott. A bölcs *brāhmaṇák* nem tudták elvinni azt a tömegtelen aranyat, amit Marutta Mahārāja ajándékozott nekik, ezért legnagyobb részét meghagyták, s Marutta Mahārāja sem akarta újra összegyűjteni, amit már egyszer elajándékozott. Emellett a sok-sok aranytányér és a többi aranyból készült eszköz, amit az áldozatok során használtak, mind a szemétként került, s a hegyként tornyosuló arany hosszú-hosszú ideig gazdátlanul hevert, míg csak Yudhiṣṭhira Mahārāja össze nem gyűjtötte saját céljaira. Az Úr Śrī Kṛṣṇa azt tanácsolta Yudhiṣṭhira Mahārāja fivéreinek, hogy gyűjtsék össze ezt a kincset, amelyre senki nem tartott igényt, mert az a királyé. Ennél is meglepőbb dolog azonban az, hogy a birodalom egyetlen alattvalója sem akarta kisajátítani ezt a gazdátlan aranyat, hogy ipari vállalkozásba vagy ehhez hasonlóba kezdjen. Ez azt jelenti, hogy az ország lakói teljesen elégedettek voltak csupán azzal, ami életük fenntartásához szükséges volt, s ezért nem kezdtek a pusztta érzékkielégítés érdekében szükségtelen termelői vállalkozásokba. Yudhiṣṭhira Mahārāja arra használta föl az aranyhegyeket, hogy áldozatokat hajtson végre, valamint hogy elégedetté tegye Harit, az Istenség Legfelsőbb Személyiségét, s nem arra

vágyott, hogy csupán az állam kincstárát gyarapítsa az arany begyűjtésével.

Tanulnunk kell Yudhiṣṭhira Mahārāja viselkedéséből. Félt a bűnöktől, amelyeket a csatatéren elkövettek, ezért a legfelsőbb tekintélyt akarta elégedetté tenni. Mindez arra mutat rá, hogy mindennapi kötelességeink végzése során szándékunk ellenére bűnöket is elkövetünk, s hogy akaratlan vétkeinket jóvátegyük, áldozatokat kell végrehajtanunk, ahogyan ezt a kinyilatkoztatott szentírások ajánlják. Az Úr azt mondja a *Bhagavad-gītā*-ban (*yajñārthāt karmaṇo 'nyatra loko 'yam karma-bandhanaḥ*), hogy az embernek végre kell hajtania a szentírások ajánlotta áldozatokat, hogy megszabaduljon minden önkényes tett visszahatásától, sőt a nem szándékosan elkövetett bűnöktől is, amelyekre hajlamosak vagyunk. Ezzel az ember megszabadulhat a bűn minden fajtájától. Azoknak azonban, akik nem így tesznek, hanem önérdékből vagy az érzékkielégítésért fáradoznak, szenvedniük kell az elkövetett bűnök következményeitől. Az áldozatok végrehajtásának legfőbb célja tehát az, hogy elégedetté tegyünk az Istenség Személyiségét, Harit. Az áldozatok végrehajtásának folyamatai különbözhetnek egymástól az idő, a hely és az áldozatot végző személyek tekintetében, de az áldozatok célja mindig, minden körülmények között egy és ugyanaz: a Legfelsőbb Úr, Hari elégedettsége. Így élhetünk jámbor életet, s így lehet béke és gazdagság az egész világon. Yudhiṣṭhira Mahārāja, a világ példás, jámbor királya megtett mindent ennek érdekében.

Ha maga Yudhiṣṭhira Mahārāja bűnöket követ el mindennapi kötelességei végrehajtása során, királyként pedig az államügyek irányítása közben, ahol az állat- és emberölésnek szigorúan meghatározott kritériumai vannak, akkor elképzelhetjük, mennyi bűnt követnek el tudatosan vagy akaratlanul a Kali-yugában élő műveletlen emberek, akiknek nincs lehetőségük áldozatok bemutatására annak érdekében, hogy elégedetté tegyék a Legfelsőbb Urat. A *Bhāgavatam* (1.2.13) ezért azt mondja, hogy az ember legfőbb feladata az, hogy kötelességei végrehajtásával tegye elégedetté Őt.

Bárki, bárhol, bármilyen közösségben, kasztban vagy vallásban, bármilyen foglalkozást üzzön is, egyvalamiről semmiképp nem feledkezhet meg: az áldozatok végrehajtásáról, mégpedig úgy, ahogyan azt a szentírások ajánlják az adott helyre, korszakra vonatkozóan, illetve az adott egyénre szabottan. A védikus írások azt ajánlják, hogy a Kali-yugában az ember Kṛṣṇa szent nevének sértés nélküli éneklésével dicsőítse az Urat (*kīrtanād eva kṛṣṇasya mukta-saṅgaḥ param vrajet*). Ezáltal megsza-

badulhat minden bűntől, s elérheti az élet legtökéletesebb szintjét: hazatérhet, vissza Istenhez. Ebben a nagyszerű írásban több helyen, különösen a bevezetőben, az Úr Śrī Caitanya Mahāprabhu életének rövid leírásában már beszéltünk erről. Most mégis megismételjük ugyanezt, miközben szemünk előtt az a cél lebeg, hogy az emberi társadalomra béke és jólét köszöntson.

A *Bhagavad-gītā*-ban az Úr érthetően elmondta, hogyan tehetjük Őt elégedetté. Ugyanennek a folyamatnak a gyakorlati megvalósítását mutatta be életével és prédikáló tevékenységével az Úr Śrī Caitanya Mahāprabhu. A *yajñák*, azaz áldozatok bemutatásának tökéletes folyamata, amellyel elégedetté tehetjük a Legfelsőbb Urat, Harit – az Istenség Személyiségét, aki megszabadít bennünket az anyagi lét minden szenvedésétől –, nem más, mint az Úr Śrī Caitanya Mahāprabhu útjának követése a viták és nézeteltérések e sötét korszakában.

Yudhiṣṭhira Mahārājának még akkoriban, a legnagyobb jólétben is aranyhegyeket kellett összegyűjtenie ahhoz, hogy beszerezhesse mindazt, ami a lóáldozatok – a *yajñák* – elvégzéséhez szükséges volt. Nehezen képzelhető el, hogy ezeket a *yajñákat* napjainkban elvégezzük, amikor minden másban is szűkölködünk, nem hogy aranyban, aminek a teljes hiánya tapasztalható. Jelenleg csupán papirhegyeink vannak, s ígéretek arra, hogy a modern civilizáció gazdasági fejlődése mindezt arannyá változtatja majd, miközben semmi esélye nincs annak, hogy akár egy ember, akár egy embercsoport, vagy bárki olyan, aki az állam támogatását élvez, Yudhiṣṭhira Mahārájához hasonló hatalmas vagyonra tegyen szert. Ezért ebben a korban az a módszer a legmegfelelőbb, amelyet az Úr Śrī Caitanya Mahāprabhu ajánl a *śāstrák* alapján. E folyamat végzéséhez nincs szükség pénzre, s mégis nagyobb áldással jár, mint az áldozatok végrehajtásának egyéb, költséges folyamatai.

A lovat vagy tehenet feláldozó *yajñákról*, amelyeket a védikus szabályok szerint hajtottak végre, nem szabad helytelenül azt gondolnunk, hogy valamiféle állatölésnek minősülnek. Ellenkezőleg, a *yajñában* feláldozott állat új életet kap, olyan védikus himnuszok transzcendentális ereje révén, amelyeknek – ha megfelelően kántálják őket – semmi közük ahhoz, amit egy közönséges laikus ésszel felérhet. A *veda-mantráknak* kivétel nélkül a gyakorlatban megnyilvánuló ereje van, s erre az a bizonyíték, hogy a feláldozott állat újjáéled.

