

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



#KÖRNYEZETVÉDELEM

**VÁLSÁG vagy
VÁLTOZÁS?**

**AZ IGAZSÁG
PILLANATA,
AVAGY:
ÉBRESZTŐ**



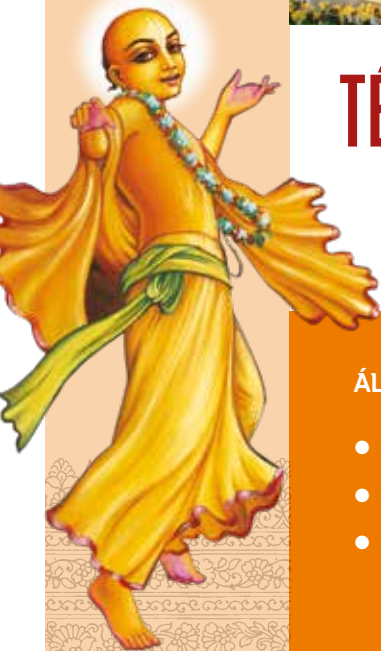
**A TEHENEK
MEGMENTIK
A BOLYGÓT**



A MAGYARORSZÁGI KRISNA-TUDATÚ HÍVŐK KÖZÖSSÉGÉNEK MAGAZINJA



HARÉ KRISNA
TEPLOM



CÍMÜNK: 1039 BUDAPEST,

LEHEL UTCA 15-17.

(TÉV. CSILLAGHEGY MEGÁLLÓ –
A BATTYÁNY TÉRRŐL 20 PERCNYIRE)



TÉGED IS VÁR A LÉLEK PALOTÁJA!

Káprázatos környezetben, családi hangulatban várjuk vendégeinket. Lép be India mesés világába!

ÁLLANDÓ PROGRAMJAINK

- Előadások, tanfolyamok
- Vega Kaland indiai főzőtanfolyam
- Vasárnaponként 14 órától vendégváró program tradicionális indiai zenével, filozófiai előadással

KAPCSOLAT: +36 30 381 0504

Facebook: Lélek Palotája

SZERVEZETT LÁTOGATÁSOK

- **Egyénileg** a hét bármely napján
- **Csoportoknak:**
Választható kulturális programkínálattal
Bejelentkezés szükséges
- **Iskolai osztályoknak:**
Kihelyezett rendkívüli óra
Bejelentkezés szükséges

Iratkozz fel hírlevelünkre a www.lelekpilotaja.hu weboldalon!

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 *gauḍīya-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 rendelkez, világméretű misszióvá vált. Írásai a védikus filozófia, vallás, irodalom és kultúra igazi könyvtárát alkotják.

Tartalom

Kṛṣṇa-tudatos tettek	4
Az igazság pillanata, avagy: ébresztő	6
A természet mögé rejtett természet	10
Válság vagy változás?	14
Városi kertész	18
Önfenntartó ruházat	26
Görbe tükör	30
A tehenek megmentik a bolygót	32
Tiszta lakás, boldog Föld	36
Fessünk a természet színeivel	38
Kérdések és válaszok a Kṛṣṇa-tudatról	40
Recept – Kókuszos zöldbab	42



A LAP MUNKATÁRSAI: **Felelős kiadó:** Manorāma Dāsa; **Szerkesztő:** Hemāngi Devī; **Olvasószervező:** Madhupati Dāsa; **Művészeti vezető:** Magyar Zsuzsanna; **Nyomdai előkészítés:** Sundara-rūpa Dāsa; **Fotók:** Premamoya Dāsa, Pārtha Dāsa, www.depositphotos.com.

KIADJA: a Magyarországi Krisna-tudatú Hívók Közössége, 1039 Budapest, Lehel u. 15-17., Tel.: (1) 391-0435, E-mail: info@krisna.hu
© 2020 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. **ā** – mint az **á** az **akác** szóban (kétszer olyan hosszú, mint a rövid a); **e** – mint az **é** az **élet** szóban; **ī** – mint az **i** 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, jh, dh** – mint a **cs** és a **h** együtt, a **dzs** és a **h** együtt valamint a **d** és a **h** együtt; **s** – mint az **sz** a **szép** szóban; **y** – mint a **j** a **jég** szóban. Tehát a Kṛṣṇa szót Krisnának, a Caitanya szót pedig Csaitanyjának ejtjük.

KRŠNA-TUDA



Egy indiai úr: Milyen tetteikkel szerezhethet az ember jó *karmát*?

Śrīla Prabhupāda: Jó *karma* az, amit a Védák előírnak. Nevezetesen azt írják elő, hogy az ember mutasson be *yajñát*. A *yajña* olyan tetteket jelent, amelyeket az Úr Viṣṇu, az Istenség Legfelsőbb Személyisége elégedettségére hajtottak végre. A jó *karma* tehát a védikus irodalom előírásaival összhangban végrehajtott *yajñákat* jelent. A *yajña* célja pedig az, hogy elégedetté tegyük vele a Legfelsőbb Urat. Jó, törvénytisztelő polgár az, akinek a tettei elégedetté teszik a kormányt, a jó *karma* pedig az, amelyik elégedetté teszi az Úr Viṣṇut, a Legfelsőbb Urat. Sajnos a modern civilizáció még azt sem tudja,

mit jelent az, hogy az Istenség Legfelsőbb Személyisége, nemhogy elégedetté akarná tenni Őt.

Az embereknek erről fogalmuk sincs, csak az anyagi tettekkel foglalkoznak.

Ezért mindegyikük csak rossz *karmát* hajt végre, aminek következtében

ÁTOS TETTEK

(BESZÉLGETÉS 1972. FEBR. 29.)

szenved. Vak vezet világtalant, s aztán mindkettő szenved a rossz *karmától*. Ezt nagyon könnyű megérteni: ha az ember elkövet valamilyen gaztettet, szenvedni fog miatta. Ha pedig tesz valami jót az államnak vagy a népnek, elismerik, sőt, még ki is tüntethetik érte. Ez a jó és a rossz *karma*. A jó *karma* tehát azt jelenti, hogy az embernek valamilyen anyagi boldogságban, a rossz *karma* pedig azt, hogy valamilyen anyagi szenvedésben van része. A jó *karma* révén jó születést, jó családot, vagyont, pénzt kaphat. Lehet, hogy tudós lesz, és lehet, hogy szép is. [Eltelik egy kis idő.]

Bob: Mi a helyzet azzal az emberrel, aki aki nem sokat tud Istenről, de...

Śrīla Prabhupāda: Akkor ő egy állat. Az állat nem tudja, mi a jó. Aki nem tudja, mit jelent az, hogy Isten, vagy aki nem próbálja megérteni, kicsoda Isten, az egy állat. Az állatoknak négy lábuk van, ennek viszont csak kettő. Darwin elmélete szerint ők majmok. Tehát bárki, aki nem tudja, kicsoda Isten, vagy nem próbálja megismerni Istent, nem több egy állatnál.

Bob: Mi a helyzet az ártatlan emberekkel?

Śrīla Prabhupāda: Az állat nagyon ártatlan. Akkor sem fog tiltakozni, ha elvágod a torkát. Az ártatlanság tehát nem a legjobb tulajdonság. Az állatok egytől egyig ártatlanok. Éppen ezért elvághatod a torkukat. Ha tehát valaki ártatlan, az nem egy túl jó tulajdonság. Mi inkább azt ajánljuk mindenkinek, hogy legyen nagyon-nagyon intelligens, és akkor majd megértheti, kicsoda Kṛṣṇa. Naiv, tudatlan tökfilkónak lenni nem a legelőnyösebb dolog. Az egyszerűség, az egy más kérdés, de attól még nem kell ostobának lenni.

Bob: El tudná még egyszer magyarázni, mit jelent az intelligencia?

Śrīla Prabhupāda: Az intelligencia azt jelenti, ha valaki tudja, hogy ki ő, mi ez a világ, kicsoda Isten, és mindezek között mi a kapcsolat, akkor az ilyen ember intelligens. Az állat nem tudja, hogy ő kicsoda. Azt hiszi, hogy egyenlő a testével. Ugyanígy, ha valaki nem tudja, hogy ő kicsoda, akkor nem lehet intelligens.

ÉBRESZTŐ!

Amikor ezeket a sorokat írom, a Föld szinte valamennyi országában rendkívüli helyzet van, folyik a küzdelem az új koronavírussal, és már százezrek haltak meg a vírusfertőzéssel közvetlenül kapcsolatba hozhatóan.

Az aktuális probléma a felszínen járványügyi kérdésnek látszik, azonban egyre többek számára nyilvánvaló, hogy szorosan összefügg más válságjelenségekkel: a klímaválsággal, a világ-gazdaság globalizációja katasztrofális következményeivel, a Föld kincseinek a kifosztásával, és a kegyetlenség általánossá válásával mind az állatokkal, mind az emberekkel szemben.

MIT MOND A TUDOMÁNY?

2019 októberében a kiváló magyar tudósokat tömörítő Felelős Értelmiség mozgalom szimpóziumot rendezett „Klímaváltozás és Magyarország” címmel. A szimpózium előadásai alaposan körbejárták a témát: foglalkoztak az éghajlatváltozás váratlan gyorsaságával, a vízkörforgás változásaival, a népességrobbanással, a mohó civilizáció más fajokra veszélyességével, az erdők kiirtásával, a talajpusztítással.

Rámutattak arra is, hogy a klímaváltozás azzal, hogy az évszázadok, évezredek alatt kialakult védekezési mechanizmusokat feldúlja, új és rettentő betegségeket szabadít az emberekre és állataikra is.

Az elsőprő természeti változások a társadalmakra is hatnak: globális népvándorlást indítanak el, amelynek a gazdag országok csak ideig-óráig tudnak ellenállni. A gazdaságban is lényeges átrendezéseket okoz: előtérbe kerülnek a környezetet óvó, a visszafordíthatatlan folyamatokat visszafordítani próbáló termékek és eljárások, megváltozik az árstruktúra és az adóztatás, a jogrend is igyekszik leképezni a világ változásainak megértését.

A szimposium előadói bármennyire is igyekeztek sokoldalúan megközelíteni a kérdést, egyöntetű volt, hogy mind a jelenségek okait, mind a megoldásokat illetően kizárólag az anyagi szinten maradtak, azaz a fizika, kémia, biológia, közgazdaság, jog anyagi tudományai terén keresték azokat. Egyik előadás sem firtatta igazán, hogy hol van a problémák gyökere.

Pedig évszázadokig egész jól ment minden. Igaz, időnként válságok voltak, de azért hosszabb távon növekedett a gazdaság, mindig volt elegendő nyersanyag és energia. Vagy mégsem?

Már az 1970-es évek első felében világossá vált, hogy a növekedés fenntartásának ára, hogy az emberiség többet fogyaszt a Föld kincseiből, mint ami újratermelődik. Kenneth Boulding kiváló közgazdász (1910-1993) már 1973-ban megmondta, hogy: **„Aki azt hiszi, hogy egy véges világban az exponenciális növekedés örökké tart, az vagyőrült, vagy – közgazdász.”**

De a világgazdaságban a GDP növekedése azóta is a megkérdőjelezhetetlen jó, szinte a Szent Grál, és mit sem számít, hogy



eközben leraboljuk a bolygót, teleszemeteljük a földet és a vizeket, sivatagot csinálunk a gazdag rónaságokból és egyre kevesebb embernek jut tiszta ivóvíz és beszívható levegő.

Most azonban itt a baj, és ezt már szinte mindenki látja.

HOGYAN JUTOTTUNK IDÁIG?

A védikus szentírás, a Śrī Ísopaniṣad kimondja: **„A világegyetemen belül az Őr irányít minden élő és élettelen, s minden az Ővé. Az embernek ezért csupán azt szabad elfogadnia, amire szüksége van, s ami őt illeti meg. Minden mástól tartózkodnia kell, jól tudván, hogy az kihez tartozik.”** „Köszí, Isten, de mi jobban tudjuk, mi jó nekünk” – ez volt az úgynevezett felvilágosodás, az újdonsült kapitalizmus ideológiája, ami Isten helyett az embert helyezte a figyelem középpontjába.

Ennek az új szemléletnek a része, hogy a természetet személytelennek tekintjük, holt tárgynak, amivel azt csinálhatunk, amit akarunk. Ez a személytelenség vezet

oda, hogy a Földanya javaival tiszteletlenül bánunk, pocskoljuk, és azt is eltulajdonítjuk, ami nem nekünk lett szánva.



