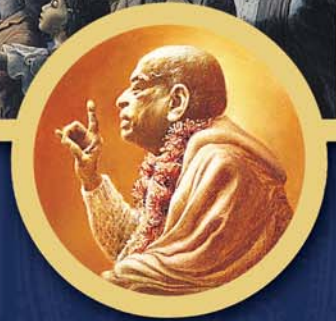


Isten a világosság. A tudatlanság sötétség. Ahol Isten jelen van, ott nem lehet tudatlanság.



A Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közösségének magazinja 15. szám



E számunk témája:

Étkérdések

a tartalomból

Ne ölj!

Trónfosztási kísérlet

Az állatok jogairól

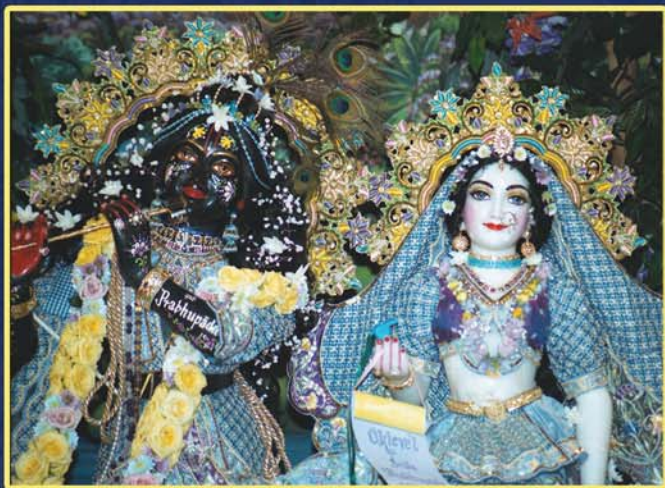
Ha vitára kerülne sor...

Egészséges és erkölcsös
táplálkozás



Tribhuvana sundara Śrī Śrī Rādhā-Śyāmasundara

Krisna-völgy templomának oltárán



Ő Isteni Kegyelme
A. C. Bhaktivedanta
Swami Prabhupāda

A Krisna-tudat Nemzetközi
Szervezetének alapító
ācāryája



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

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



A mahā-mantra

A szanszkritban a *man* jelentése: „elme”, a *tra* pedig megszabadulást jelent. A *mantra* tehát transzcendentális lelki hangok sora, melyek megszabadítják az elmét az anyagi lét gyötrelmeitől. Az ősi védikus irodalom egyetlen *mantrát* jelöl meg *mahā* (legfelsőbb) *mantra-ként*. A *Kalī-santarana Upaniṣad* magyarázza, hogy „ez a tizenhat szó – Hare Kṛṣṇa, Hare Kṛṣṇa, Kṛṣṇa Kṛṣṇa, Hare Hare, Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare – kifejezetten arra szolgál, hogy enyhítsen a jelen kor veszekedéssel és aggodalommal teli káros hatásán.”

A *Nārada-pañcarātra* kijelenti, hogy „a Hare Kṛṣṇa *mahā-mantra* magában foglalja az

összes *mantrát* és folyamatot, mely az önmegvalósítást célozza.”

Öt évszázaddal ezelőtt, amikor a *mahā-mantra* egész Indiában elterjedt, az Úr Caitanya így imádkozott: „Ó, Istenség Legfelsőbb Személyisége, szent nevedben minden transzcendentális energiád benne van.”

A Kṛṣṇa név azt jelenti, hogy mindenkit vonzó, a Rāma jelentése: aki mindenkinek boldogságot okoz, a Hare pedig az Úr odaadó energiájának a neve. A *mahā-mantra* jelentése tehát a következő: „Ó, mindenkit vonzó és mindenkinek örömet szerző Úr, ó, Úram gyönyöreenergiája, kérlek, foglald le odaadó szolgálatodban!” Énekeld a Hare Kṛṣṇa *mahā-mantrát* és az életed tökéletessé válik!



Étkérdések – létkérdések. Az ősi indiai, védikus kultúrában nagy jelentőséget tulajdonítottak annak a kérdésnek, hogy mit eszik az ember. Táplálkozási szokásaink nem csak a súlyunkat és az egészségünket befolyásolják, hanem a gondolatainkat, a tudatunkat is. Az élet legfőbb célja pedig a tudatunk megtisztítása, a tiszta Isten-tudat, a Kṛṣṇa-tudat elérése. Ezért a Kṛṣṇa-tudat Nemzetközi Szervezetének egyik fő célkitűzése az, hogy megváltoztassa az emberiség – vagy legalábbis minél több ember – azon kegyetlen szokását, hogy érzéketlenül lemészárolt állatokat tesz a tányérjára. Ez a kollektív agresszió nemcsak igazságtalan „néma testvéreinkkel” szemben, hanem a karma törvénye miatt erőszakos viselkedésünk betegsége, háborúk, szenvedés és pszichés szorongások formájában vissza is üt ránk. A húsevés egy rossz szokás. De a rossz szokások levethetőek. Legyünk szelídek, legyünk boldogok. Legyünk vegetáriánusok!