Jelen korunk állítólagos *brāhmaṇái* vagy papjai nem képesek szabályosan elzengeni a védikus himnusokat. A kétszerszületett családok képzetlen leszármazottjai többé már nem olyanok, mint ősatyáik, így a *śūdrák*,

az egyszerszületettek közé sorolják őket. Az egyszerszületett ember nem alkalmas a védikus himnuszok kántálására, ezért számára nincs gyakorlati haszna az eredeti himnuszoknak.

Hogy megmentsen mindannyiunkat, az Úr Śrī Caitanya Mahāprabhu megalapította a *saṅkīrtana*-mozgalmat, más szóval azt a *yajñát*, amely minden gyakorlati célnak megfelel. A jelen kor emberének ezért mindenek felett az javallott, hogy ezt a biztos és elismert utat kövesse.

35. VERS

आहूतो भगवान् राजा याजयित्वा द्विजैर्नृपम् ।
उवास कतिचिन्मासान् सुहृदाम् प्रियकाम्यया ॥ ३५ ॥

*āhūto bhagavān rājñā yājayitvā dvijair nṛpam
uvāsa katicin māsān suhṛdām priya-kāmyayā*

āhūtaḥ – meghívott; *bhagavān* – az Úr Kṛṣṇa, az Istenség Személyisége; *rājñā* – a király által; *yājayitvā* – elvégeztetve; *dvijaiḥ* – a tanult *brāhmaṇákkal*; *nṛpam* – a királyért; *uvāsa* – lakott; *katicit* – néhány; *māsān* – hónapot; *suhṛdām* – a rokonok; *priya-kāmyayā* – öröme.

Az Úr Śrī Kṛṣṇa, az Istenség Személyisége, akit Yudhiṣṭhira Mahārāja meghívott az áldozatokra, felügyelt arra, hogy képzett [kétszerszületett] brāhmaṇák hajtsák végre azokat. Ezután rokonai öröme az Úr velük maradt néhány hónapig.

MAGYARÁZAT: Az Úr Śrī Kṛṣṇát Yudhiṣṭhira Mahārāja meghívta, hogy ügyeljen az áldozatok végrehajtására, az Úr pedig, tiszteletben tartva unokabátyja utasítását, elvégeztette a *yajñákat* a bölcs, kétszerszületett *brāhmaṇákkal*. Csupán azáltal, hogy valaki egy *brāhmaṇa* családjában születik meg, nem válik alkalmassá arra, hogy *yajñákat* hajtsa végre. Az embernek azáltal kell kétszerszületetté válnia, hogy megfelelő nevelést kap egy hiteles *ācāryától*, aki felavatja őt. A *brāhmaṇa* családok egyszerszületett sarjai az egyszerszületett *śūdrák* szintjén állnak, s az ilyen *brahma-bandhuk*, az alkalmatlan, egyszerszületett utódok, nem végezhetnek vallási vagy védikus szertartásokat. Az Úr Śrī Kṛṣṇát megbízták, hogy ügyeljen erre a rendre, Ő pedig – tökéletes lévén – sikeresen elvégeztette a *yajñákat* a hiteles, kétszerszületett *brāhmaṇákkal*.

A MAGYARORSZÁGI KRISNA-TUDATÚ HÍVŐK KÖZSÉGÉNEK FŐBB KÖZPONTJAI NYITVA ÁLLNAK AZ ÉRDEKLŐDŐK ELŐTT:

BUDAPESTI HARÉ KRISNA TEMPLOM ÉS OKTATÁSI KÖZPONT

1039 Budapest, Lehel u. 15-17.
Tel.: +36 1 391-0435 (Recepció)
E-mail: lelekpaltaja@krisna.hu
Web: www.lelekpaltaja.hu

KRISNA-VÖLGY

Indiai Kulturális Központ és Biofarm
8699 Somogyvámos, Fő u. 38.
Tel.: +36 30 436-3900
E-mail: turizmus@krisnavolgy.hu
Web: www.krisnavolgy.hu

HARÉ KRISNA KÖZPONT EGER

3300 Eger, Tűzoltó tér 5.
Tel.: +36 30 368-2610
+36 36 313-761
E-mail: eger@krisna.hu
Web: www.lepnikell.hu
Étterem: www.govindaeger.hu

HARÉ KRISNA KÖZPONT DEBRECEN

4028 Debrecen, Magyar u. 2.
Tel.: +36 30 686-3479
E-mail: info@govindadebrecen.hu
Étterem: www.govindadebrecen.hu

HARÉ KRISNA KÖZPONT SZOMBATHELY

9700 Szombathely, Szily János utca 12.
Kuru-sreṣṭha Dāsa, +36 30 256-8637
szombathely@krisna.hu

KECSKEMÉT – Csujokné dr. Kósa Júlia;
kecskemet@krisna.hu

PÉCS – Svāhā Devi Dāsi, pecs@krisna.hu

DHIRA KUTIR

1088 Budapest, Szentkirályi utca 34.
Web: www.govindaklub.hu
E-mail: hello@govindaklub.hu
Facebook: dhirakutir
Tel.: +36 30 220-7136

SZOLNOK, BÉKÉSCSABA – Mālini Devi Dāsi,
+36 30 836-4190; szolnok@krisna.hu,
bekescsaba@krisna.hu

SZEGED – Grantha-rāja Dāsa,
+36 30 256-6362; szeged@krisna.hu



RENDELD MEG

A NEGYEDÉVENTE MEGJELENŐ VISSZA ISTENHEZ MAGAZINT,
TÁJÉKOZÓDJ ELSŐ KÉZBŐL A KRISNA-TUDATTAL KAPCSOLATOS
KÉRDÉSEKRŐL, AKTUALITÁSOKRÓL!



<https://krisna.hu/vim-elofizetes/>



Csak nyugi!

A YouTube és más videómegosztó platformok böngészése közben gyakran rábukkanhatunk meglepő érdekességekre. Vannak olyan blogok, oldalak és csatornák, amelyekről első pillantásra azt hinnénk, hogy nem is különösebben izgalmasak – mégis hatalmas népszerűségnek örvendenek. Az embereket vonzzák a hétköznapi életet bemutató vlogok, ahol mások mindennapjaiba pillanthatnak be, de legalább ennyire kedveltek a főzős videók, a természetfilmek, a barkácsolós és kertészeti tartalmak is.

De miért van ez így? Leginkább azért, mert ezek a videók egyszerre tudást közvetítenek, szórakoztatnak és megnyugtatnak. Nem véletlen, hogy sokan elalvás előtt ilyen tartalmakat néznek, melyek a rohanó nap után segítenek lelassítani, ellazulni, kikökeníteni a mindennapi stresszből. De vajon hogyan érik el ugyanezt a Krisna-hívők? Mi az ő módszerük a belső békéjük megőrzésére?



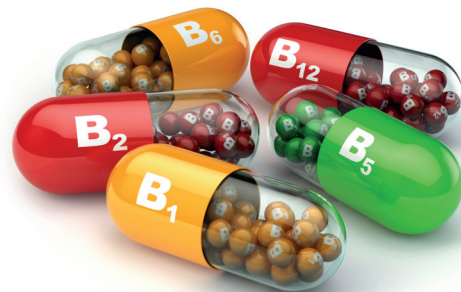
7 TIPP A TARSOLYUNKBÓL:

1. PIHENÉS MEGFELELŐ IDŐBEN

Az idegrendszer számára a legfontosabb, hogy megfelelően kipihenjük magunkat, ez pedig a korai lefekvéssel kezdődik. Este 9 órakor az idegrendszer már pihenni szeretne, ezért érdemes a napunkat úgy tervezni, hogy ilyenkor már ne terheljük magunkat.