A kapitalizmusban a gazdasági tevékenységek célja nem a valós szükségletek kielégítése lett méltányos haszon mellett, hanem a profit vált öncéllá. A szükségletek nem adnak teret a piac bővülésének? Nem baj, majd teremtünk álszükségleteket, és megtervezzük a dolgok élettartamát, hogy minél előbb újat vegyen belőle a fogyasztó. Mit számít, hogy eközben mindent előnt a szemét? A fő az, hogy bővüljön a piac, növekedjék a profit.

A tőzsdei cégek menedzsmentjének ellenőrzésére előírjuk, hogy negyedévenként kötelesek jelenteni a gazdálkodás eredményeit. Kit érdekel, hogy ezáltal megöljük az előrelátást, hogy a vezetés csak rövid távra gondolkozhat? Fő, hogy negyedévről-negyedévre meglegyen az elvárt profit, amihez persze hatékony, olcsó munkaerő kell, tehát legjobb, ha a termelést kiszervezzük olyan országokba, ahol elég olcsó a rabszolgamunka. A saját országunk munka nélkül maradt polgárai-

nak meg kitalálunk valami állást a szolgáltató szektorban, mint például a turizmus, adunk hozzá filléres repülőjáratokat, hogy pörögjön, vagy lökünk nekik valami segítyt, mert persze a fogyasztásukra szükség van a profit realizálásához.

Felpörgetjük a korábban a jómódúak kiváltságának tekintett húsevést is, hadd érezzék a tömegek, hogy emelkedett az élet-színvonaluk.

Mindez együtt remek receptjét adja **a teljes katasztrófának.**

Nem véletlen, hogy a járvány egy vuhani húspiacról indult, és egyik első eredménye a rendkívül környezetkárosító légiközlekedés 95%-os csökkenése volt. Számos helyről a korábban erősen szennyezett levegő és vizek feltisztulását jelentették. Nyilvánvaló, hogy ezek a változások kijelölik, hogy merre kell az emberiségnek haladni, ha el akarja kerülni a teljes pusztulást. Ugyanakkor a világ vezetői még mindig abban reménykednek, hogy a járvány egyszer elvonul és minden visszarendeződhet a korábbi „normális” állapotba: újra indulhat az esztelen tömegturizmus, a fapados repülés, ismét dugókkal lesznek tele a nagyvárosok... Mostanra bebizonyosodott, hogy ez fenntarthatatlan.

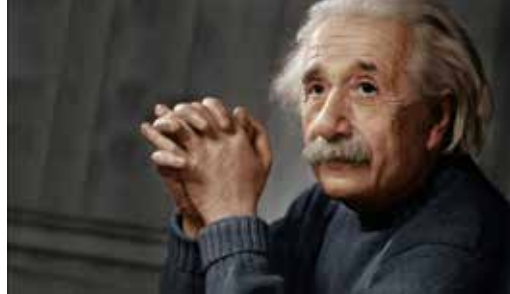
HOGYAN FOGJUNK MAJMOT?

Indiában sok helyen élnek a városokban majmok, nem kis rendetlenséget, kellemetlenséget okozva. Nos, van egy módszer arra, hogyan lehet majmot fogni.

Kell keresnünk egy olyan épületet, amelynek az ablakát rács takarja, majd el kell

helyezzünk egy narancsot az ablak belső párkányára és nyitva kell hagynunk az ablakot. Perceken belül akad olyan majom, aki felfedezi a csemegét, benyúl a rácson és ki akarja venni. Igen ám, de a tele marka már nem fér ki a rácson. Mi a választása? Vagy elengedi a narancsot, tehát lemond róla, és kihúzza a kezét, vagy nem engedi el, de akkor fogságba esik. A majom nem képes lemondani a kedvenc gyümölcséről, és azon az áron is ragaszkodik hozzá, hogy szabadságát, akár életét is kockáztatja.

Nos, a világ politikai vezetői és pénzmágnásai a majmok példáját követik: talán sejtik, hogy a világ már nem lesz soha olyan, mint amilyen volt, hogy súlyos áldozatok árán, de teljesen új gazdasági paradigmára van szükség, azt azonban nem képesek elfogadni, hogy a növekedés fenntarthatatlan és csak szenvedést hoz egyre több és több embernek: nem képesek **elengedni a narancsot**.



ÁLLÍTÓLAG EINSTEIN MONDTA

Egy sokat idézett, Einsteinnek tulajdonított, de valójában valószínűleg a népköltészet kategóriájába tartozó bölcsesség szerint: **Nem tudjuk a problémáinkat azon a gondolati szinten megoldani, amelyen okoztuk őket.** Nos, ha a jelenlegi válságos helyzetbe végső soron az juttatott bennünket, hogy Istent kiakolbóltottuk a társadalom figyelmének a középpontjából, akkor talán ezt a hibát kellene helyrehozni és visszahelyezni jogaiba Őt. Más, technikai, anyagi megoldásban nem reménykedhetünk. Ha Őfelé fordulunk, és legalább őszintén megpróbáljuk törvényeit követni, akkor még van egy esélyünk a teljes megsemmisülés elkerülésére. Ehhez a világnak vissza kellene térni a négy brahminikus elvre: a tisztaságra (amely nem csak fizikai, hanem erkölcsi tisztaságot is jelent); a lemondásra, azaz a fogyasztásunkat a tényleges szükségletünk szintjére csökkentve uralkodni vágyaink felett; a kegyességre – megszűntetni az állatok és embertársaink elleni erőszakot, első lépésként a húsevést drasztikusan csökkentve; valamint az igazmondásra. A kríziskezelés előtt tornyosuló anyagi akadályok Isten, Kṛṣṇa számára nem léteznek: ha őszintén követjük parancsait, az emberiség megmenekülhet.

Madhupati Dāsa



A TERMÉSZET MÖGÉ REJTETT TERMÉSZET



A december végi nap szikrázóan, mégis óvatos duhaj módjára sütött. A felhők a dél igéző szavát követve nagy rendben masíroztak el felőlem. Nyáridő vibrált mindenhol. Már egy fél órája sétáltam mezítláb a mantra meditációmba merülve, mikor észrevettem, hogy valóban nem látok már egy élő embert sem.

Myanmar egy rejtett szegletében járunk. Annak is egy még rejtettebb tengerpartján. Volt valami megmagyarázhatatlan könnyedség, ami az egész myanmari tartózkodásunkat áthatotta. Ez a felhőtlen könnyedség most még inkább elhatalmasodott rajtam. Kisgyerekként kurjongatva

csúsztam le a meredekebb homokpartokon, menekültem a hullámok elől, szaladtam az utolérhetetlen kis rákbébik után, vagy ültém be két pálmafa rejtekébe, mint titkos megfigyelő, gyermeki ártatlansággal kémelve a végtelent, ahová a tenger fordul a horizont mögött...

Nagy örömben végül rádöbbsentem, hogy annyira egyedül vagyok, hogy már nem is vagyok egyedül. Ilyen ez, csak egy kicsit kell jobban figyelni. Mintha egy sokkal mélyebb, több jelentéssel és szépséggel fölruházott belső, lelki tenger áradt volna rá a világra, hogy e mentén kezdjen még mélyebb értelmet nyerni a külvilág is a sze-



mem előtt, ahogyan újra a mantra meditációba merültem.

Az életet adó és szikrázóan simogató nap fénye úgy tűnt, mintha egy másik világ szeretettel teli fényét tükrözné a világunkba, jelezve, hogy „gyertek, ott az élet, ahonnan én jövök, azt akarom nektek mutatni, hogyan él és ragyog minden ott a boldogságtól. És az az ott már itt van.” Gyerek módjára vágyakozva néztem az eget. Az eget, amit a nap szerető fénye kékké varázsolt, az egyetlen arra alkalmas színnel befogva így a végtelent.... És bámultam az égen játékos módon egymással incselkedve bukdácsoló felhőket, melyek szintén egyre jobban

értelmezhető jeleket küldtek minden mozdulatukkal.

Hiszen nincs olyan jel, ami ne hordozna jelentést. Ahogyan a rádió nélkül a rádióhullámok sem állnak össze értelmes műsorrá, úgy, ha nincs hozzá meg a megfelelően működő vevő berendezésünk, akkor jelentés nélküli, érthetetlen és élettelen dolgok sivárságába fordul a valóság is. Csak egy részben értelmezhető valóság bontakozik ki a szemünk és tudatunk előtt. Alig érthető valóság, amit látszólag véletlenül és céltalanul fújt össze a tengerparti szél. De valóban értelmes fogalom a véletlen, nem csak a hiányos tudásunk szinonimája? Ha jobban

belegondolunk, akkor a bennünket körülvevő dolgok, jelenségek értelméről, vagy egyáltalán a létezésünk okáról sem tudunk igazán semmit. Ismerős? Csak őszintén! A valóság azonban gyönyörű, és minden rezdülésében jelentéssel teli. És minél mélyebbre hatolunk, annál inkább láthatjuk, hogy minden értelmet nyer, minden áramlik, minden él. Minden jel egy mélyebb dimenzióban nyer jelentést. Minden jel egy mélyebb életminőségben formálódik hanggá, majd énekké. Minden jel egy mélyebb élet felé mutat. És nem is akármilyen felé. És nem is akárkinek az élete felé...

A nap kicsattanó örömben úszó fénye, a zúgó-morajló tenger hullámainak nyugtalan lelkeket simogató bővölete, a partra feszülő vadon elhaló neszekkel hívogató titokzatos suttogása, a bűgő-zizegő-vibráló atmoszféra felfokozott várakozása, az új kalandok ígéretével hívogató végtelen horizont, a meleg homok minden lépésnek támaszt adó biztossága, az ide-oda futkosó, izgága kis rákok játékosága... Ez mind-mind Ő. Ez mind az Ő személyének a varázsa. De közben Ő személye független is mindezekről...

(Reméljük) mindannyian sokszor érezzük, ihletett, vagy manapság divatosabban szólva: flows pillanatunkban, hogy megáll az idő, megszűnnek a gondolataink, és valami megmagyarázhatatlan nyugalom, szépség, netán gyönyörűség jár át bennünket a kisujunktól a fejünk búbjáig. Hol egy elbűvölő zenei kompozíció, hol egy letaglózó festmény, hol a természet szépsége, hol egy szívrünkig ható költemény, regény, beszélgetés, vagy egyszerűen csak az elmélázásból lett elmélyülés váltja ezt ki belőlünk. Sokan úgy

gondolják, hogy ez a nagy „Egységbe” való beolvadás előszele, az egységtudat megtapasztalásának az előszobája. De ha jobban megnézzük, ezek nem egynemű tapasztalások, hanem végtelenül változatosak. Nem is beszélve a forrásukról.

Ezek valójában Isten végtelenül változatos tulajdonságainak, személyiségének a megtapasztalásai. Igen, **az egységes lelki természet áll az árnyékvilágunk mögött, az ad neki jelentést, az „támasztja”, hogy élőknek tűnjön.** De miért vetjük el a lelki természet változatosságát? Miért vetjük el Istent, mint személyt és az ő változatos lelki világát? Milyen valódi okunk van rá, a „nagy gondolkodók” által ránk erőltetett „egységtudat” gondolati sémáin túl? Hiszen a változatosság, a forma szintén ebből a lelki természetből tükröződik az egysíkú és egynemű anyagra. Miért pont a változatosság és a forma lenne illúzió? Miért nem a változatlanság és formánküliség az illúzió? Pontosan a változatosság és többrétű szépség (is) jelzi, hogy a lelki világ is végtelenül változatos, és nem „egynemű”. Az ottani szépség, kapcsolatok és személyes lét tükröződik a mi világunkban is...

Vagyis Isten világáról, Isten szépségéről, változatos tulajdonságairól lebben fel némi-
leg a fátyol bármikor, amikor akárcsak egyszerűen jó érzés tölt el bennünket valami hallatán, vagy valami láttán, vagy valamit megértve, megérezve. **Istent „látjuk” ilyenkor.** Csak még felhők fedik a tudatunkat, és nem látjuk a napot a maga teljes valójában. Csak az átszűrődő fényét. Azonban ahogyan egyre jobban tisztul a tudatunk a tévképzetek, illúziók felhőitől, úgy fog megjelenni

egyre több fény, és majd a nap is feltárja magát a maga teljes valójában.

Persze, kellemes dolog mindig csak távolról gyönyörködni Isten, a világ szépségében. Jární a világot, újabb tiszta és lelket simogató élmények reményében. Megejtően ártatlan és jószívú emberekkel találkozni. Olvasni egy újabb magával ragadó történetet, annak megmagyarázhatatlan nyugalmat sugárzó sodrásába merülve. Hátradőlni, hogy milyen felemelő volt egy beszélgetés a barátunkkal vagy szerelmünkkel.... stb stb. De valóban meg akarunk itt állni? Bármilyen kellemes is ez, bármennyire is azt valljuk, hogy mi „élményeket gyűjtünk, nem tárgyakat”, ezek az élmények vajon mennyivel maradnak tovább velünk, mint a tárgyak? Valóban ennyi csak az élet, és mindez céltalanul elvész a halálunkkal?