Manorāma dāsa

Bölcselet

Ne ölj!	4
Akárhonnan nézzük	6
Trónfosztási kísérlet	8
„Levelet, virágot, gyümölcsöt, vizet...”	11
Táplálkozási szabályok a világvallásokban	12
Legyetek jók, ha tudtok!	14

Tudás-formák

Egészséges és erkölcsös táplálkozás	16
-------------------------------------	----

Társadalmak

Egy borjúlélek monológja	23
A húson túl	30
Attrakciók	18
Ha vitára kerülne sor...	24
Az állatok jogairól	26

Kultúra

Tej: béke és bőség	28
Kié a felelősség?	32

Élet-stílus

Állattenyésztés vagy tehénvédelem?	34
Enni vagy nem enni? Ez itt a kérdés!	36
Hogyan főzzünk?	37
Śrīmad-Bhāgavatam	19
Nārada Muni és a vadász története	38

© 2002 Vissza Istenhez magazin
Minden jog fenntartva.
ISSN 1587-4362



A LAP MUNKATÁRSAI:

Felelős szerkesztő: Manorāma dāsa. **Főmunkatárs:** Hemāṅgī devī dāśī. **Rovatvezető:** Hemāṅgī devī dāśī, Īśvara Kṛṣṇa dāsa, Līlāvatāra dāsa, Pārtha dāsa, Rādhānātha dāsa. **Olvasószerkesztő:** Prema-vinodīnī devī dāśī. **Művészeti tanácsadó:** Magyar Zsuzsanna. **Nyomdai előkészítés:** Sundara-rūpa dāsa. KIADJA: a Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közössége, 8699 Somogyvámos, Fő u. 38. Tel.: (85) 340-130, (30) 228-4400,

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 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, 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 Kríśnának, a Caitanya szót pedig Csaitanyjának ejtjük.



1973 júliusában Śrīla Prabhupāda egy Párizs melletti kolostorba látogatott, ahol Jean Daniélou kardinálissal a Biblia ötödik parancsolatáról – „Ne ölj!” – beszélgetett. Az alábbiakban ebből közlünk egy részletet.

Az ötödik parancsolat

Ne ölj!

tápláléka a másíknak, de ez nem jelenti azt, hogy az anyát meg kell ölni az ételért. Az ember elveszi a tejét, aztán megöli a vágóhídon. Ez nagyon bűnös tett.

Tanítvány: A kereszténység törvénye a húsevésről azon az elképzelésen alapul, hogy az alacsonyabb rendű fajoknak nincsen lelkük, nem úgy, mint az embernek.

Śrīla Prabhupāda: Először is meg kell értenünk, hogy a testben ott a lélek. Akkor megnézhetjük, hogy vajon tényleg csak az embernek van-e lelke, és a tehénnek nincs. Miben tér el egymástól a tehén és az ember? Ha találunk akár csak egyetlen különbséget is általános jellemzőikben, akkor mondhatjuk, hogy az állatban nincs lélek. De ha azt látjuk, hogy az állatot és az embert ugyanazok a tevékenységek jellemzik, hogyan mondhatjuk, hogy az állatnak nincs lelke? Az általános jellemzők a következők: az állat eszik, az ember is eszik; az állat alszik, az ember is alszik; az állat párosodik, az ember is párosodik; az állat védekezik, az ember is védekezik. Hol a különbség? (...) A mi *Bhagavad-gītā*nk kijelenti: *sarva yoniṣu*, azaz „a lélek az élet minden fajtájában jelen van.” A test olyan, mint egy ruha. Önnek fekete a ruhája, én sáfrányszínűbe vagyok öltözve. De a ruhán belül ön egy emberi lény, és én is egy emberi lény vagyok. Ugyanígy, a különféle fajták teste is olyanok, mint a különféle öltözetek. Négymillió-nyolcszázezer faj, azaz öltözet van, de mindegyikben ott van a lélek, Isten szerves része.

Daniélou kardinális: Az embernek szüksége van az állatok megölésére, hogy legyen mit ennie.

Śrīla Prabhupāda: Ez nem így van. Az ember ehét gabonát, zöldséget, gyümölcsöt és tejet is.

Daniélou kardinális: Húst nem ehét?