2. MEGFELELŐ VITAMINBEVITEL

A krisnások nagy része kifejezetten figyel az egészségére. A táplálkozás mellett igen egészségtudatosak a hívők. A B-vitaminok, a magnézium és más ásványi anyagok elengedhetetlenek az idegrendszer megfelelő működéséhez. Az Ájurvéda szintén kínál ezt



támogató szereket, mint amilyen az asvagandha és más gyógynövények. A hazai gyógynövényeink közül pedig pl. a citromfű teája az egyik legismertebb barátja az idegeknek. Érdeemes szakemberektől érdeklődni.

3. ÉNEK ÉS ZENE

A Krisna-hívők rendszeresen, akár naponta együtt énekelnek, zenélnek vagy táncolnak a templomokban. Ennek közismerten erőteljes közérzetjavító hatása van, boldogsághormonokat bocsát a szervezetünkbe, és a közösségi élményt is növeli.



4. KAPCSOLAT A TERMÉSZETTEL

A Krisna-völgyben élők száz százaléka, de a városi Krisna-hívők is szeretnek a természetben időt tölteni. Még budapesti központunkban is találhatsz kis konyhakertet és virágoskertet, ahol lelkes önkéntesek is rendszeresen segítenek. A zöldben töltött idő igazán frissítő hatású.

5. MANTRA-MEDITÁCIÓ

A Krisna-hívők legnagyobb titka mégis az elme békéjét adó mantrameditáció, amely a nap bármely szakában végezhető. A reggel végzett meditáció viszont keretet és pozitív löketet ad a napnak. Az elme ellazul, feloldódik a feladatok nyomása alól, mivel egy transzcendentális dologra fókuszál, amely mellett jelentéktelenné válnak a hétköznapi problémák.



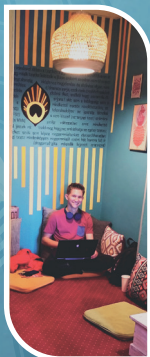


Az Ájurvéda ismerői tudják, hogy az idegrendszer túlterheltségeit a testünkben található 3 fő mozgató energia közül a váta-dósa kibillenezése is okozhatja, amely előfordulhat minden évszakváltáskor, szeles időben, vagy ha nem megfelelően étkezünk. A rendszeres, szabályozott étkezés, a lédús és tápláló ételek stabilan tartják a váta mennyiségét, így az nem okozhat problémát.

A hívők életmódjának szerves része a test és tudat egységét szavatoló hatha-jóga is. A hatha-jóga gyakorlatait nagyon sokszor légzőgyakorlatokkal, *prāṇāyāmával* egészítik ki a jóga gyakorlók, amely a tüdő, a tudat és az idegrendszer állapotára is kiváló hatással van. Szakembertől tanuljuk meg!



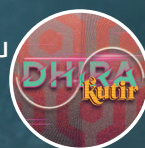
Haré Krisna Haré Krisna Krisna Krisna Haré Haré Haré Ráma Haré Ráma Ráma Ráma Haré Haré



A Dhíra Kutir olyan közösségi tér, ahol helyet adunk egy alakulóban lévő közösségnek, ami menedéket biztosít az életedben, táplál, támogat – olyan, mint egy jó barát, akire mindig számíthatsz. Védőhálót képez alattad, míg az életed kötélrancát járod.

Mi nem akarunk átformálni, te tökéletes vagy a magad valójában. Viszont szeretnénk arra biztatni, hogy bővítsd az ismereteidet, és a lehetőségeinkhez mérten segítséget nyújtunk abban, hogy közelebb kerülj önmagadhoz.

További infók: govindaklub.hu
Facebook: dhirakutir



Cím: Dhíra Kutir
1085 Budapest, Szentkirályi utca 34.

www.krisna.hu

- hírek, hasznos információk
- filozófia és bölcsességek
- indiai receptek és asztrológia
- bepillantás a Krisna-hívők szokásaiba
- tudományos tevékenységeink



Iratkozz fel kénytelenül megjelenő hírlevelünkre!

Értesülj első kézből tanfolyamainkról, előadásainkról, rendezvényeinkről, ételosztásainkról.

www.krisna.hu/feliratkozas



**Krisna
völgy Shop**

*Otthonodba hozzuk
Krisna-völgy varázsát!*



bolt.krisnavolgy.hu

A hand is shown from the bottom, cupping a small globe of the Earth. The globe is tilted, showing the continents of Europe and Africa. On top of the globe, a dense city skyline with various skyscrapers is visible, interspersed with green trees. The background is a deep blue night sky filled with stars and soft, wispy clouds. The overall composition suggests a theme of global unity and human responsibility.

EGYÉNKÉNT egy összeomló világban

Az emberi társadalom csak akkor nevezhető valóban emberinek, ha támogatja mind a négy fő életcél, amelyet a védikus hagyomány a *dharm*a, *artha*, *kāma* és *mokṣa* szavakkal jelöl. A *dharm*a a kötelezettségek és erkölcsi elvek követését jelenti, az *artha* az anyagi gyarapodást, a *kāma* a jogos érzéki kielégítést, míg a *mokṣa* az anyagi világból való felszabadulást.



A MODERN TÁRSADALOM MESSZE JÁR A VÉDIKUS IDEÁLTÓL

Napjainkban a fő mozgatóerő nem az erkölcs és az igazság, hanem az érzékielégités (*kāma*). Ez vezetett oda, hogy a kapitalizmus évszázadai alatt az emberiség olyan mértékben zsákmányolta ki a Földet, hogy mostanra a helyzet válságossá vált, és az emberi társadalom pusztá fennmaradása került veszélybe. A klímakatasztrófa ennek a globális válságnak az egyik legfájdalmasabb oldala.

A tudomány pontosan megmutatta, mit kellene tenni: a klímakatasztrófa visszafordítása érdekében csökkenteni kell az üvegházhatású gázok kibocsátását, a nyersanyagok és energiahordozók kifogyására való tekintettel meg kellene változtatni a pocsékolásra épülő nyugati gazdasági paradigmát stb. Noha számos megoldás született a hulladékok újrahasznosításától a megújuló energiákra való áttérésig, a világ vezetői többnyire csak ímmel-ámmal támogatják ezeket. Jellegzetes például, hogy amikor a covid-járvány miatt gyakorlatilag leállt az egész világ, és egyedülálló, megismételhetetlen lehetőség nyílt a világgazdaság fenntarthatóbb pályára terelésére, a világ vezetői a gazdaság újraindítását tekintették fontosabbnak. Elszalasztották a kivételes lehetőséget. Egyes vezetők ma már odáig mennek, hogy a gazdasági növekedés érdekeire hivatkozva nyíltan elutasítják a korábbi nemzetközi egyeztetéseken (klímacsúcsokon) hozott döntéseket. A jövő generációk számára mindez pokoli világot eredményezhet.

MIT TEHET AZ EGYÉN?

A katasztrófa fő oka az, hogy az emberiség Isten helyett önmagát tette a középpontba. Isten a különböző hiteles világvallások szentírásaiban egyértelmű használati utasítást adott az anyagi világban való élethez. Ezeket a szabályokat azonban az emberiség félretolta, és a saját érzékielégitését helyezte az első helyre. Ennek a következményeit csak úgy lehetne elhárítani, ha megvalósulna az emberek természetes adottságaira és életkori helyzetére épülő *varṇāśrama*-társadalom. Ennek feltételei jelenleg globális szinten nem adóttak, de kisebb közösségekben (ökofalvak, önfenntartó közösségek) megvalósítható. Az egyén a saját lelki helyzetének javítására viszont igenis képes. Ennek módja, hogy **helyreállítja Istennel való kapcsolatát** – így tud kiszabadulni a születés, a halál, az öregedés és a betegség körforgásából, a *samsārāból*, hogy végül





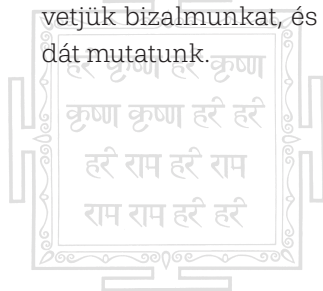
visszatérjen eredeti otthonába, a lelki világba, ahol megtalálhatja az örök boldogságot. A *Bhagavad-gītā*ban (8.5) Kṛṣṇa megígéri, hogy aki a halála pillanatában Őrá gondol, az eléri az Ő birodalmát.