Minden ilyen megtapasztalásunk csak valami sokkal nagyobb, sokkal mélyebb, és szebb dolog: a teljes, gyönyörű valóság, Isten valóságának az előszobája. Ne pazaroljuk el az életünket, hogy örökké csak az előszobáig akarunk eljutni, ott toporogva, kellemes érzések és élmények után csorgatva a nyálunkat, majd megelégedve a kellemes langy-melegséggel. Tudomást sem véve arról, hogy az előszoba ajtaján túl ott a valódi csoda. Ő és az ő végtelenül változatos, és minden rezdülésében szépséggel és szeretettel teli világa olyan, mint a gyönyörűen ragyogó Nap az életünkben. Nem véletlenül hívják úgy, hogy „mindenkit vonzó”, szanszkritul: Kṛṣṇa.

Acyutānanda Dāsa





VÁLSÁG *vagy* VÁLTOZÁS?

Az emberiség válságok háborgó tengerén küzd lélekvesztőjében. Környezeti, gazdasági, társadalmi és leginkább lelki téren élünk át újabb és újabb kríziseket. Nem szükséges jóstehetség vagy huhogó katasztrófavárás, tudományos számítások és szentírások egyaránt részletes tényekkel és prognózisokkal szolgálnak egy nem túl biztató jövőképről. Mégis, milyen kiút van az egyén és a közösség számára e komplex krízisek hálójából?

A természetes rendszerek szempontjából nincsen válság, csak változás van.

Az ember felfogásában persze ez válságként is vetülhet. A fajok eltűnése, az élőhelyek megváltozása, a környezeti feltételek változása, mind-mind úgy tűnik, válságos helyzetet mutat. És ha az okát nézzük (már-mint a mohó és önző emberi tevékenységet), akkor valóban válságos a kimenet, mert ezekben a megváltozott környezeti feltételekben már nem olyan kényelmes és gondtalan az emberi élet. Csorbulnak a lehetőségeink az élvezetekre. El kell fogadnunk – egyéni-

leg és közösen is – a vétkeinkért a büntetést, ez az anyagi világ törvénye. A törvény nem ismerése pedig nem mentesít...

A természetes rendszerek flexibilitása viszont hatalmas, és még a modern ember hibáit is képes kompenzálni. Ahogy az elmúlt 10-100 ezer vagy sok csillió évben több – a mostaninál nagyobb mértékű – éghajlat-változáson is átesett a bolygó, és nagyjából az történt, hogy átalakult egy-egy élőhely diverzitása és faji összetétele: a jégkorszakban nem fák nőttek, hanem a sarkvidékek flórája és faunája terjedt ki, a melegebb időszakokban pedig néha nem 20 cm-rel, hanem 20 m-rel nőtt a világtengerek szintje (ld: a legutóbbi jégkorszakot követően hogyan töltődött fel a Fekete-tenger alig 10 ezer éve a Földközi-tenger vizével, elég sok drámát hagyva maga után). Ezekben még nagymértékű fajpusztulás is benne volt. Sokszor.

Vitathatatlan, hogy a jelenlegi helyzet kialakulásában nagyon nagy az emberiség felelőssége. A földtörténeti múltban szinte példátlan a szén-dioxid szint emelkedésének mértéke és az éghajlati változás gyorsasága. A fajok pusztulását főként az élőhelyek minőségi és mennyiségi romlása, másrészt az alkalmazkodó-képességüket meghaladó időlimit okozza. (Pl.: Izoterma eltolódás - a jégkorszak után a tölgyek terjedési sebessége 50 km/évszázad volt, most 500 km/évszázad vándorlásra kényszerülnének, ha tudnának...)

Azt viszont nem lehet figyelmen kívül hagyni, hogy az ökológiai rendszerek sokkal nagyobb túlélők, és a megváltozott körülményekben az ÉLET folytatódni fog. Az ember-



nek kényelmetlen lesz, ha másért nem azért, mert a szenvedést látni is szenvedés.

A lelkiismeret megnyugtatótására könnyen toljuk át vagy személytelenítjük el a felelősséget az emberiség, a közösség, a társadalom felé. Döntéshozók, társadalmi irányítók valóban többet tehetnek egy látványos változásért (és ha nem teszik, az sem marad nyomtalan). Azonban megkerülhetetlen az egyén szerepe, és a hatásokat, a tapasztalatot az egyén éli át, oszthatatlanul. Az életmódunk, az anyagi vágyaink okozzák a mostani változást, amelynek révén átlagosan 30%-kal többet használunk fel a Föld kínálta lehetőségeknél. Ez *himsza* vagyis az erőszak egyik formája. A természetes rendszerek pedig kevésbé érzélgősek reakcióikban (fájdalmas, de a járványok a természetben mindig is szabályzók voltak, nem is beszélve a zsúfoltság és elégedetlenség miatt növekvő agresszióról, a nyomában fellépő háborúkról, stb.). Ha mi, mint egyének nem változtatunk, a közösségek sem fognak változni, és a közösségekre ható tényezők sem.



Egyszóval nekem van egy kapcsolatom a világgal, a többi élőlénnel, a társaimmal, a rokonaimmel, és ha még ki lehet mondani, Istennel is. Ezeken a kapcsolatokon csak én tudok alakítani, mint ahogy a belőlük származó érzelmeket megélni is csak én tudom. Nekem kell változnom abban, hogy mennyi lemondást vállallok az életemben mások érdekében, hogyan gyakorlom az elégedettséget a számomra kínálkozó lehetőségekkel a mindennapokban, mennyi szeretetet mutatok, mondok, adok, teszek a mellettem élők és az életvitem révén a távolabbiak felé, hogy elkerülök-e minden olyan erőszakot, amely elkerülhető más élőlényekkel szemben (ld. vegetarianizmus). És ha lehet, önzetlenül, nem üzletből. Akár jön viszonzás, akár nem. Ismerős lehet a gondolat, mert sok helyen, sok formában sugallja ezt a Törvényalkotó.

Azok, akik ragaszkodásuk révén el sem tudják képzelni, hogy létezhet-e élet az elektromosság és a fosszilis energiahordozók használata nélkül, a tudományos megoldá-

sokban bíznak. A technológiai forradalom majd megoldást kínál a most nyomasztó válságainkra is...

Nem fog. Nem érdemes elfeledni, hogy a természetben nincsen válság, csak változás. Azok, akik alkalmazkodni tudnak a változó körülményekhez, maradnak, akik nem hajlékonyak, azok törnek.

Mi hát akkor a teendő? Egyáltalán van teendő az egyén részéről? Az egyén részéről mindig van, mivel a sorsát ő alakítja. Az élőlény saját döntése, hogy ugyancsak részt vesz ebben a világméretű mohósági versenyben, és még tökéletesebb anyagi élvezetekre törekszik, vagy megelégszik egy jóval szerényebb életvitellel, és inkább a lelki fenntarthatósággal kezd többet törődni.

*kāmasya nendriya-prītir
lābho jīveta yāvatā
jīvasya tattva-jijñāsā
nārtho yaś ceha karmabhiḥ*



„Az élet során felmerülő vágyak soha ne irányuljanak az érzékkielégítésre. Az embernek csupán egészséges életre, önmaga fenntartására kell vágyania, mert feladata az, hogy tudakozódjon az Abszolút Igazságról. Ne legyen semmi más célja munkájának.” (SB 1.2.10.)

Igen, érdemes energiatakarékos megoldásokat keresni a háztartásban, megújuló energiaforrásokat használni, utólagos hőszigeteléseket alkalmazni, csökkenteni az ökológiai lábnyomunkat. Netán olyan radikálisan, mint ahogy a Krisna-völgyben élők teszik, kilépni a modern mókuskerékből, és egy merőben más fenntartásra alapozva vidékre költözni.

Az emberiségnek ahhoz nem lesz energiája, hogy elpusztítsa a világot. A szentírások szerint erre nincs felhatalmazva, ez a Teremtő privilégiuma. Azt viszont meg tudja tenni, hogy szenvedéseket okoz magának az anyagi körülmények féktelen kihasználásával és az életkörülmények ellehetetlenítésével. Az

egyén felelőssége saját sorsa szempontjából releváns. Amikor a gyerek hazajön az iskolából egy rossz bizonyítvánnyal, általában hiába magyarázza a szülőnek a mások által teremtett rossz feltételeket. Amit nekünk magunknak kell megtenni a testünkkel, a környezettel, a társadalommal és legfőképpen Istennel kapcsolatban, azt senki más nem fogja megtenni helyettünk, mint ahogy az eredményt is mi fogjuk megkapni.

*sadā santuṣṭa-manasaḥ
sarvāḥ śivamayā diśaḥ
śarkarā-kaṇṭakādibhyo
yathopānat-padaḥ śivam*

„Akinek a lábán jó cipő van, azt nem fenyegeti veszély még akkor sem, ha kavicsokon és tüskéken jár. Számára minden kedvező. Ehhez hasonlóan, aki mindig elégedett önmagában, az soha sem szenved, sőt bármerre jár, boldogságot érez.” (SBh.7.15.17.)

Pārtha Dāsa

VÁROSI KERTÉSZNŐ





Amikor a férjemmel összeházasodtunk, nagy szerencsénkre sikerült egy olyan albérletet találni, aminek van egy picit kertje. Mind a kettőnk legelső gondolata ugyanaz volt: beteljesíteni Śrīla Prabhupāda egyik nagy vágyát.

Śrīla Prabhupāda rendszeresen hangoztatta: Egyszerű életmód, emelkedett gondolkodás. Mikor az 1990-es évek elején megalapították a somogyvámosi Krisna-völgyet, ugyanezt az egyszerű elvet próbálták meg követni, és felépíteni egy önfenntartó ökövölgyet, melynek békés egyszerűsége nem viszi el a figyelmet Istenről. Az egyszerű életmódot Śrīla Prabhupāda az önfenntartásban látta, hisz az alapvető élelmiszereket mindenki megtudja termelni saját magának, és ez sokkal egyszerűbb, mint megdolgozni a pénzért, majd megvásárolni.

Ezen nemes gondolatokkal vágtunk bele mi is a kis gazdálkodásunkba, már ami megvalósítható egy újjépítésű lakóparkban Buda közepén. Én vérbeli pesti gyermek vagyok, életem nagyobb részét panellakásban éltem le, szóval elsőre kihívásnak tűnt a vadregényes kis pitypangmező,

amely elénk tárult. Elkezdtünk hát okosodni a modern technológia segítségével, és szerencsére volt néhány hittársunk, akik abszolút szakértők a témában és megnyugtattak minket, nem olyan bonyolult, mint amilyennek tűnik. Aztán bemutattak minket a kapának és az ásonak.

Két nagyobb ágyást terveztünk a kertbe. Ősz volt, tökéletes időzítés arra, hogy előkészítsük a terepet a tavasz végi palántaáradatra. Miután felástuk és tehéntrágyával felturbóztuk a földet, könnyes búcsút vettünk az összes kis pitypangtól, egy dolog volt még hátra, türelmesen várni. Ez idő alatt lehetőségem nyílt bebizonyítani a férjemnek, hogy a legfontosabb táplálék az eper és a málna, és ahhoz, hogy ezek szépen fejlődjenek, elengedhetetlen a mesés környezet, szóval a kert többi részét ültessük tele virággal.

Eljött a március. Két lehetőségünk volt. Várni még és április közepe-vege felé palántákat vásárolni, vagy megpróbálunk magról palántákat nevelni. Ez utóbbira azt mondták, kicsit nehezebb, de mivel szeretem a kihívásokat, és sajnos nem vagyok valami türelmes,



a magok mellett döntöttünk. Megvásároltuk tehát a répa, az uborka, a retek és borsó magjainkat és, hogy az én kedvem se menjen el teljesen a kertészkedéstől, kétfajta virágmagot.

Szerencsére a kereskedők gondoltak arra, hogy nem csak profik fognak magokat vásárolni. A vetőmagos tasak hátulján részletes leírást találhatunk: mikor érdemes kiültetni, egyből ültethető a földbe, kell-e ültetni vagy szaporító cserépbe érdemes rakni, a napos helyet szereti-e, milyen távolra kell a töveket elhelyezni egymástól stb.