Śrīla Prabhupāda: Nem. Az ember vegetáriánus ételre van teremtve. A tigris soha nem enné meg a gyümölcsöt. Az ő előírt étele az állati hús. Az ember étele azonban a zöldség, a gyümölcs, a gabona és a különféle tejtermékek. (...) A tehénnek megisszuk a tejét, ezért ő az anyánk. Egyetért ezzel?

Daniélou kardinális: Igen, természetesen.

Śrīla Prabhupāda: Tehát ha a tehén az anyánk, hogyan támogathatja a megölését? Elveszi tőle a tejet, aztán amikor megöregszik, és nem tud több tejet adni, elvágja a torkát. Emberhez méltó tett ez? A tehénölés az egyik legnagyobb bűn. A Kṛṣṇa-tudat prédikálása során arra kérjük az embereket, hogy ne egyenek semmilyen húst, s a tanítványaim is szigorúan betartják ezt az elvet. Amíg az ember bűnös, nem értheti meg Istent. Az emberi lény leg-

fontosabb feladata az, hogy megértse Istent és szeresse Őt. Ha azonban kitart bűnös szokásai mellett, soha nem lesz képes megérteni Istent – az iránta való szeretet eléréséről nem is beszélve. (...) A legbűnösebb dolog az, ha vágóhidakat tartunk fönn, csupán azért, hogy kielégítsük a nyelvünket. Emberi társadalomról addig nem is beszélhetünk, amíg a vágóhidak működtetésének egyetlen gyakorlata abba nem marad. Ha az ember esetleg olyan szélsőséges körülmények közé kerül, hogy saját túlélése érdekében kénytelen húst enni, legalább az anya állatot, a tehenet ne ölje meg. Ez csupán emberi tisztesség kérdése. A Kṛṣṇa-tudat mozgalmában azonban a mi gyakorlatunk az, hogy nem engedjük egyetlen állat megölését sem. Kṛṣṇa azt mondja: *patraṁ puṣpaṁ phalaṁ toyam yo me bhaktiā prayacchati*. „Zöldséget, gyümölcsöt, tejet és gabonát kell Nekem szeretettel felajánlani.” (*Bhagavad-gītā* 9.26) Mi csupán Kṛṣṇa ételének a maradékát – a *prasādāt* – esszük. A fák számtalan különféle gyümölccsel látnak el bennünket, de a fát ezzel nem öljük meg. Természetesen az egyik élőlény



Egy könyv, amely egyszerre gyönyörködtet, szórakoztat és elgondolkodtat...

Amikor Darwin megjelentette *A fajok eredetét*, ez azzal a reménnyel töltött el egyes tudósokat, hogy az élőlények csodálatos összetettségét egy intelligens tervező segítségével hívása nélkül is meg lehet magyarázni. Az azóta eltelt százötven év alatt azonban nem sikerült igazolni ezt a feltételezést. *A természet IQ-ja* a természet sok olyan csodájával szembeállítja, melyet az evolucionistáknak eddig semmilyen, szigorúan tudományos módszerrel nem sikerült megmagyarázniuk.

A természet IQ-ja szerzői remek érveket sorakoztatnak fel amellett, hogy miért *ne* fogadjuk el tovább valódi magyarázatként a darwini tündérmesét. A szerzők a biológia tudományán belül új életet leheltek az intelligens tervezés érvrendszerébe. Könyvük minden bizonnyal az irányzat klasszikusává válik majd...

Michael A. Cremo

Az *emberi faj rejtélyes eredete* című tudományos bestseller szerzője

Látszólag nincs semmi meglepő abban, hogy a hangyák hangyaként, a madarak madaraként, az emlősállatok pedig emlősökként viselkednek. Táplálkozási, védekezési, szaporodási tevékenységeik jelentős részét ösztönösen hajtják végre. De *honnan tudják* az állatok, hogy mit, mikor és hogyan kell csinálniuk? Honnan származik a természetben megnyilvánuló értelem? Igaz lenne az a manapság széles körben hangoztatott nézet, mely szerint a tudatlan anyagmassza hosszú idő leforgása alatt intelligenssé vált? Saját magától intelligens a természet?

Napjainkban a legtöbb kutató Darwin evolúciós elméletét fogadja el, és az

egyszerűbb viselkedési formák fokozatos, lépcsőzetes változásának elmélete alapján kísérli meg elmagyarázni a magatartásformák kialakulását. Óriási meglepetések érnek azonban bennünket, amikor ezen a módon próbáljuk meg levezetni a *konkrét* állati cselekvések „kialakulását” – s kiderül, hogy ez lehetetlen!