Az **istenszeretet felébresztésére a legjobb módszer** a Hare Kṛṣṇa *mahā-mantra* éneklése:

**Hare Kṛṣṇa, Hare Kṛṣṇa,
Kṛṣṇa Kṛṣṇa, Hare Hare,
Hare Rāma, Hare Rāma,
Rāma Rāma, Hare Hare**

A *mahā-mantra* éneklése tisztítja a szívet, segít elmélyíteni a lelki tudatosságot, és lehetővé teszi az ember számára, hogy megvalósítsa az istenszeretet legmagasabb fokát. Ezáltal kiszabadulhat az anyagi világ szenvedéseiből, és visszatérhet Kṛṣṇa örök birodalmába, ahol minden lépés tánc, minden szó ének, ahol nincs születés, halál, öregség és betegség.

Ha megvalósítjuk szívünkben a **Kṛṣṇa iránti odaadást**, ha életünket Kṛṣṇára bízunk, akkor rögvést elveszti a jelentőségét, hogy mit csinálnak vagy nem csinálnak a világ vezetői a válságok kezelésének érdekében. Ha sikerül kilépnünk a *saṁsāra* körforgásából, beléphetünk az igazi, transzcendentális boldogságba. Legjobb, ha a világ vezetői helyett Kṛṣṇába vetjük bizalmunkat, és másoknak is példát mutatunk.



Madhupati Dāsa

A VÁLSÁG:

MEGNÖVEKVŐ HŐHULLÁMOK – A globális felmelegedés következtében egyre gyakoribbá és intenzívebbé válnak a szélsőséges hőhullámok, amelyek sok területen ellehetetlenítik az életet. Magyarországon is észrevehető, hogy szélsőségesebbé vált az időjárás. Mivel a korábban uralkodó kelet-nyugati szélrendszer összeomlott, és a helyét átvette egy észak-déli, ún. meridionális szélrendszer, most 3-4 naponként változik az időjárás, és hol hűvös és nedves légtömegeket kapunk a Barents-tengerről, hol pedig forró és száraz levegőt Afrikából. Ez önmagában szélsőségesebbé tette Magyarország időjárását.

A FÖLDMŰVELÉS ÖSSZEOMLÁSA, TALAJ-PUSZTULÁS – Az éghajlatváltozás miatt szárazságok, áradások gátolják a mezőgazdasági termelést, éhínségek lépnek fel. Ráadásul az elmúlt 150 évben megcsontosodott földművelési módszerek (mélyszántás, kemizálás) megölik a talajt, és annak alkalmazkodó képessége, víztárolási kapacitása nem képes lépést tartani az időjárás változásával.

KLÍMAMIGRÁCIÓ ÉS KONFLIKTUSOK – Az éhínségek milliókat kényszerítenek arra, hogy elhagyják otthonaikat, ami hatalmas társadalmi feszültségeket és háborúkat okozhat. A kialakuló konfliktusok tovább növelik a migrációs nyomást.





JÁRVÁNYOK, AZ IVÓVÍZ HIÁNYA ÉS ELSIVATAGOSODÁS – A felmelegedés és az élőhelyek pusztulása új járványokat idézhet elő, míg a vízkészletek kimerülése egész országokat sodorhat veszélybe. Magyarországon is folyamatosan csökken a talajvízszint – jelentős területek váltak már meddő félsivataggá. Az évszázadok alatt kivágott erdők most nagyon hiányoznak. Az erdőségek ugyanis csillapítják az időjárás kilengéseit, és segítik a csapadék kiválását, óvják a talajt.

A BIODIVERZITÁS CSÖKKENÉSE – A nagyüzemi mezőgazdaság, az ipari farmok, az iparosítás a természetes élőhelyek megsemmisítéséhez vezet, rengeteg fajt pusztít ki, ami az ökoszisztémák teljes összeomlásához vezethet. Még a tudósok sem értik teljesen az élővilág szereplőinek bonyolult egymásrautaltságát, így a pusztulást csak regisztrálni tudják. Ugyanakkor a kemizált nagyüzemi termelésben érdekelt globális vállalatóriásokat csak a rövid távon elérhető profit hajtja.

TÁRSADALMI ÖSSZEOMLÁS – A vagyoni és jövedelmi polarizálódás nyomán növekvő szegénység, illetve az élelmiszerhiány és a természeti katasztrófák következtében a társadalmak destabilizálódnak, s ez növeli a káoszt és az erőszakot. Egyes országokban az államhatalom már annyira meggyengült, hogy a lakosság helyi fegyveres bandáknak kiszolgáltatva, rettegésben kényszerül élni. A gazdagabb társadalmakban szét-esik a hagyományos család intézménye, a gyermekek kellő érzelmi támogatás nélkül nőnek fel, tömegessé válnak a pszichés problémák és rendellenességek, növekszik az erőszak a családban és azon kívül is.





MINDENKI A BOLDOGSÁGOT KERESI

A boldogságot sokan, sokféleképp keresik. Például bulikban, emberi kapcsolatokban, az egészséges életmódban, a természetben, a sportban, finom ételekben, különféle hobbi-ban, játékonyságban, művészetben. Próbálkozunk azokkal a lehetőségekkel, amik körülvesznek minket, és amiket másoktól látunk a környezetünkben.

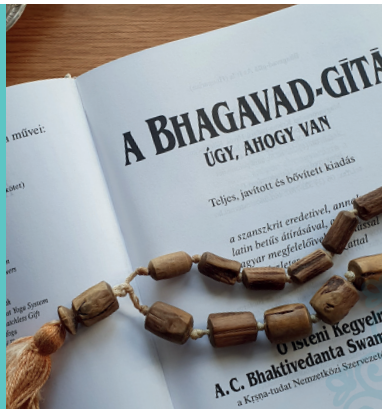
A másik módja, amikor várunk rá, amikor bizonyos eseményekhez kötjük: „Majd ha családot alapítok, majd ha férjem/feleségem, autóm, házam lesz, és miután megkapom az áhított munkát, akkor természetes módon csak úgy magától megnyilvánul a hőn áhított boldogság.”

Ismerős szituk? Mert mind ezt tesszük. És ezek persze adnak is valamit – jön egyfajta jó érzés a fentiek mindegyikéből. De valahogy mégsem teljes a kép. Miért? Mert valóban gőzünk sincs róla, hogy mi is az igazi boldogság, így arról sem, hogyan érhetjük el azt. Mert nem tudjuk, hogy igazából kik vagyunk és mi a dolgunk ebben a világban.

BÁTORSÁG ÉS LÁZADÁS

A tipp, amit most javaslok, a következő: tanuljunk teológiát! Na, lesokkoltalak?

Pedig teológiát tanulni igazából menő. De mint a legtöbb menő dologhoz, ehhez is



kell egyfajta lázadás, és szükség van hozzá némi bátorságra. Hogy miért? Kezdjük az elején.

Voltak idők, amikor teljesen természetesnek számított az, hogy Isten és tanításai az emberek életének a szerves részei. Mára azonban már szinte odáig jutottunk, hogy ha csak kimondod azt a szót, hogy Isten, az égőnek számít. Ha szóba hozod Istent, a legtöbben furán néznek rád, „szentfazékká” válsz a szemükben, akár ki is gúnyolnak, vagy kínosnak tartják a témát. Nem hangzik túl jól, igaz? Hát ekkorát fordult velünk a világ.