A nagyon kezdőknek vetőszalag is rendelkezésére áll, ami egy környezetbarát papírszalag, melyben a vetőmagok a megfelelő távolságra vannak elhelyezve egymástól. Nekünk semmi dolgunk nincs vele, csak a megfelelő mélységbe elásni. A papír a földben pedig humusszá alakul át.

Ezután kezdetét vette az ültetés. Egy fontos szempontot még figyelembe kell venni, hogy melyek azok a zöldségek, amiket egymás mellé ültethetünk. Néhány zöldségféle kölcsönösen támogatja egymást a fejlődésben, például távol tartják a másik kártevőjét.

Rengeteg táblázat található ezzel kapcsolatosan az interneten.

Ezután vártunk és locsolgattuk a kis magjainkat. Az első három nap után mikor nagyítóval vizsgáltam a földet és persze semmi változást nem láttam, kicsit elbizonytalanodtam, biztos mindent jól csináltunk-e, de a férjem megnyugtató. Csak türelem.

Két hét elteltével pedig ki is bukkantak a kis palánták a földből, azóta pedig nőnek, mint a bolondgomba. Ezen sikerünkön felbátorodva a saját kút rendszeren is elgondolkodtunk, de ezt az ötletet elvetettük, mert egy mélygarázs van alattunk.

Sajnos ezután az élet úgy hozta, hogy el kell költöznünk egy olyan lakásba, melynek nincsen kertje, csak egy terasza. Sajnáltam és már kezdtem könnyes búcsút venni a kis palántáktól, de azt javasolták nekünk, hogy ne essünk kétségbe, hisz ezeket a palántákat az erkélyen is fel tudjuk nevelni. Egy szó, mint száz, mindenkit csak bátorítani tudok, hisz ez olyan munka, mely idővel meghozza gyümölcsét.

Vinitā Devī Dāsī

Az Úr Kṛṣṇa Dvārakāba indul



Ötezer évvel ezelőtt járunk az időben, Indiában, Naimiṣāranya 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 legtokéletesebb vallás, és mi az a folyamat, amely által az ember biztosan megszabadulhat a földi lét kötelékeitől. Sūta Gosvāmī megköszöni a bölcsek kérdéseit, és hosszú válaszba kezd, az alapján, amit lelki tanítómesterétől, Śukadeva Gosvāmītól tanult.

ELSŐ ÉNEK, TIZEDIK FEJEZET

26. VERS

अहो अलं श्लाघ्यतमं यदोः कुल-

महो अलं पुण्यतमं मधोर्वनम् ।

यदेष पुंसांमृषभः श्रियः पतिः

स्वजन्मना चङ्क्रमणेन चाञ्चति ॥ २६ ॥

*aho alam ślāghyatamaṁ yadoḥ kulam
aho alam puṇyatamaṁ madhor vanam
yad eṣa puṁsām ṛṣabhaḥ śriyaḥ patiḥ
sva-janmanā caṅkramaṇena cāñcati*

aho – óh; *alam* – valóban; *ślāghya-tamam* – legjobban dicsőített; *yadoḥ* – Yadu királynak; *kulam* – dinasztiaja; *aho* – óh; *alam* – valóban; *puṇya-tamam* – a legjamborabb; *madhoḥ vanam* – Mathurā földje; *yat* – mert; *eṣaḥ* – ez; *puṁsām* – minden élőlénynek; *ṛṣabhaḥ* – legfelsőbb vezetője; *śriyaḥ* – a szerencse istennőinek; *patiḥ* – férje; *sva-janmanā* – megjelenésével; *caṅkramaṇena* – mászással; *ca añcati* – dicsőség.

Óh, mily dicsőséges Yadu király dinasztiaja, s mily kiváló Mathurā földje, ahol minden élőlény legfelsőbb Ura, a szerencse istennőjének férje megszületett, s ahol gyermekkorában barangolt!

MAGYARÁZAT: A *Bhagavad-gītā*ban az Istenség Személyisége, Śrī Kṛṣṇa szemléletes leírást adott transzcendentális megjelenéséről, eltávozásáról és cselekedeteiről. Felfoghatatlan energiája révén egy bizonyos családban vagy helyen jelenik meg. Nem úgy születik meg, ahogyan egy feltételekhez kötött lélek, aki elhagyja testét és elfogad egy újat. Az Ő születése olyan, mint a nap megjelenése és eltűnése. A nap a keleti horizonton kel föl, de ez nem jelenti azt, hogy a keleti horizont gyermeke. A nap a naprendszer minden részében jelen van, de csak meghatározott időközönként látható, s ugyanígy időnként újra láthatatlanná válik. Az Úr úgy jelenik meg ebben az univerzumban, mint a nap, majd újra eltűnik szemünk elől. Mindig, mindenhol létezik, de amikor indokolatlan kegyéből megjelenik előttünk, úgy gondoljuk, hogy megszületett. Aki megérti ezt az igazságot a kinyilatkoztatott

szentírások kijelentései alapján, minden bizonnyal felszabadul, amint elhagyta jelenlegi testét. A felszabadulást sok-sok élet után, türelmes és kitartó, tudással és lemondással teli törekvéssel lehet elérni. Ám pusztán azzal, hogy az ember megismeri az Úr transzcendentális születéseit és tetteit, egyszerre felszabadulhat. Ez a *Bhagavad-gītā* véleménye. Azok viszont, akik a tudatlanság sötéttségébe merülnek, arra a végkövetkeztetésre jutnak, hogy az Úr anyagi világbeli születése és cselekedetei hasonlóak a közönséges élőlényekéhez. Ez a tökéletlen végkövetkeztetés senkit nem vezet a felszabaduláshoz. Az tehát, hogy megszületett Yadu király családjában Vasudeva fiaként, s hogy Nanda Mahārāja családjába került Mathurā földjén, mind az Úr belső energiájának transzcendentális elrendezése. A Yadu-dinasztia és Mathurā népének szerencséjét anyagi szemmel nem lehet fölbecsülni. Ha csupán az Úr születésének és cselekedeteinek transzcendentális természetét ismerve az ember könnyűszerelemmel felszabadulhat, akkor elképzelhetjük, mi vár azokra, akik valóban személyesen élvezték az Úr társaságát, családtagként vagy épp szomszédként. Mindazok, akik olyan szerencsések voltak, hogy az Úr, a szerencse istennőjének férje társaságát élvezhették, minden bizonnyal *többet érnek el annál, mint amit felszabadulásnak neveznek*. Ezért a dinasztia és a föld örökké és jogosan dicsőséges az Úr kegyéből.

27. VERS

अहो बत स्वर्यशसस्तिरस्करी
कुशस्थली पुण्यशसकरी भुवः ।
पश्यन्ति नित्यं यदनुग्रहेषितं
स्मितावलोकं स्वपतिं स्म यत्प्रजाः ॥ २७ ॥

*aho bata svar-yaśaśas tiraskarī
kuśasthalī puṇya-yaśaśakarī bhuvah
paśyanti nityaṁ yad anugraheṣitaṁ
smitāvalokaṁ sva-patiṁ sma yat-prajāḥ*

aho bata – milyen csodálatos; *svah-yaśaśaḥ* – a mennyi bolygók dicsősége; *tiraskarī* – az, ami legyőz; *kuśasthalī* – Dvārakā; *puṇya* – erény; *yaśaśakarī* – híres; *bhuvah* – a Föld bolygó; *paśyanti* – lát; *nityaṁ* – állandóan; *yat* – ami; *anugraha-īṣitaṁ* – áldást adni; *smita-avalokaṁ* – kedves mosollyal, áldón rápillant; *sva-patiṁ* – az élőlény lelkének (Kṛṣṇának); *sma* – szokott; *yat-prajāḥ* – a helybeliek.

Kétségtelenül csodálatos, hogy Dvārakā felülmúlta a mennyei bolygók dicsőségét és megsokszorozta a Föld hírnevét. Dvārakā népe örökké szeretetteljes formájában látja minden élőlény lelkét [Kṛṣṇát], aki rájuk pillant, s kedves mosolyával kegyében részesíti őket.

MAGYARÁZAT: A mennyei bolygókat olyan félistenek lakják, mint Indra, Candra, Varuṇa és Vāyu. A jámbor lelkek a földön végzett számtalan jámbor tett után hozzájuk kerülhetnek. Korunk tudói egyetértenek azzal, hogy a felsőbb bolygórendszerekben az idő különbözik a földitől. Így tehát megérthetjük a kinyilatkoztatott szentírásokból, hogy az élet ott tízezer évig tart (a mi számításaink szerint). Hat hónap a földön a mennyei bolygók egy napjával egyenlő. Hasonlóan jobb a lehetőségek az élvezetre is, az ott élők szépsége pedig mesébe illő. A földön a közönséges emberek módfelett áhítoznak a mennyei bolygók után, mert tudják, hogy ott az élet sokkalta kényelmesebb, mint a földön. Most a holdra akarnak eljutni űrrakétával. Mindezt tekintetbe véve tehát a mennyei bolygók dicsőbbek, mint a föld. Ám a föld hírneve elhomályosította a mennyei bolygók dicsőségét Dvārakának köszönhetően, ahol az Úr Kṛṣṇa uralkodott királyként. Három hely, Vṛndāvana, Mathurā és Dvārakā fontosabb az univerzum legnevesebb bolygóinál is. Örökké áldott helyek ezek, mert bármikor száll alá az Úr a földre, transzcendentális tetteit e három helyen mutatja be. Örökké az Úr szent földje e három hely, s lakóik még mindig áldásában részesülnek annak ellenére, hogy az Urat nem látják ott többé. Az Úr minden élőlény lelke, s örökké arra vágyik, hogy minden élőlény eredeti helyzetében, *svarūpájában* Vele legyen, s társa legyen a transzcendentális életben. Vonzó külseje és édes mosolya mindenki szívének mélyére hatol, s ha egyszer ez megtörténik, az élőlény beléphet Isten királyságába, ahonnan senkinek sem kell visszatérnie. Ezt a *Bhagavad-gītā* is megerősíti.

Lehet, hogy a mennyei bolygók rendkívül híresek arról, hogy jobb lehetőséget nyújtanak az anyagi élvezetre, ám ahogyan a *Bhagavad-gītā*-ból (9.20-21) megtudhatjuk, amint jámbor tettei eredményeinek végeszakad, az embernek újra vissza kell térnie a földre. Dvārakā jelentősége kétségtelenül nagyobb, mint a mennyei bolygóké, mert az, akit az Úr mosolygó pillantásával áldott meg, sohasem fog újra visszatérni e nyomorúságos helyre, melyről Maga az Úr mondja, hogy a gyötrelmek színtere. Nemcsak a föld, de az univerzum minden bolygója a nyomorúság lakhelye, hiszen az uni-

verzum egyik bolygóján sem örök az élet, nincs örök boldogság és örök tudás. Azoknak, akik az Úr odaadó szolgálatát végzik, ajánlatos, hogy az előbb említett három hely egyikén – azaz Dvārakāban, Mathurāban vagy Vṛndāvanában – éljenek. Az odaadó szolgálat e három helyen megsokszorozódik, ezért azok, akik azért mennek oda, hogy kövessék a szabályokat, amelyeket a kinyilatkoztatott írások utasításai ajánlanak, kétségkívül ugyanabban az eredményben részesülnek, mint amelyet az Úr Śrī Kṛṣṇa jelenléte alatt lehetett elérni. Az Úr lakhelye és Ő Maga nem különböznek egymástól, és egy tiszta *bhakta* egy másik tapasztalt *bhakta* vezetésével még ma is tökéletesen eredményes lehet.

28. VERS

नूनं व्रतस्नानहुतादिनेश्वरः
समर्चितो ह्यस्य गृहीतपाणिभिः ।
पिबन्ति याः सख्यधरामृतं मुहु-
व्रजस्रियः सम्मुहुर्हृदाशयाः ॥ २८ ॥

*nūnaṁ vrata-snāna-hutaādīneśvaraḥ
samarcito hy asya grhīta-pāṇibhiḥ
pibanti yāḥ sakhy adharāmṛtaṁ muhur
vraja-striyaḥ sammumuhur yad-āśayāḥ*

nūnam – bizonyára az előző életben; *vrata* – fogadalom; *snāna* – fürdő; *huta* – áldozat a tűzben; *ādinā* – mindezek által; *tśvaraḥ* – az Istenség Személyisége; *samarcitāḥ* – tökéletesen imádott; *hi* – bizonyára; *asya* – Övé; *grhīta-pāṇibhiḥ* – a feleségek; *pibanti* – megízleli; *yāḥ* – akik; *sakhi* – óh, barát; *adhara-amṛtam* – az ajkairól származó nektár; *muhuh* – újra és újra; *vraja-striyaḥ* – Vrajabhūmi hölgyei; *sammumuhuh* – gyakran elájult; *yad-āśayāḥ* – várva, hogy ilyen kegyet kap.