Elképzelhető, hogy mégis inkább egy természetfeletti, külső intelligencia tükröződik sokszínűen a világunkban, amely a saját végtelenül ötletes megoldásait alkalmazta az élővilág kialakítása során? Döntsön az olvasó!



Megjelent „A természet IQ-ja”!

160 oldal, több mint 200 színes képpel illusztrálva.

Ára (postaköltség nélkül): 3200 Ft

Megrendelhető:

postai úton: MKTHK-BHAKTI, Budapest Pf. 18. 1286;

faxon: 201-0000; e-mailen: isvara.krsna.srs@pamho.net.





Akárhonnan nézzük...

Néhány szempontot szeretnék felsorolni azzal kapcsolatban, hogy mi a haszna a vegetarizmusnak, illetve mi indokolja, hogy valaki vegetáriánus legyen. Számtalan ilyen szempont van. Ezek közül a négy legfontosabbat szeretném megvizsgálni, amelyek arra világítanak rá, hogy nekünk, embereknek miért jobb, ha a vegetáriánus életstílust választjuk. Az első az egészségügyi, a második a gazdasági, a harmadik az erkölcsi, a negyedik pedig a lelki szempont.



Néhány tudósnak, aki nincs tisztában a tudománnyal, az a véleménye, hogy a teljesen vegetáriánus életmód nem egészséges, és a húsevés elengedhetetlen. Bizonyított azonban, hogy nagyon komoly betegségek hozhatók kapcsolatba a húsvéssel. A statisztikák alapján Indiában például nincsenek szívbetegségek vagy egyéb, koleszterinnel kapcsolatos betegségek, mert még ebben a generációban is olyan minimális a húsfogyasztás. Kétféle élőlény van: a húsevők és a növényevők. Ha tanulmányozzuk a testfelépítésüket, kiderül, hogy van köztük különbség. Az emberi test felépítésének semmi köze a húsevőkéhez. A természet terve tehát az, hogy az emberek növényevők legyenek. Ha ehelyett azt eszik, ami számukra nem természetes, hogy lehetnének egészségesek? Gyakran hangzik el az az érv, hogy azért kell állati húst enni, mert másképp a szervezet nem kapja meg a szükséges vitaminokat, fehérjéket és ásványi anyagokat. De ezek a fehérjék és vitaminok az állat testébe is úgy kerülnek, hogy az állat növényt eszik. A növényekbe pedig a napból, a földből és

az esőből kerülnek mindezek a tápanyagok. Egyszerűen csak tudnunk kell, hogy melyek azok a zöldségek, gyümölcsök, hüvelyesek, gabonafélék, tejtermékek, amelyek tartalmazzák mindazokat az ásványokat, vitaminokat és proteinek, melyekre a testnek szüksége van. Az egészséges élethez minden megtalálható a gabonafélékben, a zöldségekben, a gyümölcsökben – sőt, még nagyobb mennyiségben és jobb minőségben, mint a húsban.

A második szempont a gazdasági szempont. Egyesek néha azzal érvelnek, hogy vegetáriánusnak lenni nagyon drága, olcsóbb a húsevés. A gyakorlatban azonban ez nem igaz. Láthatjuk, hogy a burgonya, a rizs, a liszt, a kukorica és a többi gabona mind sokkal olcsóbb, mint a hús. Aztán az állatokat is gabonával kell etetni. Egy kiló hús előállításához 14–18 kg gabona szükséges. Ez azt jelenti, hogy ha egy hektáron mondjuk x mennyiségű állatot tudunk tenyészteni, akkor ugyanazon az egy hektár földön 14-szer vagy 18-szor annyi gabona tud nőni, ami összességében táplálóbb. Mindenki fél,

hogy a Föld egyszer csak majd nem tudja eltartani azt a hatmilliárd embert, aki a bolygón él. Ha ez a hatmilliárd ember húst akar enni, akkor lehet, hogy egy idő múlva tényleg nem tudjuk majd eltartani az emberiséget. De ha belátjuk, hogy ugyanazon a földterületen, ahol azt az egy állatot tenyésztik, tizenötször annyi másféle ennivalót lehet termelni, ami sokkal finomabb, és ugyanakkor egészségesebb is, akkor nincsen komoly probléma. Láthatjuk tehát, hogy valójában nem olcsóbb a hús, és a mezőgazdaság szempontjából is sokkal praktikusabb növényevőnek lenni, illetve a növényevést támogatni.