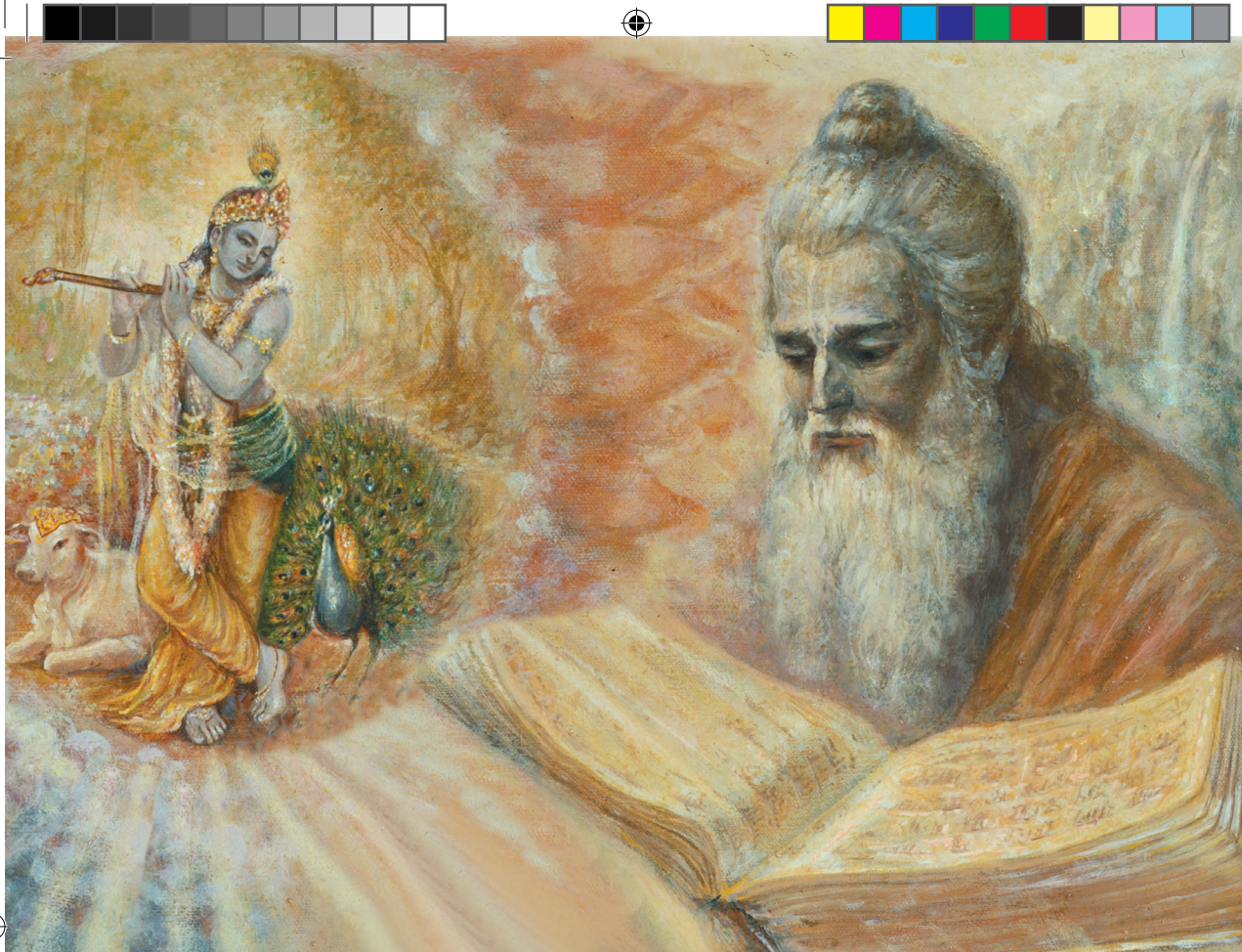
Ha pedig itt maradtál és olvasol tovább, az talán azt jelenti: lehet, hogy többre vágysz, de nem tudod, hogyan fogj hozzá. Hiszen nem csak anyagi szempontból lehet többre vágni. Lehet, hogy vannak kérdéseid az élettel kapcsolatban, lehet, hogy mélyebb válaszokat keresel, lehet, hogy szeretnél többet tudni magadról, a világról, a kettő kapcsolatáról, arról, hogy miért van halál, és hogy mi van utána, sőt, még Isten is a képbe kerülhet, és még ettől sem ijedsz meg. Lehet, hogy nem elég számodra, hogy felszínesen, a berögződéseid mókuskerekében éled az életed. Lehet, hogy nem érted, hogy legbelül, a lényed mélyén miért van ott

benned is az a szikrányi hiányérzet, valamiféle űr, amit eddig senki és semmi sem tudott betölteni, bármennyire is tökéletesnek látszódtak a dolgok kívülről.

CSINÁLD JÓL – A HITELESSÉG KUTATÁSA

Ha pedig már elszántad magad és nekiállsz a kutatásnak, csináld jól! Ez azt jelenti, hogy keresd a hitelességet, az őszinteséget, az igazságot, a tisztaságot, a valóban kielégítő válaszokat! A helyzet pedig az, hogy ezeket a minőségi válaszokat nem kaphatjuk meg más emberek spekulációiból.

Biztosan tapasztaltad már, hogy mennyi mindent „bebizonyítottak a brit tudósok”, majd kis időre rá kiderült, hogy épp annak az ellenkezője az igaz. Biztosan kértél már tanácsot valakitől, amit aztán be is tartottál, de az egész – minden jószándék ellenére – végül igencsak rosszul sült el! Ezek a nagyon egyszerű példák jól szemléltetik a mondást, miszerint „tévedni emberi dolog”, vagy azt a közhelyet, hogy „senki sem tökéletes”. Na jó, de akkor kitől lehet tanulni? Mi a biztos, hiteles forrás, ha bárki – akaratlanul is, de – félrevezethet?



És akkor itt csordogál be a képbe a teológia. Azt hiszem, elég nehéz ezt így felfogni, de a helyzet az, hogy magától Istentől. Isten adott egy „használati útmutatót” ehhez a világhoz, amiben élünk – egy útmutatót az emberi kapcsolatokhoz, az életvitelünkhöz, egyszerűen mindenhez, ami csak körülvesz bennünket. Benne van minden kérdésünkre a válasz. Senki nem fogja idővel megváltoztatni a válaszokat, és azt mondani: bocs, srácok, tévedtem. Tőle örökérvényű igazságokat kapsz!

A HITELES TUDÁS CÉLJA

Szóval az általa kinyilatkoztatott szentírások tanulmányozásával konkrétan Tőle tanulhatsz. És mi a haszna a valódi tudás-

nak? A megvalósítás. Más szóval az életedbe, a mindennapjaidba átültetett tudás. Mindazt, amit megtanulsz, a gyakorlatban, az életedben is alkalmazhatod. Nem arról van szó, hogy száraz, bemagolt információkkal vagy megpakolva, és csak az számít, hogy hányasra felelsz, hanem az, hogy az elsajátított útmutatás segítse az életedet, azt, hogy könnyebben kiigazodj ebben a világban, és mélyebb értelmet nyerjen ez az egész kalamajka, amibe csöppentél, és végre megtapasztald az el nem múló, igazán mély boldogságot. Egyszerűen Isten jót szeretne neked. Felkínálta a segítségét, de csakis a te döntésed, hogy megpróbálsz-e elfogadni azt, vagy sem.