Óh, barátaim, gondolatok csak feleségeire, akiknek kezét elfogadta! Mennyi fogadalmat tehettek, mennyi fürdőt vehettek, mennyi tűzáldozatot mutathattak be, s hányszor imádhatták tökéletesen az univerzum Urát, hogy most szüntelenül ajkai nektárját élvezhetik [csókjai által]! Vrajabhūmi hölgyei gyakran már akkor elájultak, amikor csupán vártak erre a kegyre.

MAGYARÁZAT: A szentírásokban előírt vallási rítusok arra szolgálnak, hogy megtisztítsák a feltételekhez kötött lelket az anyagi tulajdonságoktól, s így képessé

tegyék arra, hogy fokozatosan a Legfelsőbb Úrnak végzett transzcendentális szolgálat szintjére emelkedjen. A tiszta lelki élet e szintjének elérése a legmagasabb rendű tökéletesség, amelyet *svarūpānak*, az élőlény valódi azonosságának neveznek. A felszabadulás nem más, mint visszatérés e *svarūpa* helyzetbe. A *svarūpa* tökéletes síkján az élőlény a szerető szolgálat őt szintjén állapodhat meg, amelyek közül az egyiket *mādhurya-rasának*, szerelmi kapcsolatnak nevezik. Az Úr mindig teljes Önmagában, így nem vágyódik semmire. Mégis mesterré, baráttá, fiúvá vagy férjjé válik, hogy viszonzza *bhaktája* rendkívüli szeretetét. A szerelmi kapcsolat szintjén a vers a *bhakták* két csoportját említi meg. Az egyik csoport *svakīya*, a másik *parakīya*. Mindkettő szerelmi kapcsolatban áll az Istenség Személyiségével, Kṛṣṇával. Dvārakā királynői *svakīyák*, vagyis törvényes feleségek voltak, míg Vraja hölgyei az Úr fiatal barátnői, amikor az Úr még nőtlen volt. Az Úr tizenhat éves koráig élt Vṛndāvanában, s baráti kapcsolata a szomszédban élő lányokkal *parakīya* volt. Ezek a lányok, éppúgy, mint a királynők, szigorú lemondásokat végeztek – fogadalmakat tettek, fürdőket vettek, áldozatokat ajánlottak a tűzbe, ahogyan azt a szentírások meghatározzák. A szertartásnak nem maga a szertartás a célja, ahogyan a gyümölcscsőze cselekedetek, a tudás művelése és a misztikus képességek sem önmagukért vannak. Csupán eszközök arra, hogy elérjük a *svarūpa* legfelsőbb szintjét, hogy állandó transzcendentális szolgálatot végezhessünk az Úrnak. Minden egyes élőlénynek megvan az egyéni helye az Úr és az élőlények között fennálló őt említett kapcsolat valamelyikében, s a *svarūpa* tiszta lelki formájában a kapcsolat anyagi vonzódás nélkül megnyilvánul. Ha az Úr megcsókolja feleségeit vagy fiatal barátnőit, akik arra vágnak, hogy az Úr jegyesük legyen, arra semmilyen anyagi tulajdonság nem veti árnyékát. Ha mindez anyagi lenne, egy olyan felszabadult lélek, mint Śukadeva Gosvāmī nem törődne azzal, hogy élvezetet merítsen belőlük, és az Úr Caitanya Mahāprabhu sem beszélt volna szívesen erről, miután lemondott a világi életről. Erre a szintre sok-sok lemondásban töltött élet után juthat el valaki.

29. VERS

या वीर्यशुक्लेन हताः स्वयंवरे
प्रमथ्य चैद्यप्रमुखान् हि शुष्मिणः ।
प्रयुम्नसाम्बाम्बसुतादयोऽपरा
याश्चाहता भौमवधे सहस्रशः ॥ २९ ॥

*yā vīrya-śulkena hṛtāḥ svayaṁvare
pramathya caidyā-pramukhān hi śuśmīṇaḥ
pradyumna-sāmbāmba-sutādayo 'parā
yāś cāhṛtā bhauma-vadhe sahasraśaḥ*

yā – a hölgy; vīrya – hősiesség; śulkena – a díj megfizetésével; hṛtāḥ – erővel elragadva; svayaṁvare – a vőlegényválasztás nyilvános ünnepén; pramathya – zavar; caidyā – Śiśupāla király; pramukhān – vezetett; hi – valóban; śuśmīṇaḥ – mind nagyon hatalmasak; pradyumna – Pradyumna (Kṛṣṇa fia); sāmba – Sāmba; āmba – Amba; suta-ādayaḥ – gyermekek; aparāḥ – a többi hölgy; yāś – azok; ca – szintén; āhṛtāḥ – hasonlóan hozta; bhauma-vadhe – a királyok megölése után; sahasraśaḥ – ezrek által.

Pradyumna, Sāmba, Amba és mások mind e hölgyek gyermekei. Rukmiṇī, Satyabhāmā és Jāmbavatī az Úr erővel ragadta el svayaṁvara ceremóniájukról, miután számtalan királyt legyőzött, akiknek élén Śiśupāla állt. Bhaumāsura és ezernyi harcosa elpusztítása után más nőket is elrabolt. Ők mindannyian dicsőségesek.

MAGYARÁZAT: A nagy királyok kivételes képességekkel rendelkező leányainak szabad volt nyílt versenyben vőlegényt választaniuk maguknak. Ezeket a szertartásokat svayaṁvarának, vőlegényválasztásnak hívták. Mivel a svayaṁvara nyílt verseny volt vitéz hercegek és vetélytársaik között, a hercegeket a hercegnő apja hívta meg. A meghívottak között rendszerint szabá-

lyos csaták alakultak ki, a küzdelem szellemében. Néha azonban megtörtént, hogy a harcban álló hercegek életükkel fizettek egy ilyen házassági harcban, s a győztes herceg győzelmi díjként megkaphatta a hercegnőt, akiért oly sok vetélytársa elesett. Rukmiṇī, az Úr Kṛṣṇa legfőbb királynője Vidarbha királyának lánya volt, aki arra vágyott, hogy művelt és csodálatos leányát Kṛṣṇához adja. A leány legidősebb fivére azonban azt akarta, hogy húga kezét Śiśupāla királynak adják, aki Kṛṣṇa unokatestvére volt. Nyílt verseny kezdődött hát, és szokás szerint Kṛṣṇa került ki győztesen, miután páratlan vitézséggel legyőzte Śiśupālát és a többi herceget. Rukmiṇīnak tíz fia volt, köztük Pradyumna. Az Úr Kṛṣṇa több királynőt is elrabolt hasonló módon. Csodálatos rablásait a Tizedik Ének írja le. Volt tizenhatezer-száz csodálatos leány, akik egytől egyig királyleányok voltak. Bhaumāsura erőszakkal elrabolta és fogva tartotta őket, hogy érzéki vágyainak eleget tegyen. A leányok száanalomra méltóan könyörögtek az Úr Kṛṣṇához szabadulásért, s a könyöröltes Úr – mivel oly buzgón imádkoztak Hozzá – harcba szállt Bhaumāsurával, megölte őt és kiszabadította a leányokat. Az elrabolt leányokat feleségül vette, annak ellenére, hogy a társadalom megítélése szerint bűnösök voltak. A mindenható Úr Kṛṣṇa elfogadta alázatos imáikat, s királynőknek kijáró tisztelettel feleségül vette őket. Így összesen tizenhatezer-száznyolc királynője élt Dvārakában, s mindegyiküknek tíz gyermeket nemzett. Gyermekei mind felnőttek, s ugyanannyi gyermeknek adtak életet, mint apjuk. A család teljes létszáma így milliókra volt tehető.



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

BUDAPESTI HARÉ KRISNA INDIAI

OKTATÁSI ÉS KULTURÁLIS KÖZPONT

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

KRISNA-VÖLGY

Indiai Kulturális Központ és Biofarm

8699 Somogyvámos, Fő u. 38.
Tel.: +36 30 641-2309
+36 85 540-002
E-mail: info@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



KECSKEMÉT

Csujokné dr. Kósa Júlia
kecskemet@krisna.hu

SZÉKESFEHÉRVÁR

Mayer Nóra, +36 30 302-0755
szekesfehervar@krisna.hu

SZOLNOK

Málini D. D., +36 30 836-4190
szolnok@krisna.hu

SZOMBATHELY, GYŐR

Kuru-sresztha Dása, +36 30 256-8637
szombathely@krisna.hu

SZEGED

Grantharāja Dása, +36 30 256-6362
szeged@krisna.hu

PÉCS

Sváha Devī Dāsi
pecs@krisna.hu



Látogasson el a
www.krisna.hu
címen található egyházi
weboldalunkra,
ahol éppúgy találhat aktuális
híreket, mint filozófiai
bölcsekségeket és a Krisna-
hívők életével, szokásaival
és tudományos
tevékenységével
kapcsolatos információkat!

Közösségünk az év során
számos érdekes és rendhagyó
képzést, rendezvényt
és programot szervez
országszerte, melyekről
első kézből hírlevelünkön
keresztül szerezhet tudomást.
Iratkozzon fel kéthetente
megjelenő hírlevelünkre itt:
www.krisna.hu/feliratkozas



A KELET BÖLCSESSÉGE

*Android
alkalmazás
mindennap
egy új bölcsest
hoz a telefonodra
és az életedbe.
Az alkalmazás
ingyenesen
letölthető
a Play Áruházból!*





ÖNFENNTARTÁS

**„Állítsatok elő ruhának való szövetet is!
A lányok és az asszonyok sodorhatnak
fonalat, amiből szövetet készíthettek kézi
szövőszékeken.”** (Beszélgetés Śrīla Prabupā-
dával – 1975. október 5., Mauritius)

Krisna-völgy egyik fő célja, hogy megte-
remtse az önfenntartó életmódot, aminek
több szintje is létezik. Az önfenntartás első
lépcsőfoka, hogy megtermeljük az élelmisze-
rünket, mivel naponta kell új ételt fogyasztá-
nunk. A második azonban a ruházat, hiszen
minden évben kiegészítjük régi ruhada-
rabjainkat.

Az emberek évezredek óta saját maguk
szőtték a ruházatukat természetes növényi
rostokból (len, kender, pamut, juta, stb.), állati
szőrökből (birka, kecske, teve, jak, stb), vagy
hernyóselyemből. Manapság a ruhaipar alap-
anyagai közül többféle mesterséges szálát
használnak, mint hagyományosat, melyek
közül a szintetikusak komoly környezeti ter-

helést is okoznak. Mindezeket túl a népszerű
pamut ruhaneműk legnagyobb része Kínából
és Indiából a szállítás miatt jelentős környe-
zetszennyezés árán jut el hozzánk.

Krisna-völgyben már korábban tettünk
néhány lépést a saját ruházat előállítására,
amit 2019-től tovább fejlesztettünk. Ehhez
főként rostnövények termesztése és feldol-
gozása szükséges, amihez kétféle rostlent és
rostkendert próbáltunk ki. A nagyobb terü-
leten lévő kender aratásában a közösség
apraja-nagyja is lelkesen részt vett. A kévé-
ket néhány nap száradás után áztatni kell,
hogy az elemi rostok elváljanak a szártól.
Miután ismét megszáradtak, jöhet a tilolás,
melynek során összetörjük a szárakat, s így
attól elválasztjuk a rostsálakat. Ezután
következik a gereben hegyes szögein való
kifésülés, s így fényes, hajtincshez hasonla-
tos rostkötegeket kapunk. Ekkor finomsá-
guk szerint 3 halomba osztjuk a sálakat.
A legfinomabból készül a ruha, a közepes-



TÓ RUHÁZAT

ből a lakástextil, a legdurvábból a zsák, a madzag és a kötél.

Az ezután lévő folyamatokat a nők leginkább télen végezték. A fonást lehet kézi orsóval, vagy hatékonyabban rokkával végezni. Kevesen tudják, de a rokka őse, a fonókerék (csarka) Indiából származik. Gandhi ezt tette a függetlenségi mozgalmának fő szimbólumává.

Ezt követően szokták a fonalat fehéríteni vagy növényi festékekkel színezní, majd innen kezdődik a szövés előkészítése, az ún. felvétel. Ennek lényege, hogy a hosszanti szálakat egymással párhuzamosan, ugyanolyan feszességgel a szövőszék felvetőhengerére csévélik. Ehhez régen is kevesen értettek. A fonalakat befűzik a szálak emelését végző nyüstökbe, végül pedig a beverőbordába. Csak ezek után indulhat maga a szövés folyamata, melynek során a vetülékszálal megszövik a textilt. A szövés befejezése után a legvégső fázis a textil kikészítése.