Aki volt már valaha vágóhídon, biztosan nem fogja azt gondolni, hogy az egy jó hely, hiszen olyan hatalmas ott a szenvedés. Ott vannak azok az állatok, akik éreznek, szeretnek, akiknek van családjuk, akik élni szeretnének – és kegyetlenül levágják őket. Miért szenvedjenek az állatok azért, mert mi enni akarunk? Természetesen felmerül a kérdés, hogy a zöldségekben, a gabonában is van élet, és nem szenved-e az a növény is? De igen, de van egy nagyon



lényeges különbség a tekintetben, hogy mennyire érzi az a gabona, amikor learatják, és az az állat, amikor levágják. Mert a növények az élőlények hierarchiájának alacsonyabb szintjén helyezkednek el, mint az állatok. Ezt az is bizonyítja, hogy amikor augusztusban kimegyünk a szántóföldre, és megnézzük, hogyan aratják le a búzát, az egy teljesen más helyzet, mint a vágóhíd. Ezt minden, kicsit is érzékeny ember tapasztalhatja. Milyen erkölcs van emögött? Életében minden húsevő 8000 állat haláláért felelős, és ezek nemcsak kis állatok, csirkék, hanem nagy állatok, tehenek is. Azt mindenkinek saját magának kell eldöntenie, hogy hajlandó-e vállalni a felelősséget 8000 élőlény haláláért. Mert ez történik a világ civilizált részeiben. És miért? Ar-

gentína például egy nagyon gazdag ország volt, amíg fel nem állították a vágóhidakat. Ott nagy puszták vannak, jó legelők, s most egész Argentína egy nagy vágóhíd. Mint Írország. Írországot Európa vágóhídjának nevezik. Mert ott csak egy fő iparág van.

Az utolsó, a negyedik pont a lelki szempont. Az általános elvek minden vallásnál megegyeznek, amelyek közül az egyik legfőbb az erőszakmentesség elve. Minden vallás arra buzdítja a követőit, hogy lehetőleg kerüljék az erőszakot. A minimális erőszak azt jelenti, hogy nem állatokat eszünk, hanem zöldségeket, gabonaféléket, gyümölcsöket. Ahogy a Bibliában is benne van, hogy ne ölj. Nem azt mondja, hogy ne gyilkolj. Mert az ölés tilalma egy általános utasítás, minden élőlényre vonatkozik, a gyilkolás pedig csak az emberekre. A Bhagavad-gītában Kṛṣṇa is magyarázza: *patraṁ puṣpāṁ phalaṁ toyam* – a zöldség, a gyümölcs, a tej, a gabona a megfelelő étel. Nyilvánvaló, hogy Isten azt akarja, hogy minden élőlényt becsüljünk, nemcsak az embereket, hanem az állatokat is. Ha pedig valaki nagyon ragaszkodik a húsevéshez, akkor azt is megengedi, de vágóhidakról nincs szó. Az állatok úgyis meg-

halnak, akkor egye azt a húst, aki ezt szeretné. De arra semmi szükség, hogy létrehozzunk egy olyan iparágat, amelynek egyetlen célja az, hogy állatokat tenyészünk, hogy aztán megöljük őket. És nem szabad azt gondolni, hogy ha valaki más csinálja helyettem, akkor én megszabadulok e tett visszahatásától. Az az ember, aki tenyészt, aki levágja, aki csomagolja, aki szállítja, aki eladja, aki megveszi, aki eszi, mind egyformán bűnös cselekedetet végez és felelős a tettéért. Mindez pedig a tudatunkat, a gondolkodásunkat, az egész világlátásunkat is befolyásolja. Egy húsevőnek más a mentalitása, a viselkedése, mint egy növényevőnek. Emellett azt is látnunk kell, hogy milyen irányba halad a világ. Kevesebb erőszak van? Kevesebb háború van? Boldogabban az emberek? Kevesebben küzdenek pszichés problémákkal? Nem, épp ellenkezőleg. Ez kapcsolatban van azzal, hogy mit eszünk. Természetesen nem csak azért történnek rossz dolgok a világban, mert mindenki húsevő, de igenis lényeges kapcsolat van e két tényező között.

Śrīla Śivārāma Svāmī előadása
a vegetariánizmusról



HÍRES VEGETÁRIÁNUSOK

„A Föld bőségesen ellát bennünket ártatlan ételekkel, s olyan lakomákat biztosít nekünk, amelyekhez nem tapad vérontás vagy mézszárlás. Csak a fenekvadak csillapítják éhüket hússal, s még az állatok közül sem mind, mert a lovak, a marhák és a birkák füvel táplálkoznak.”

Pithagorasz

„A húsevés egyszerűen immorális cselekedet, mivel olyan aktust követel, mely ellentétben áll az erkölcsi érzékekkel: gyilkosságot. A gyilkossággal az ember nemcsak hogy legmagasabb rendű lelki képességének, a hozzá hasonlatos élőlények iránti együttérzésének vet gátat, hanem a saját érzékei megerősökölésével maga is kegyetlenné válik.”