Persze az is tény, hogy a szentírásokat nem könnyű megérteni. Ezért érdemes



olyan emberektől elsajátítani a tudást, akik már hosszú évek óta tanulmányozzák ezeket a könyveket, sőt, az azokban leírtak szerint is élik az életüket. Tudom, az imént még azt írtam, hogy az emberek tévedhetnek, sőt határozottan tévednek is. Ezt továbbra is tartom, ez nem kérdés. Viszont van egy nagy különbség. Amíg az emberek általánosságban a saját tökéletlen spekulációikra hagyatkoznak, és azt osztják meg veled, addig azok, akik a szentírásokat tanulmányozzák, Isten tanácsait fogadják meg, és azt adják tovább.

LEGYEN TÁNC?

Ha még mindig itt vagy velem, és ezt is olvasod, akkor tudnod kell, hogy egy nagyon érett lélek vagy, akinek eljött az a pont az életében, hogy komolyabban vegye a létezését. Ugyanis annál izgalmasabb és kalandosabb út nem létezik ebben a világban, mint az, hogy istenigazából megtudd azt, hogy ki vagy te, miért vagy itt és mi a kapcsolatod Istennel, és aztán mindezeket a szálak kibogozva végül ráeszmélsz arra is, hogy ebben a degenerált világban hogyan lehetsz mégis boldog. És ezáltal fog majd betöltődni az a legbelül, mélyen megbúvó, mégis folyton jelen levő űr.

Azt persze, hogy pontosan milyen kérdéseid vannak, és milyen válaszok vagy milyen értékek vonzóak számodra, neked kell tudnod. Ez teljesen egyéni. A számtalan út közül én most egyet fogok kiemelni, hiszen ez a cikk is ennek az útnak az inspirációjából született. Számomra a keleti tanítások voltak azok, amik változást hoztak az életembe, konkrétan a Bhaktivedanta



Hittudományi Főiskolának köszönhetően. Ez az út leginkább akkor lehet érdekes számodra, ha eljátszottál már a reinkarnáció, a karma, a meditáció, vagy a transzcendencia gondolatával, nyitott vagy az ősi keleti bölcsességekre, a Védákra, és persze minden egyéb fent említett kérdésre hiteles válaszokat szeretnél kapni, illetve akkor, ha már belefáradtál a keresgélésbe, csak szeretnél végre boldog lenni.

A főiskolán szép számmal akadnak hasonló értékrendű emberek, hasonló célokkal, és amikor így haladtok együtt az ösvényen, a bandukolás egy igazi, élettel teli táncvá változik, és sokkal könnyebbé válik.

Na mit gondolsz, legyen tánc?!

✉ felveteli.bhf.hu
Ādi-śakti Devī Dāsī





A BOLDOGSÁG NEM AZ, AMINEK MONDJÁK...

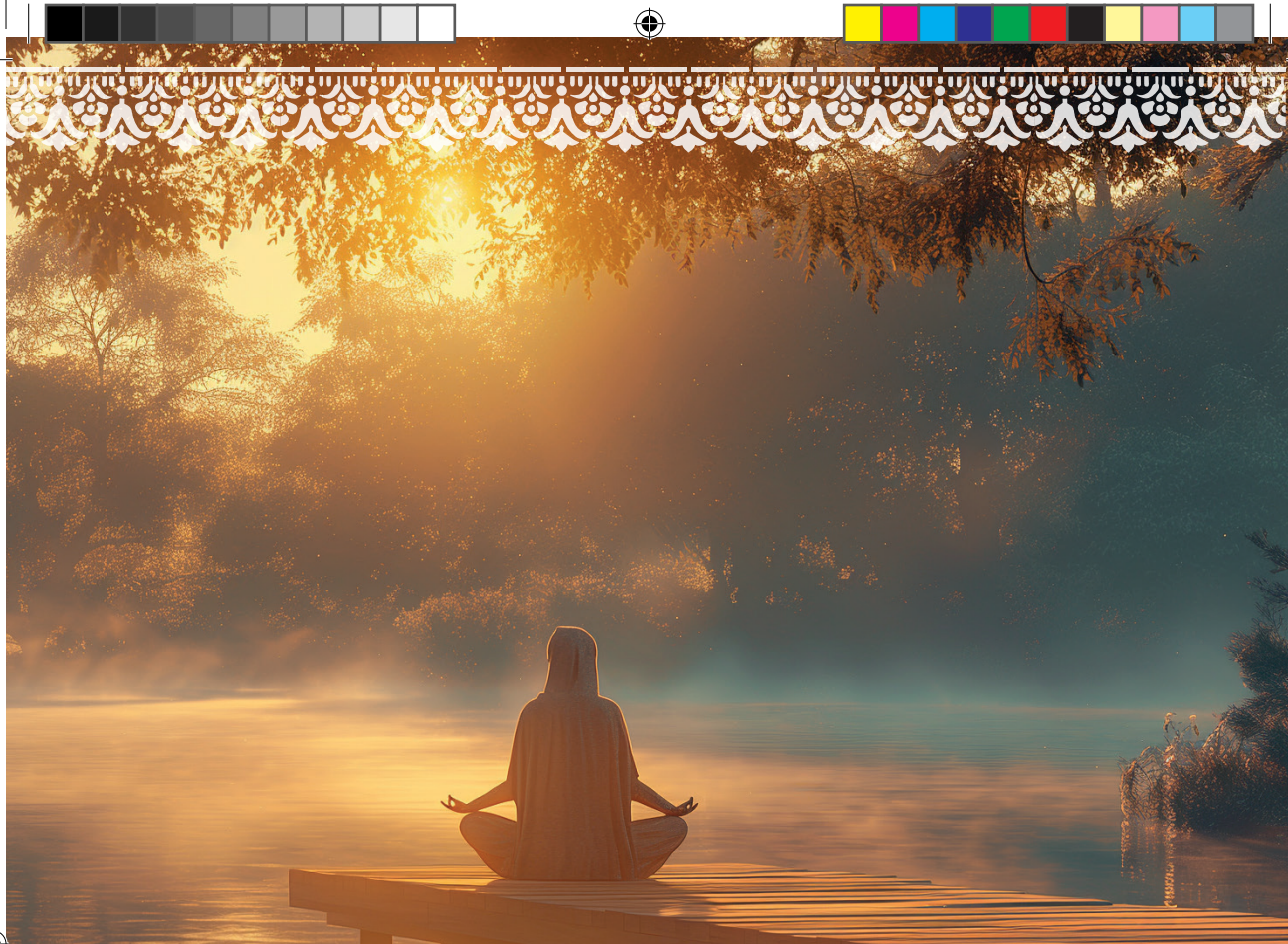
Egy szép, kellemes, felemelő állapot... vágyaink végső beteljesülése, önmagunk kibontakoztatása, kiteljesedése, a szerelmünk kivirágzása... vagy inkább az, ha ezeket meg tudjuk adni másoknak?

Nem túl hálás téma ez, gondoltam... hiszen a bölcsek azt mondják, ebben a világban mindenki csak beszél vagy hall a boldogságról. Mit írhatnék hát én erről? Annyi mindent hallunk mostanság róla. Az egyik véglet az, mikor azt állítják, hogy nincs boldogság, nem fontos és ne is keressük, főleg ne ebben a mulandó világban; a másik pedig az, hogy igenis van, csak tennünk kell érte: higgyünk az álmainkban, legyünk pozitívak, szeressük önmagunkat, és merjünk boldogok lenni!

Tehát akkor ki kell üresednünk, vagy nem? Aki életvidám és vannak elképzelé-

sei, terveit az életével kapcsolatban, az illúziókat kerget? Vagy neki van igaza, és mégis az a depressziós, aki azt mondja, hogy ne lelkesedjünk annyira, hisz „lesz ez még rosszabb is”? Vagy inkább az utóbbi a bölcs, és az a realitás, amit ő állít? Szóval akkor mit csináljunk? És főleg: mit ne?