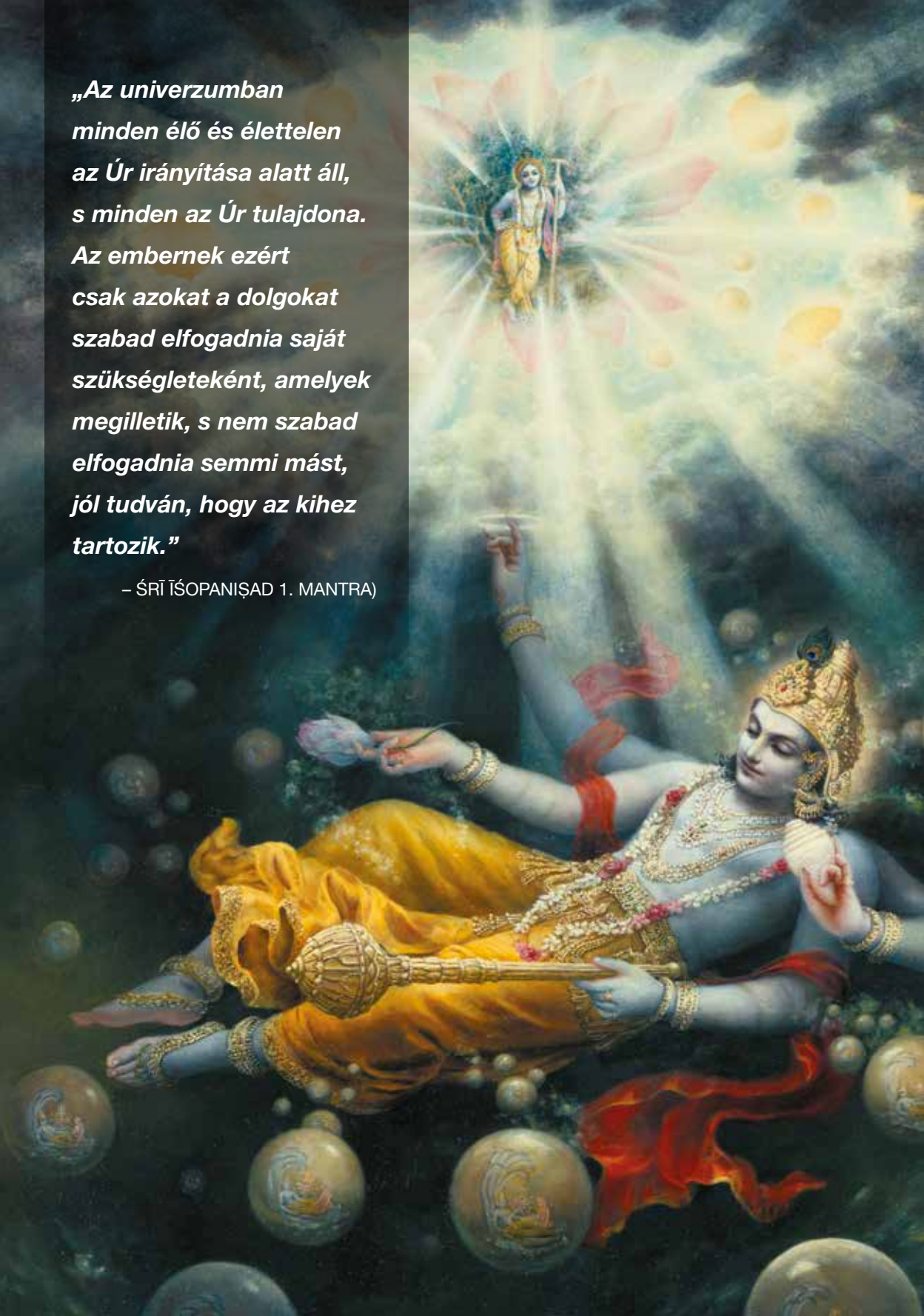
A finomabb alsóruházatot általában lenből, míg a felsőruhát kenderből szabták ki és varrták össze. Mivel a kopásállóságuk többszöröse a pamutnak, ezek a ruhák sokkal tovább bírták. Amelyik mégis elszakadt, azt megvarrták, vagy megfoltozták, ha pedig már nagyon elvászott, akkor rongyszőnyegnek, rongytarisznyának megszóították. Így régebben alig képződött hulladék, de még az is lebomló volt.

2020 januárja Krisna-völgyben sikerült megszönnünk a saját lenből és kenderből, valamint külsős gyapjából és pamutból az első szőtt textiljeinket! A Syama Handmade kézműves üzemünket már most megkeresték rendeléseikkel egyes hagyományörző csoportok. Terveink között szerepel, hogy az egyre növekvő igények miatt tovább növeljük a termelést, valamint hogy fonó, szövő, növényi festő, és nemezeli tanfolyamokat indítunk.

Premamoya Dāsa

*„Az univerzumban
minden élő és élettelen
az Úr irányítása alatt áll,
s minden az Úr tulajdona.
Az embernek ezért
csak azokat a dolgokat
szabad elfogadnia saját
szükségleteként, amelyek
megilletik, s nem szabad
elfogadnia semmi mást,
jól tudván, hogy az kihez
tartozik.”*

– ŚRĪ ĪSOPANIŠAD 1. MANTRA)



GOVINDA KLUB BUDAPEST

A GOVINDA KLUB EGY ŐSZINTE KÖZÖSSÉGI KEZDEMÉNYEZÉS
ARRA, HOGY HOGYAN TUDUNK MATERIALISTA, ÉRZÉKEKNEK ÉLŐ,
ÉNKÖZPONTÚ, ELLENTÉTEKKEL TELI KORSZAKUNKBAN A VILÁG
JELENSÉGEIRE JÓZANUL REAGÁLNI,
ÉS JÓZAN MARADNI. NEMCSAK TANÍT,
HANEM JÓ TULAJDONSÁGOK ÉS JÓ
SZOKÁSOK KIALAKÍTÁSÁRA
IS ÖSZTÖNÖZ.

VÁRUNK MINDEN
KEDDEN 18:00-TÓL
BP. VIGYÁZÓ FERENC U. 4.



WWW.GOVINDAKLUB.HU



REMÉLEM,
ODAÉREK
HATRA...



KRISNA-VÖLGY WEBÁRUHÁZ

Krisna-völgy ökológiai gazdaságának termékei:

- mézek, lisztek, krémek, szappanok
- meditációs kellékek, zenék
- könyvek
- konyhai eszközök
- és sok minden más...



Krisna
völgy



www.bolt.krisnavolgy.hu



GÖRBE

MIT MUTAT A KORONAVÍRUS GÖRBE TÜKRE RÓLUNK, ITT, AZ ÉLETÜNK ELVARÁZSOLT KASZTÉLYÁNAK TÜKÖRSZOBÁJÁBAN? ÉS MEDDIG MERÜNK A GÖRBE TÜKÖRBE NÉZNI?

Már magunk sem tudjuk hogyan, de egyszer csak itt találtuk magunkat, ebben a különös vidámparkban. Könnyű szórakozást ígért, de a sokadik kör után inkább már mehetnékünk támad, titokban elvagyódunk innen. Valahol bánjuk is, hogy belevágtunk ebbe az egészbe. De mit lehet tenni, amikor mindenki széles mosollyal az arcán szalad az egyik izgalomtól a mási-

kig. Beállunk mi is a sorba. Mi is fölveszünk a széles mosolyt. Vagy nem vesszük föl, de akkor is beállunk a sorba. Hiszen ez az élet rendje. Ez van, ezt kell szeretni. Persze néha feltűnik egy-egy nem túl őszinte mosoly, vagy félelemmel teli tekintet is, netán sikolyokat is hallunk innen-onnan. De nincs ezzel semmi baj, hiszen játék az egész. Azért vagyunk a vidámparkban, hogy élvezzük. Minden más hangot igyekszünk elcsendesíteni a fejünkben, és ennek fényében értelmezni.

Közben mégis sok különös érzelmet, félelmet hoz fel bennünk a vidámpark adottságainak az „élvezete”. Sőt: sokszor



TÜKÖR

az maga az élvezet, hogy túl vagyunk az egészen, és végre leszállhatunk a hullámvasútról. Fellélegezve ülünk, hogy milyen jó itt fellélegezve ülni... Aztán egy idő után a sors az Elvárásolt Kastély tükör szobájába vezet bennünket. Van itt mindenféle görbe tükör, amiben magunkat szemlélhetjük. Néha apró labdának, máskor szikár égimeszelőnek tűnünk. Mi vagyunk a tükörben, saját magunkat látjuk, de mégsem a megszokott formában. Ez néha vicces, de sokszor inkább elbizonytalanít, szorongást kelt, vagy akár fájdalommal is eltölthet bennünket.

De hát ez a görbe tükör feladata, ha már

az anyagi lét vidámparkjába és annak elvárásolt kastélyába akartunk jönni. A vírus most ilyen tükörszobába terelt bennünket. Rajtunk áll, hogy csak nevetünk rajta (vagyis félvállról vesszük, és netán ebből is kicsikarunk valami kétes hasznot, élvezetet), vagy elfordulunk, elszaladunk (elbújunk, hogy félelmünkbe zárva minél kisebb energiabefektetéssel, és ennek fejében mindenféle tanulság nélkül túl legyünk rajta), vagy szembenézünk vele.

Hiszen bele is nézhetünk a tükörbe, hogy lássuk, mit nagytól fel, mire mutat rá. Ahány tükör, annyiféle igazságot mutat, nagytól föl számunkra. Tőlünk függ, hogy mennyit



akarunk ebből látni, tanulni. Illetve, hogy a végén minden összeáll-e egy képpé? Ha azt szeretnénk, hogy az életünk elvarázsolt kastélya ne legyen ilyen érzelmi hullámvasút, sőt ha a varázslat alól is szabadulni akarunk, akkor mernünk kell újabb és újabb tükrökbe nézni...

Az első, legfontosabb felismerés, hogy a természetet, a földet nem a csomagolásmentes luxusérettel, nem a politika által terhelt (vagyis önérdektől fűtött) halovány mozgalmakkal és egyéb önámító kezdeményezéssel lehet megmenteni. A természet megmutatja, hogyan kell ezt csinálni. Leállít mindent, hogy lássuk, hogy milyen, ha komolyan vesszük, amit beszélünk. A természet leállított mindent, hogy lássuk, milyen felfuvalkodottak voltunk, mikor azt gondoltuk, hogy meg tudjuk így menteni a földet. Megmutatta, hogy először magunkba kell szállni, magunkat kell megmenteni. Hiszen ha mi nem vagyunk rendben, akkor a világunk sincs rendben. Akkor hogyan tudnánk a földet, a természetet megmenteni?

A vírus elzárt bennünket mindattól, amit nem tudtunk értékelni. Elzárt az erdők-mezők mélyének titkos dalától, melyet végig ott zengett, fuvolázott és dúdolt a fülünkbe, mikor a természetben baktattunk fura, félálom-szerűen mámoros állapotunkban, aminek következtében csak annyit tapasztaltunk e csodás „dalból”, hogy feltöltődve, kellemes érzésekkel értünk haza. De valójában magunk sem tudtuk soha, hogy miért ilyen kellemes, miért ilyen jó a természetben lenni. Elzárt a tiszta lelket tükröző végtelen kék égen,



illetve a türkizkék tengereken megcsillanó valódi élet fényétől. Mert igazán soha nem tudtuk, hogy mi az az öröm, mi az az élet, ami ily szívszorító gyönyörűséggel hívogat a napfény ízében, és az égbolt kékségében.

A természet megmutatta, hogy magunkban, belül kell megtalálni a kulcsot, mert a természet, Isten mindig is mutatta annak, aki érti. De ehhez ki kell találnunk a saját elvarázsolt kastélyunk illuzórikus termeiből, útvesztőiből, hogy meglássuk, megtapasztaljuk, ami mindig is ott volt. Ehhez meg kell látnunk a saját önzésünket, irigységünket, mohóságunkat, mert ezek tartanak elsősorban az elvarázsolt kastély illúziójában. Nem kis önismereti munka szükséges hozzá. De soha nincs menthetetlen eset. A mi világunkban már nincsenek csak jó, vagy csak rossz emberek. Csak olyan emberek vannak, akik nem akarnak jók lenni, és olyanok, akik jók akarnak lenni. Bárhol járunk az úton, ha már a második csoportba tudunk tartozni, akkor mindig jönni fog az erő és útmutatás a továbblépéshez. Feltéve, ha kellő őszinteséggel vértessük fel magunkat.