Lev Tolsztoj

„Eljön az idő, amikor az emberek az állat húsától éppúgy irtózní fognak, mint most – az emberhústól.”

Lev Tolsztoj

„Tizenhat éves lehettem, mikor egy Tyron nevű író könyve került a kezembe, aki növényevő étrendet ajánlott olvasóinak. Úgy határoztam, megpróbálkozom vele. (...) Hamar elköltöttem könnyű étkeket, gyakran nem többet, mint egy darab sült tésztát vagy egy szelet kenyeret, egy marék mazsolát vagy egy pékmestertől kapott gyümölcsös lepényt meg egy pohár vizet – a többi időmet pedig tanulásra fordíthatam, sőt jobban is haladtam, hiszen a mérték tartó evés-ivás jutalma a szellem tisztasága és a fürgébb észjárás.”

Benjamin Franklin

„Meggyőződésem szerint mindenki, aki magasabbrendű képességeit a maguk teljességében akarta megtartani, mindenkor nagyon is hajlott afelé, hogy megtartóztassa magát az állati tápláléktól. (...) Valóban az emberi faj jövőjének fog számítani az, aki megtanítja majd az emberiséget arra, hogy beérje ártatlanabb, egészségesebb táplálkozással. Tulajdon tapasztalataimtól függetlenül is kétségtelennek tartom: az emberiség fejlődésének útja az, hogy lemondjon a húsevésről, ugyanúgy, ahogy a vad törzsek is abbahagyták egymás megevését, amikor civilizáltabb törzsekkel kerültek kapcsolatba.

Henry David Thoreau





Trónfosztási kísérlet

Avagy, le tudjuk-e győzni a természet törvényeit?

Mintegy fél éve új tudományos eredmény híre lepte el az újságokat, kiszorítva még a terrorizmus elleni nemzetközi küzdelemről szóló aktuálpolitikai híreket is. A világsajtó címlapjaira mindenütt az emberi sejt „sikeres” klónozásának szenzációja került. A bejelentés, még ha valótlan is — legalábbis, ami a sikerességet illeti — megosztotta a közvéleményt: a vallásos közösségeket megdöbbenetete és elborzasztotta, a tudományos közvéleményt etikai vitákra sarkallta. Természetesen a politikusok sem késlekedtek, hogy az emberiség érdekeire hivatkozva állást foglaljanak az ügyben.

A tudomány prófétáinak „csodái”

A fenti bejelentést sok hasonló előzte meg a közelmúltban. Megtudhattuk például, hogy ha a biotechnológia segítségével módosítjuk a különféle növények genetikai állományát, ellenállóbbá és nagyobb terméshozamúvá tehetjük őket. Dolly, a klónozott bárány megjelenése — amely sokak szerint már egy igazi ember alkotta teremtmény — azt sugallja, hogy elhárultak az akadályok teremteni vágyó fantáziánk útjából. Legutóbb pedig génmanipulált malacok tűntek fel a piacon, hogy emberekbe átültetett szerveikkel — amelyeket így már nem vet ki az emberi test — meghosszabbítsák az életünket.

Napjainkban az orvosi biológia az a tudományterület, ahol az emberi értelem teremtő ereje látszólag kézzelfogható eredményekben ölt testet, melyek révén beteljesülhetnek régi vágyaink: a betegségtől és szenvedéstől mentes élet, az öregedés folyamatának megállítása, sőt, talán még az örök élet elérése is.

Trónfosztási kísérlet

E hatalmas erőfeszítés sikere esetén azok, akik a materialista tudományba vetették hitüket, s a vallásosságot osto-

baságnak ítélve, Isten nélkül szeretnék megérteni az élet és a halál misztériumát, most egy olyan ponthoz érezhetik magukat közel, ahol tudomány-vallásukban a trónfosztott Isten helyére végre a győzedelmes és imigyen megdicsőült lázadó értelem, azaz végső soron maga az ember kerülhet.

Miközben ezek a botcsinálta istenek megpróbálnak felkapaszkodni a Teremtő trónjára, nem szabadna megfeledkezniük arról, hogy sem testük fogantatása, sem annak növekedése, sorvadása és pusztulása nincs az irányításuk alatt. A természet törvényeinek és az örök idő hatalmának azok is kénytelenek engedelmeskedni, akik — elégedetlenek lévén azok jelenlegi működésével — megpróbálják magukat kivonni alóluk. Ha előbb nem is, de a halál pillanatában még azok is kényszerű engedelmességgel hajtának fejet Isten törvényei előtt, akik egész életüket Isten tagadásának „szentelték”. A mulandó test elhagyásának jelentőségteljes pillanatában talán ők is felteszik a kérdést, hogy — korábbi reményeikkel ellentétben — vajon miért megmászhatatlanok és legyőzhetetlenek a természet törvényei.