Tinédzserként sokat tűnődtem ezeken... Remélem, te is, kedves Olvasó! Mert ugye **miért is kéne beletörődnünk abba, hogy a boldogságról csak hallunk? Miért nem természetes? Miért kell egyáltalán agyalnunk rajta?** Filozófiai könyveket írnak arról, hogy mi a boldogság? Miért? Eleve gyanús... Ez gyanakodásra ad okot, hogy itt valami el van rontva, vagy csalás áldozatai vagyunk. Ha a boldogság valami olyan dolog, amire mindenki vágyik, amit el kellene érünk,



akkor ez azt jelenti, hogy természetellenes helyzetben vagyunk. Éppen az, ami a legfontosabb számunkra, elérhetetlennek tűnik. Valamit szeretnénk, de nem az történik. Tehát nem vagyunk szabadok. Nem érezhetjük úgy magunkat, ahogy szeretnénk. Milyen különös... Boldogság, gyere haza... Az is lehet, hogy a boldogság otthon van, csak mi nem vagyunk otthon...

A felüdítő pálfordulatot az jelentette számomra, amikor néhány krisnás fiúval és lánnyal beszélgetésbe elegyedtem a budapesti Govinda étteremben. Bár azt ők is mondták, hogy a vágyaink beteljesítése nem vezet boldogsághoz, azt nem mondták, hogy ne legyenek vágyaink. Azt sem mondták, hogy ki kéne üresednünk, hogy aztán a semmin meditáljunk végte-

len nyugalomban. Nem. Ők lelki vágyakról beszéltek. Sőt, ami számomra még meglepőbb volt, még lelki testről is, ami elsőre nekem úgy hangzott, mint a „fából vas-karika”. De mégsem volt az. Azt mondták a *Bhagavad-gītā*, vagyis Kṛṣṇa szavai alapján, hogy a léleknek van formája, és a természete maga a boldogság. Vágyai is vannak, a boldogság keresése pedig szintén egy tőle elválaszthatatlan tulajdonság, tehát ezeket nem megtagadnunk kell, hanem megtisztítani – és a kettő nem ugyanaz! Mivel mindannyiunknak része van abban az érzésben – még ha eltérő módokon is –, hogy szeretnénk boldogok lenni, ez segíthet nekünk a rejtély megoldásában. A *Gītā* ugyanis azt mondja, hogy örök lelkek vagyunk, nem pedig ez az anyagi test. A lélek eredeti ter-



mészete jelenleg be van fedve, de felébreszthető. A *Bhagavad-gītā* 9.2 verse szó szerint azt állítja, hogy már ebben az életünkben valódi boldogságban lehet részünk. A lelki cselekedetek által lelki tapasztalatra, magasabb rendű ízre tehetünk szert. Ez a *bhakti-yoga* folyamata. A *bhakti* odaadást jelent. Isten iránti odaadást a gyakorlatban, a mindennapi életben. Hát ezt láttam én rajtuk. Felszabadultak, életvidámak voltak. Finom ételeket ettek, boldogan énekeltek, sőt, táncoltak is! Bizonyos szempontból teljesen lemondtak erről a világról, de mégsem tette ez őket passzívvá, savanyúvá vagy kedvetlenné.

Visszatérve a boldogsággal kapcsolatban fentebb említett kétféle elterjedt nézethez, azt láthatjuk, hogy a *Bhagavad-gītā* egyiket sem támasztja alá teljes mértékben, de érthetővé teszi, hogy miért érzünk vagy

gondolkozunk így vagy úgy a boldogság eme megfoghatatlannak tűnő kérdésével kapcsolatban.

Ha tapasztalt öreg rókák vagyunk, lehet, hogy ráeszméltunk már, hogy ez a világ átmeneti, szenvedésekkel teli és végül is nem ad boldogságot, tehát nem ez az eredeti otthonunk. De mivel nincs tudásunk az önvalónk, a lélek eredeti tulajdonságairól, formájáról, természetéből adódó tetteiről, sem pedig Isten formájáról és cselekedeteiről, így nem tudunk tovább jutni ennél a féligazságnál.

Ha pedig nagyon optimisták vagyunk, és nem hagyjuk, hogy letörjenek minket a rossz tapasztalatok, akkor is szembesülni fogunk lehetőségeink végességével. Sok problémán átlendülhetünk ezzel a proaktív hozzáállással, de amikor találkozunk a megváltoztathatatlannal, például a halállal, mélyebbre kell ásunk ennél. Kell az a bizonyos transzcendencia. Az a dolog, ami nem anyagi. Hogyan tudnánk a bol-





dogságot és az ahhoz való jogunkat értelmezni enélkül?

A jó hír pedig az, hogy ezt a természetes, belülről fakadó boldogságot még tudatos erőfeszítés nélkül is megtapasztalhatja az ember.

Hogyan? Én ezt látom szinte minden vendégünk arcán Krisna-völgyben. A Búcsún több ezer ember sétál önfeledten, látszólag ugyanolyan fűvön és ugyanolyan fák alatt, amilyenek máshol is nőnek. Mégis mindig többszáz visszajelzést kapunk a vendégeinktől, amikor arról írnak, hogy az ételek, a hangulat, a zene – és minden más itt nálunk – adott nekik valami megfoghatatlanul boldog érzést, amit az addigi tapasztalataik alapján nem tudtak megmagyarázni. Ez az, amikor a lélek találkozik olyan dolgokkal, amelyek emlékeztetik az eredeti helyzetére, ami nem más, mint hogy

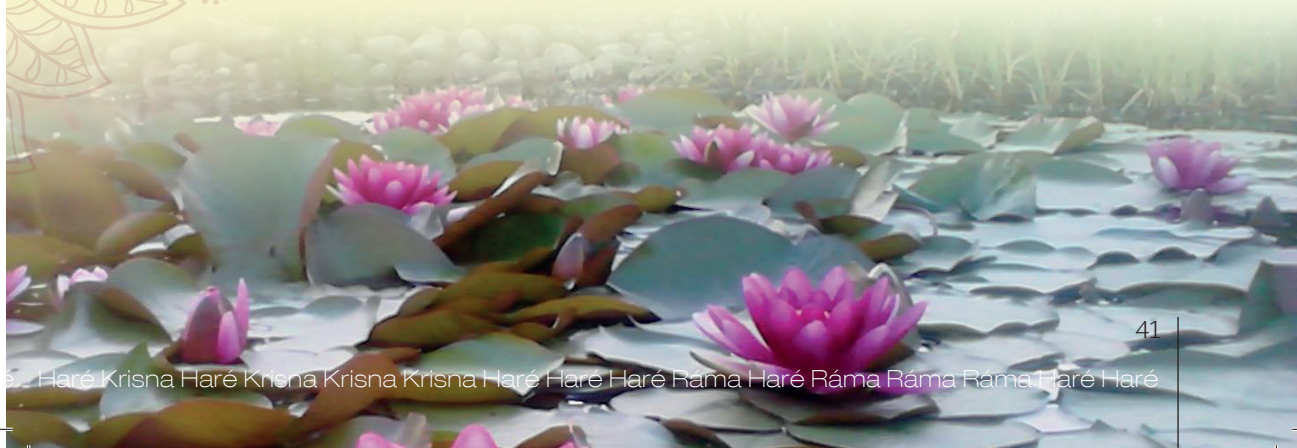
Istenhez tartozik és Isten szerves része. Ilyenkor az önvalónk újra él és lélegzik, mint egy hal, ami a partról visszatalált a vízbe.