Most félünk. De zavart-e bennünket valaha az újúrok, a szírek, a kurdok, a rohingyák stb. sanyarú helyzete, és félelme? Most nem tudunk utazni. De valaha érdekelt-e bennünket mondjuk, hogy a palesztínok hogyan (nem) utazhatnak évtizedek óta? Bezárták az éttermeket. De izgatott-e bennünket az afrikai, jemeni, bangladeshi stb. gyermekek éhezése? Vagy zavart-e bennünket valaha az abortusz? Vajon tudjuk-e valójában, hogy mi az, amitől valóban tudjuk értékelni a többi embert, az időseket, a barátainkat, a szerette-

inket, és ugyanígy az idegeneket is? És hogy hogyan húzhatjuk ki magunkat is a bajból az együttérzés gyógyírével a saját hajunknál fogva? Az együttérzéssel, mely a szeretet, és így a valódi élet, a valódi spiritualitás legelemibb lépcsőfoka.

És hogyan legyünk együttérzőbbek olyan élőlények iránt, mint az állatok? Tisztán látható, hogy a madárinfluenza, sertésinfluenza, SARS, ebola stb. az elmúlt évtizedekben mind az állatok ételként való fogyasztása által szabadultak az emberiségre. Igen, a mostani koronavírus is. Sokszor a legelemibb, legfontosabb összefüggéseket nem akarjuk észrevenni, tudomásul venni. Pedig azok a legfontosabbak mind a föld, mind az emberiség számára. Ilyen ez is.

Egy olyan betegség, ami az állatoktól, állatok fogyasztásával jött, most az embereket betegíti meg. Vajon mit üzenhet ez nekünk? Ennél konkrétabb összefüggés nincs a fentebb leírt tanulságok mögött sem. Az állatok bezártsága, félelme és az irántuk érzett közöny, amit leginkább tükröz és felnagyít a vírus az elvarázsolt kastélyunk görbe tükrő termében azzal, hogy ugyanezt teszi velünk. Ha leállna a húsevés, akkor gyakorlatilag a föld is megmenekülne, mert az állatok takarmányozásához nagyságrendekkel nagyobb terület szükséges, mint az emberek növényi étellel történő ellátásához, és az így nyert területen elég erdőt lehetne ültetni a széndioxid szint visszaállításához is. A föld, az állatok, és mi is „megmenekülnénk” egyetlen szokás megváltoztatásával.

Acyutānanda Dāsa

A TEHENEK MEGM

Többfelé olvashatunk arról, hogy a fosszilis energiahordozók felhasználása, valamint a tarló- és erdőégetések hatására felszabaduló szén-dioxid mellett a tehenek által kibocsátott metán az egyik jelentős oka a klímaváltozásnak. Meglepő módon azonban ezt a problémát éppen a tehenek segítségével lehet megoldani!

A tehenek megmentik a bolygót címmel 2013-ban jelent meg Judith D. Schwartz könyve, aki azt állítja, hogy a CO₂ kibocsátás és a klímaváltozás megoldásának kulcsát a lábunk alatt kell keresnünk. Szerinte a talaj megfelelő kezelése számos környezeti problémára jelenthet megoldást.

„Fel kell ismernünk, hogy habár eddig azt gondoltuk, a probléma a fosszilis energiahordozók elégetésével és a légkörbe történő kibocsátásával kapcsolatos, ez alapvetően a talajhoz kötődik. (...) Milliő és milliő termőföld területet veszítünk el, sok hektárnyit minden évben a talajerózió miatt. De meg

tudjuk fordítani ezt a folyamatot biológiai körforgásokat alkalmazva. A haszonállatokat felhasználó holisztikus legeltetés csak az egyik módszer. Ezen kívül sok egyéb olyan követendő alapelv is létezik, amikkel elkerülhető, hogy olyan súlyos károkat okozunk, mint eddig.”

Judith D. Schwartz könyve nagy mértékben Dr. Allan Savory ökológus kutatásainak eredményeire épít, aki több afrikai és észak-amerikai régióban jelentős területeket mentett meg az elsivatagosodástól. Rájött, hogy a légkörben lévő üvegházhatású gázok háromnegyede a földből ered a helytelen gazdálkodás révén. Módszerének lényege, hogy visszatér a természetes folyamatokhoz. A tehén-, kecske- vagy birkacsordákkal vándoroltatva legeltetik a területeket, miközben az állatok ürülékükkel megtrágyázzák azt, patáikkal pedig beletapossák a fűfélék magjait a földbe. Így a túllegeltetés veszélyét is elkerülve néhány év alatt újra gazdagon



ENTIK A BOLYGÓT

zöldellő oázissá változtatja ezeket. A növények pedig a levegőből képesek megkötni az említett gázokat.

Híres TED-előadásában a professzor így összegzi tapasztalatait:

„Csak egy lehetőségünk van, hangsúlyozom, csak egy lehetőség maradt a klimalógusoknak és a tudósoknak, mégpedig az, hogy használják a jószágokat csordában terelve, hasonlóan a régen vadonélő csordákhoz és ragadozókhoz, így utánozva a természetet. Nem maradt más alternatíva az emberiség számára.”

Krisna-völgyben az itteni tehenekkel ezen a módon legeltetjük a területeinket. Néhány éve az Öko-völgy Alapítvánnyal együttműködve a Gödöllői Egyetem talajtani szakemberei méréseikkel igazolták a tehenek révén az itteni talajszerkezet sokkal jobb állapotát.

Manapság a hatalmas ipari állattartó telepeken a teheneket és a többi patás állatot nem engedik ki a szabadba legelni, hogy

minél hamarabb milliószámra levághassák őket. Így súlyos erőszakot, valamint jelentős vízszennyezést követnek el, és megakadályozzák a talaj természetes regenerálódását. Az állati trágya helyett műtrágyával próbálják az állatok növényi takarmányát megtermelni. Ezek a természetellenes módszerek vezettek oda, hogy a talajtól, a vizeken át, a levegőn keresztül a klímáig mindent sikerült tönkretennie az embereknek a bevételek mértéktelen harácsolása miatt.

A tehenek képesek megmenteni a bolygót, de csak akkor, ha mi, emberek azt segítjük és visszatérünk a természet eredeti rendjéhez. Ha ezt nem értjük meg, akkor pusztulásra ítéljük a talajt, a vizeket, a levegőt, az állatokat, a növényeket és persze ezen keresztül az emberiséget is, amelyik a technikai eredményeitől elkábulva tévesen azt képzei, hogy ura mindezeknek.

Premamoya Dāsa



TISZTA LAKÁS, BOLDOG FÖLD



A tisztaság fél egészség – szól a régi mondás. Ki hinné, hogy még a Védákban is találhatunk leírásokat erről. Śrīla Prabhupāda többször is említést tesz a védikus írások magyarázataiban a tisztaság fontosságáról. A tisztaságot, mint a lelki élet egyik alappilérét emeli ki a védikus irodalom. Természetesen ez inkább a belső tisztaságról szól. Ám ahhoz, hogy rend legyen belül, elengedhetetlenül szükséges, hogy a minket körülvevő közvetlen környezetünk rendezett és tiszta legyen. És ha már tisztaság, miért ne tehetnénk meg ezt úgy, hogy közben a földünket is megóvjuk. Az ember nem is gondolná, hogy a saját háztartásában bevezetett apró kis változások milyen nagy csökkenést jelentenek az ökológiai lábnyomunkban. De mit is jelent ez a gyakorlatban? Nézzünk meg most egy-két hasznos példát, mi az, amivel környezettudatosan varázsolhatjuk csillogóvá otthonunkat! Visszanyúlunk nagymamáink és dédanyáink módszereihez, amikor még nem voltak mesterséges tisztítószerek, csak a józan paraszti ész.

A konyhában és a fürdőszobában lévő csapokat könnyedén tisztán tarthatjuk egy kis ecet segítségével. Mivel az ecet tökéletes vízkőoldó hatású, ha esetleg nem vagyunk megbékélve a szagával, könnyedén készíthetünk egy házi oldatot magunknak. Az üveg egyharmadába ecetet öntünk, majd hozzáadjuk a kívánt illóolajat. Felöntjük vízzel, majd 10-15 napig állni hagyjuk. Ez idő alatt az ecet szaga enyhül, dominánsabbá válik az illóolaj illata. Ezt követően leszűrjük, szórófejes üvegbe töltjük, és már bevetésre kész az ecetes vízkőoldónk.

A lefolyó tisztítására alkalmas a szóda-bikarbónára öntött ecet. Kicsit habzik, nem kell tőle megijedni. Nagyon hatékonyan eltávolítja a lerakódásokat. Ha pedig az étel összefogja az edényt, ahhoz sem kell makacs súrolószer, csak némi türelem és citromos víz. Az edényt pár órára a citromos vízben hagyjuk, garantáltan meghálálja.

Nagy lépés a környezettudatosság felé, ha elhagy-



juk a műanyag szivacsokat. Tudni kell a műanyag szivacsokról, hogy a baktériumoknak igazi mennyország, persze a fertőtlenítésére van sok remek praktika, de ha óvni szeretnénk a földet, érdemes más alternatívákra gondolni. A kókuszszivacs vagy a luffa szivacs remek választás.

Mosogatószer helyett pedig ott a mosogató szappan, amely teljesen vegán, és semmilyen káros anyagot nem tartalmaz. Tükrök tisztítására is tökéletesen alkalmas az ecet. Fele-fele arányban vízzel elkeverve, ha egy kiskanálnyi mosószódát rakunk hozzá, akkor még a zsíros ujjlenyomatoktól is könnyedén megszabadulhatunk.

A padló tisztántartása szinte gyerekjáték. A fugákban található kosz egy kis szódabikarbóna segítségével könnyedén eltávolítható. A padló újjávarázsolásához csak néhány összetevőre van szükségünk: fél liter melegvízhez hozzáadunk négy evőka-

nál almaecetet vagy két evőkanál olívaolajat. Az így kapott keveréket összerázva, már mehet is a padlófényezés egy tiszta rongy segítségével.

A tökéletes házi csempetisztítóhoz 3 deci ecetre, 3 deci vízre és egy teáskanál sóra van szükségünk.

A zöld háztartásunk teljessé válásához elengedhetetlen a jó mosószer és öblítő megválasztása. Mosószerben már az üzletekben is rengeteg környezetbarát és vegán termék található. De alternatívaként szolgálhat a mosószóda vagy a mosódió. Ezek a termékek ugyanúgy tisztítják és fertőtlenítik a ruhát és sok esetben még a csomagolásukban sem használnak műanyagot. Öblítőként tökéletes az ecet vagy a mosóparfüm.

Ezek az egyszerű, de praktikus lépések nagy segítségére lehetnek a földnek. Ha nem is tudunk mindent bevezetni a háztartásunkba, de legalább tettünk valamit! Zöldülésre fel!

Vinītā Devī Dāsī





Fessünk a term

A kőolajipar után a második leginkább környezetszennyező ágazat a festékipar, az is főként a ruhafestékek nagy mértékű felhasználása miatt. Emiatt kezdenek egyre népszerűbbek lenni azok a ruhaneműk, amik természetes festékekkel, a vega-ság terjedése miatt pedig leginkább azok, amik növé-nyi festékekkel készülnek.

Az emberek évezredek óta használták a növényekben rejlő színezékeket nemcsak a ruháik, hanem haszná-lati tárgyak, festmények, stb. díszítésére. Gyakran nem csak a divat határozta meg, hogy a ruháikat milyenre fessék, hanem a társadalmi helyzetük. A védikus kultú-rában még a színek is jelentéssel bírnak: az iskolás fiúk sárga öltözete az alázatosságot, a nőtlen szerzetesek sáfrányszínű viselete a lemondást, a családos férfiak fehér ruhája pedig a tisztaságot jelzi.

Az indiai növényvilág sokféle élénk festékanya-got szolgáltatott a ruhák színezéséhez már évezre-dek óta. A kurkuma, a mangó és a sáfrány sárgát, a szantálfa narancsot, vagy pirosat, az indigó és a lótszvirág kékét, hogy csak a legismerteb-beket említsük.

Hazánkban is rengeteg olyan növényt ismerünk, melyek termésével, virá-gával, levelével, kérgével, vagy akár a gyökerével szép és tar-tós színeket festhetünk.

Krisna-völgy területén

észet színeivel!

nagyon sok növényt találtunk, melyekkel a Syama Handmade műhelyünkben el tudtuk kezdeni a textil-festést. A ritkább festőnövények megtermesztésére pedig egy saját festőnövénykertet is elindítottunk, amiben immár több, mint egy tucat növényfaj megtalálható.