A hamis büszkeség lelki vakságot okoz

Ahhoz, hogy az említett kérdésre valódi választ találjunk, a dolgokat először is a maguk igazi valójában kell látnunk. Egy ősi indiai mondás szerint csak akkor láthatjuk a világot olyannak, amilyen az ténylegesen, ha alázatosak vagyunk. A valóság megismeréséhez az első szükséges tulajdonság tehát az, hogy az embert ne tévessze meg a büsz-



keség. Az képes a valóságot látni, aki mentes minden, hamis büszkeségben és testi azonosításban gyökerező anyagi vágytól. Az anyagi vágyak egyrészt az élőlény gyerekes, hiábavaló tetteiben nyilvánulnak meg, melyeknek célja az anyagi természet törvényeinek legyőzése, másrészt abban a törekvésben, hogy uralkodhasson minden és mindenki fölött. Ez a mentalitás oda vezet, hogy az ember hinni kezd az anyagi tudomány erejében. Az anyagi tudomány terén elért parányi fejlődésen felbátorodva a hamis én-képpzellettel rendelkező ember még a Legfelsőbb Úr hatalmának is ellenszegül, aki pedig akár a másodperc töredéke alatt véget vethetne minden parányi emberi törekvésnek. Hamis büszkeségünk feladásával fel kell ismerünk, hogy nem mi vagyunk az anyagi természet urai; az Istenség Legfelsőbb Személyisége az Úr, és a valóság megismeréséhez az általa adott *igazi tudás* alázatos tanulmányozásával juthatunk.

A lelki tudás elsajátítása

A következő lépés e lelki tudás elsajátítása. Az Abszolút Igazságot csak azok az őszinte emberek érthetik meg, akik alázatosan közelítik meg mind a tudás forrását, mind magát a tudást, mind pedig azokat, akik már birtokába jutottak e tudásnak. Az íráskor ezért azt mondják:

*tad viddhi praṇipātena
paripraśnena sevayā
upadeśyanti te jñānaṁ
jñāninas tattva-darśinaḥ*

„Fordulj egy lelki tanítómesterhez, úgy próbáld megismerni az igazságot! Tudakozódj tőle alázatosan, és szolgálj őt! Az önmegvalósult lelkek képesek tudásban részesíteni téged, mert ők már látták az igazságot.” (Bg. 4. 34)

Ez a módja a tudás elsajátításának, melynek segítségével megérthetjük többek között azt is, hogy valójában hogyan működik az anyagi világ, mi a célja, és hogyan kell élnünk benne.

Az eredeti tudós maga Isten, az eredeti teremtmő

Az átlagembert talán lenyűgözik a nagy tudósok felfedezései, akik számtalan csodálatos dolgot tudnak „teremteni”, mert nem tudja, hogy Kṛṣṇa a teremtmője a millió és millió tudósnak, szerte az univerzumban. Kṛṣṇa nemcsak a teremtmők teremtmője: az anyagi elemeket is Ő hozza létre, amelyekkel az úgynevezett teremtmők mesterkednek. A tudósok a fizikai elemeket és a természet törvényeit használják föl, hogy valami csodálatosat hozzanak létre, de ezeket az elemeket és törvényeket Kṛṣṇa teremtette. Ez a valódi tudományos megértés. Az ateisták ezzel szemben állandóan azon igyekeznek, hogy elrejtsek Isten kezét, ami pedig minden teremtmésben ott van. Azt azonban nem tudják megmagyarázni, hogyan jöhetett volna létre a világmindenség a mögötte álló megfelelő intelligencia és mindenható erő nélkül. Az „öslevesről”, az „ösrobbanásról” és az „ösemberről” szóló találgatásokkal csak az idejüket vesztegetik.