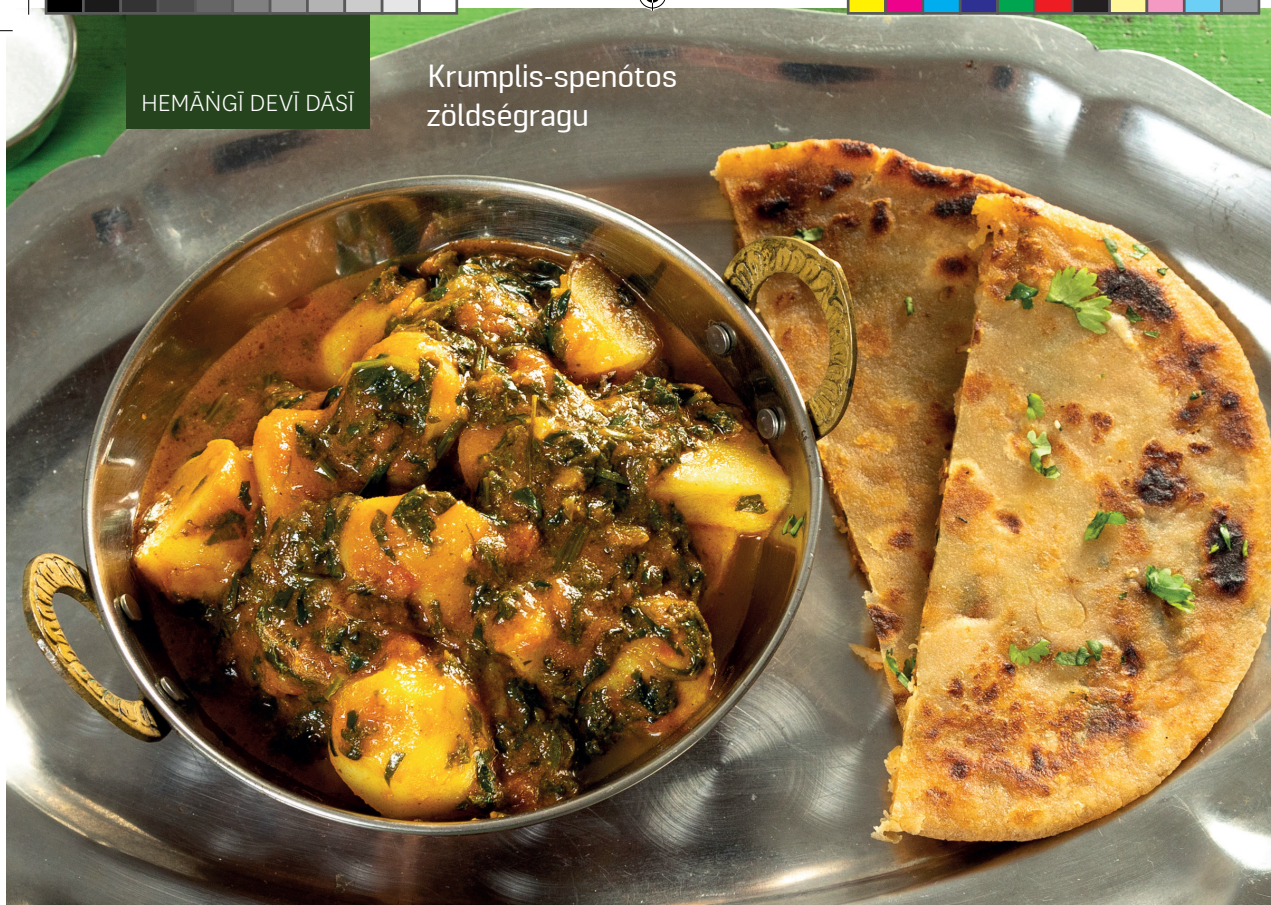
Mindenki megtapasztalhatja a boldogságot. Hogy a legfontosabb közhelyet ki ne hagyjuk, mondjuk ki: belül van. De hogyan ízelhetjük meg? Mi a titok? Miért nem olyan az az étel vagy a lombos fák árnyéka máshol is? Hogyan vihetjük magunkkal ezt a hangulatot vagy ezt a tudást, hogy mindig velünk maradjon? Hogyan vihetjük haza a boldogságot? Vagy hogyan térhetünk haza oda, ahol ez eleve természetes? Oda, ahol senki sem keresi a boldogságot, és senki sem felejtette el önmagát és a kapcsolatát Istennel?

Kérlek, ha eljössz Krisna-völgybe, tegyél félre minden elvárást, amit a boldogság megélésével kapcsolatban támasztottál eddig magadban! Úgysem lesz semmi olyan, amilyennek gondoltad. Csak hagyd, hogy tanulhass valami újat önmagadról! Ne várj csodát, mert amikor nem várod, éppen akkor fog megtörténni! Legyél mégis mohó, hiszen végre ott vagy, ahol az élet legfontosabb kérdéseiről lehet beszélgetni, és ahol a legélvezetesebb formában lehet mindezt megtapasztalni.

Gyere, és találj haza egy kicsit!

Vallabhi-kānta Dāsī





vega
varázs

Alu palak

HOZZÁVALÓK:

- 3 ek olaj
- 2 kk római kömény
- 2 apró szárított csili
- diónyi reszelt friss gyömbér
- ½ kk aszafoetida
- 2 kk őrölt koriander
- ¾ kk kurkuma
- 2 paradicsom lereszelve
- 2 kk methilevél
- 70 dkg krumpli megpucolva, felkockázva
- 15 dkg spenót felaprítva
- 2,5 kk só
- ½ kk garam maszala

ELKÉSZÍTÉSE:

Egy lábosban felmelegítjük az olajat, illatosra pirítjuk benne a római köményt. Belemorzsoljuk a szárított csilit, hozzáadjuk a gyömbért, és néhány másodperc után rászórjuk a porfűszereket: az aszafoetidát, a koriandert és a kurkumát. Elkeverjük, és rögtön beleöntjük a reszelt paradicsomot. 3-4 percig kevergetve sűrítjük. Ha megvan, beletesszük a methilevelet és a krumplit, és felengedjük annyi vízzel, ami nagyjából ellepi. Fedő alatt addig főzzük, amíg a krumpli majdnem teljesen megpuhul. Ekkor belekeverjük a spenótot is, megsózzuk, és további 5 percig főzzük. Végezetül elkeverjük benne a garam maszalt, és elzárjuk alatta a lángot.

vegavarazs.hu • fozoiskola.108.hu

Śrīla Prabhupāda könyvei



A Bhagavad-gītā úgy, ahogy van

A *Bhagavad-gītā*, melyet India lelki bölcsességének tartanak, a rendkívül mély védikus tudás alpműve, amely az élet lényegét érintő kérdésekkel – az ember alapvető természetével, az őt körülvevő világgal, valamint Istenhez fűződő kapcsolatával – foglalkozik.

976 oldal, kötve, színes illusztrációkkal

Śrīmad-Bhāgavatam (1–10. ének)

E tizennyolcezer versből álló monumentális alkotás, melyet „a védikus irodalom fája érett gyümölcsének” neveznek, a védikus tudás legteljesebb és leghitelebb magyarázata.

Kötetenként 800–1200 oldal,
kötve, színes illusztrációkkal

Prabhupāda • A tökéletesség útja • Śrī Īsopaniṣad • A bölcsesség királya • Az odaadás nektárja • Az Úr Caitanya tanítása

Kiadványaink megrendelhetők webshopunkban.
A könyveket postai utánvétellel küldjük ki.

www.lelekpaloata.hu/konyvbolt
www.bolt.krisnavolgy.hu



KRISNA

1+1%

RAJTUK SEGÍTESZ, HA MINKET TÁMOGATSZ

FELAJÁNLÁSHOZ
SZKENNELD BE!



Támogasd adód **1+1%**-ával
a **Krisna Egyház** ételosztó munkáját!



EGYHÁZI 1%:

0389

MAGYARORSZÁGI
KRISNA-TUDATÚ HÍVŐK
KÖZÖSSÉGE

CIVIL 1%:

18095575-1-41

ÉTELT AZ ÉLETÉRT
KÖZHASZNÚ
ALAPÍTVÁNY

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ: WWW.EGYHAZI.HU