A fűzfa, a cserszömörce és a vérehulló fecskefű levele szép sárga színt ad; a kénsárga pillangóvirág élénk narancsot; a festő buzér gyökere pirosat; a bűdöske és a menyecskeszem virága, valamint a dióburok különböző árnyalatú barnákat; a bodza bogyója és a rózsaszirm lilát; a festő csülleng és az indigó levele kékét; a borostyán és a som szürkét, a cserfa kérge pedig feketét.

Fontos alapelv, hogy legfeljebb annyit gyűjtsünk egy-egy vadon termő növényből, ami az adott helyen annak fennmaradását nem veszélyezteti. A növényekkel való festésnél a végeredmény több tényezőtől is függ: friss, vagy szárított növényről van-e szó; nem mindegy, hogy melyik hónapban szedjük; milyen módon szárítjuk, mennyit használunk belőle, stb. Ezért egyszerre szokták az adott ruhához az összes alapanyagot megfesteni. A növényekkel való különböző festési mód-szerek elsajátítására pedig tanfolyamokat is elkezdtünk hirdetni.

A természet színeit felhasználva gyönyörű árnyalatokkal festhetjük meg a saját magunk által lenből, kenderből, gyapjúból készített ruháztunkat, ami így teljesen önfenntartó és környezetbarát.

Premamoya Dāsa



KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK

A KṚṢṆA-TUDATRÓL

MELYIK VILÁGVALLÁS RÉSZE A KṚṢṆA-TUDAT?

A Kṛṣṇa-tudat vallástörténeti szempontból a hinduizmus része. A hinduizmus gyűjtőfogalom, India azon több ezer éves vallásait foglalja magában, amelyek a védikus irodalmon (India ősi szanszkrit nyelvű szent-írásain) alapulnak. A *vaiṣṇavizmus*, vagyis a Viṣṇu-, illetve Kṛṣṇa-hit a hinduizmus legősibb, legismertebb és legelterjedtebb irányzata.

A buddhizmus is Indiából indult ki, de ennek eredete jóval későbbre tehető, és Gautama Siddhārtha Buddha személyéhez kapcsolódik (i.e. 6–5. sz.). A Kṛṣṇa-hit és a buddhizmus tehát két külön világvalláshoz tartozik.

MILYEN RÉGI EZ A VALLÁS?

A védikus szentírások közlései szerint a Kṛṣṇa-tudat vallása egyidős a világ keletkezésével, hiszen magától Istentől, Kṛṣṇától származik. A tanítások ősidők óta mesterről tanítványra szálltak alá, s körülbelül ötezer évvel ezelőtt jegyezte le őket Vyāsadeva, Isten inkarnációja.

MELYEK A KṚṢṆA-TUDAT SZENT KÖNYVEI?

A Kṛṣṇa-tudat szentírásainak a védikus szentírásokat tekintjük. A *veda* szanszkrit szó, jelentése: tudás, tudomány. A hagyomány szerint a védikus tudás, örök igazság lévén, az univerzum kelet-

kezésével egy időben jött létre. A védikus írások *mantráit*, verseit Brahmā, az első teremtetett félisten mondta ki először hangosan. Ezután a tudás mesterről tanítványra szállt alá, hallás útján. Később (mintegy öt- ezer évvel ezelőtt) Śrīla Vyāsadeva a könnyebb érthetőség érdekében részekre osztotta, lejegyezte és magyarázatokkal látta el ezt a tudás-gyűjteményt.

MELYEK A VÉDIKUS ÍRÁSOK?

Vyāsadeva az eredeti Védát négy részre osztotta: *Ṛg* (Imádságok könyve), *Sāma* (Himnuszok könyve), *Yajur* (Áldozatok könyve) és *Atharva* (Varázslatok könyve). Száznolc *upaniṣad* létezik, melyek lényegét Śrīla Vyāsadeva a *Vedānta-sūtrában* foglalta össze. Ehhez írt egy magyarázatot is, *Bhāgavata-purāṇa* (más néven: *Śrīmad-Bhāgavatam*) címmel. A *purāṇák* történeteket is tartalmazó történelmi írások, amelyek az univerzum távoli múltjára is visszatekintenek. Tizen-nolc fő *purāṇa* létezik.

A védikus irodalom körébe tartozik még a két nagy eposz, a *Mahābhārata* és a *Rāmāyaṇa* is. Ezeken kívül számos kiegészítő védikus írás létezik, amelyek többek között a társadalom törvényeivel, az ember kötelességeivel, a szanszkrit nyelvvel, a logikával, a szertartástannal, az asztronómiával kapcsolatos tudnivalókat foglalják össze.



Szent iratoknak számítanak a *vaiṣṇava ācāryák* – a tanítványi láncolat lelki tanítómesterei – által a védikus íráshoz írt magyarázatok és kiegészítések is.

MIRŐL SZÓL A VÉDIKUS IRODALOM?

A védikus íráshoz legfontosabb részei teológiai kérdésekkel foglalkoznak: valódi önvalónk feltárásával, Isten mibenlétével, az anyagi világ törvényszerűségeivel és az emberi élet végső céljával.

A transzcendentális tudás mellett a védikus íráshoz természetesen anyagi témákat is tárgyalnak, így pl. az orvostudományt (*Āyur-veda*), a hadtudományt és a politikát (*Dhanur-veda*), a zene tudományát (*Gāndharva-veda*), az építészeti tudományát (*Sthāpana-veda*), az asztrológia és a csillagászat tudományát (*Jyotiṣa-veda*), és így tovább. A védikus íráshoz az anyagi és a lelki tudás legőszibb, Istentől származó gyűjteményei.



Kolostorok titka hétvége

Szánj egy hétvégét önmagadra!

- ▶ Szeretnéd jobban megismerni, milyen erők rejlenek benned?
- ▶ Kipróbálnád a meditációt a gyakorlatban?
- ▶ Kész vagy egy belső felfedező kalandra és utazásra?
- ▶ Van érettséged, de nincs érettséged?

További információ: Lilā-śuka Dāsa (Kissimon László)
Tel.: +36 30 530-6369 E-mail: kiprobalom@krisnavolgy.hu
www.tanfolyamok.krisnavolgy.hu

Helyszín:
Krisna-völgy,
Somogyvámos





HEMĀṄGĪ DEVĪ DĀŚĪ

Kókuszos zöldbab

Könnyű, nyári főétel. Ízlés szerint rizsszel vagy indiai lepénykenyérrel tálaljuk.

HOZZÁVALÓK:

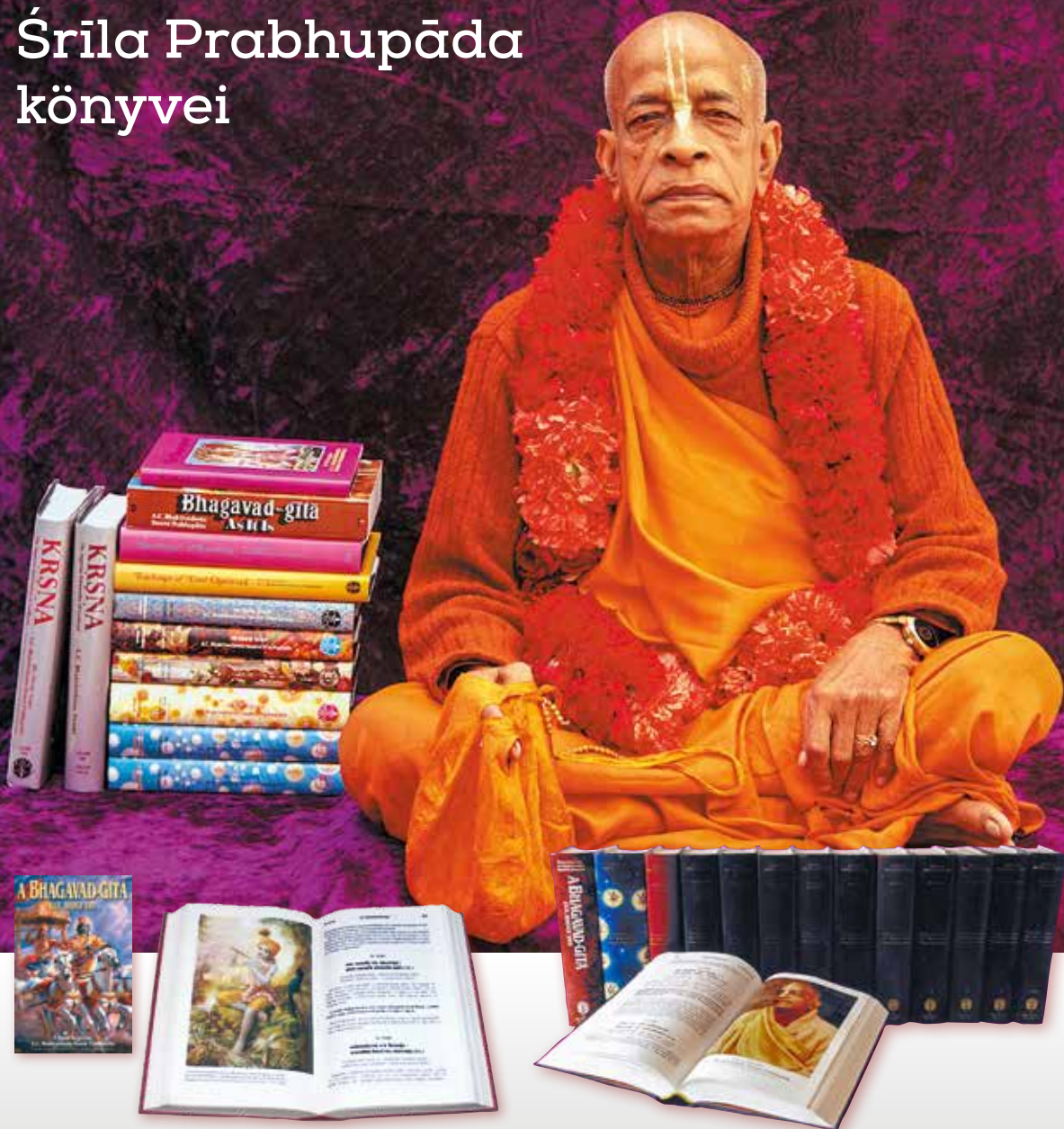
- 2 ek kókuszszír vagy olaj
- 2 kk fekete mustármag
- 6-8 curry levél
- 2 ek kókuszreszelék (friss vagy szárított)
- 1 ek reszelt friss gyömbér
- 2 kk őrölt koriander
- ¼ kk őrölt csili (ízlés szerint)
- ½ kk kurkuma
- 70 dkg zöldbab
- 1,5 kk só
- 1,5 dl kókuszkrém

ELKÉSZÍTÉS:

A zsiradékot egy lábosban felhevítjük, majd kipatogatjuk benne a fekete mustármagot. Hozzáadjuk a curry levelet, a gyömbért és a kókuszreszeléket, és megpirítjuk. Ezután jöhetnek a porfűszerek: a koriander és a csili. Néhány másodpercig ezeket is pirítjuk, majd beleszórjuk a kurkumát, hozzáadjuk a megtisztított, összevágott zöldbabot, megsózzuk, és felöntjük annyi vízzel, amennyi épp ellepi. Lefedjük az edényt, és addig főzzük, míg a zöldbab megpuhul. Ha megvan, belekeverjük a kókuszkrémet, összeforraljuk és néhány percig sűrítjük.



Śrīla Prabhupāda könyvei



A Bhagavad-gītā úgy, ahogy van

A *Bhagavad-gītā*, melyet India lelki bölcsességének tartanak, a rendkívül mély védikus tudás alapműve, 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 tizenhét versből álló monumentális alkotás, melyet „a védikus irodalom fája érett gyümölcsének” neveznek, a védikus tudás legteljesebb és leghitelesebb magyarázata.

Kötetenként 800–1200 oldal,
kötve, színes illusztrációkkal

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

Kiadványaink megrendelhetők webshopunkban.
A könyveket postai utánvétellel küldjük ki.

www.bolt.krisnavolgy.hu



Krisna-völgy, Indiai Kulturális Központ és Biofarm

8699 Somogyváros, Fő u. 38. Telefon: (85) 540-002,
info@krisnavolgy.hu, Csoportszervező: (30) 4363-900
NYITVATARTÁS: mindennap 10:00 – 17:00

Belépőjegy: diák / nyugdíjas: 1140 Ft/fő;
felnőtt: 1640 Ft/fő
(Az árváltoztatás jogát fenntartjuk.)



További információ:

www.krisnavolgy.hu

www.okovolgy.hu