Isten minden ok oka és a teremtés forrása

Mindent, ami létezik, Kṛṣṇa teremt különféle módon megnyilvánuló energiáin keresztül. Ez az anyagi, kozmikus világ az Úr Kṛṣṇa energiájának kiterjedése: „Mindaz, amit ebben a világban látunk, az Istenség Legfelsőbb Személyisége különféle energiáinak kiterjedése, Aki olyan, mint a tűz, mely messzire sugá-



rozza fényét, noha egy helyben marad.” (*Viṣṇu Purāṇa*) Ha tehát valaki nem kutat a legfelsőbb ok után, hanem haszontalan, átmeneti tettekbe merül, mi értelme, hogy fontos tudósként vagy filozófusként elismerik? Mit ér annak az embernek a tudományos és filozófiai kutatása, aki nem ismeri a végső okot? A *Bhagavad-gītā*-ban (10.8) az Úr azt mondja:

*aham sarvasya prabhavo
mattaḥ sarvaṁ pravartate
iti matvā bhajante mām
budhā bhāva-samanvitāḥ*

„Én vagyok mindennek az eredete. Minden, ami a teremtmésben létezik, Belőlem árad. Aki tökéletesen megérti, hogy mindenható lévén mindent Én teremtek, az megingathatatlan lesz az odaadó szolgálatban, és teljesen meghódol lótuszlábam előtt.”

Napjaink ateista tudósai, akik molekulákból akarnak életet teremteni, a

Az állítólagos tudósok és nagy kutatók nevetséges módon igyekeznek megtalálni az élet okát. Nem veszik figyelembe azt a tényt, hogy az élet már létrejött. Mi lesz az érdemük, ha rájönnek az élet kémiai összetételére? Vegyületeik pusztán az öt elem: a föld, a víz, a tűz, a levegő és az éter különféle átalakulásai. Ahogy a Bhagavad-gītā (2.20) elmondja, az élőlény sohasem keletkezik (na jāyate mriyate vā kadācin). Van az öt durva anyagi elem és a három finom anyagi elem (az elme, az intelligencia és az ego), és vannak az örök élőlények. Az élőlény egy bizonyos fajta testre vágyik, s az Istenség Legfelsőbb Személyiségének utasítására az anyagi természetből létrejön ez a test, ami nem más, mint egyfajta gépezet, amit a Legfelsőbb Úr irányít. (A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda)

külsődleges anyagi elemeket tekintik a megnyilvánult világ forrásának, és még a gondolattól is viszolyognak, hogy az élet a Legfelsőbb Úr szerves része. Az anyagi elemek az Úr elkülönült, alacsonyabb rendű energiájához tartoznak, a lélek pedig az Úr lelki energiája. Mindaz, amit tapasztalunk, beleértve az anyagot és a lelket, az életerőt is, nem más, mint az Úr Kṛṣṇa két energiájának, az alacsonyabb rendű és a felsőbbrendű energiának a kombinációja.

Az eredeti irányító és tulajdonos maga a Teremtő

Az anyagi világ élőlényei szintén e két energiából állnak. Az örök lélek élvezet-re irányuló vágyai alapján kapja anyagi energiából álló testét. Minden létforma másfajta élvezetre nyújt lehetőséget. A különböző fajoknak egyaránt joguk van az élethez, az emberek mégis úgy vélik, hogy ez a Föld bolygó kifejezetten az emberi társadalom tulajdona. A világ vagyona azonban valójában Kṛṣṇaé, és így az Úr minden teremtményének – embernek és állatnak egyaránt – születésénél fogva joga van használni Isten tulajdonát, hogy létszükségeit fedezve fenntartsa magát. Amikor az emberek megtanulják annak a művészetét, hogyan használják az Úr tulajdonát, nem fognak többé beavatkozni egymás életébe és jogaiba. Így harmóniában tudnak majd élni a Teremtővel, a természettel és egymással is. E harmónia alapelvét a *Śrī Īsopaniṣad* első mantrája fogalmazza meg:

*īśāvāsyam idaṁ sarvaṁ
yat kiñca jagatyāṁ jagat
tena tyaktena bhuñjīthā
mā gṛdhaḥ kaśya svid dhanam*

„A világegyetemen belül az Úr irányít minden élő és élettelen, s minden az Övé. Az embernek ezért csak azt szabad elfogadnia, amire szüksége van, és ami megilleti. Minden mástól tartózkodnia kell, jól tudván, hogy az kihez tartozik.”

Ez a mindenre kiterjedő elrendezés biztosítja az élőlények számára a lét-fenntartásukhoz szükséges tulajdont, valódi igényeik szerint, hogy az egész



világon mindenki békében és boldogan élhessen.

Az egyetemes egyenlőség elve

A Legfelsőbb Úr, minden élőlény atyja, mindenkire egyformán kedves, és mindenkinek a javát akarja. Az igazi tudás birtokában lévő tudós tudja, hogy mind az Úr, mind pedig az élőlények lelki természetűek, s így mindenkit egyenlőnek lát. Az igazi bölcs ezért nem tesz semmilyen különbséget a fajok vagy kasztok között, számára ezek a testi különbségek nem jelentenek semmit:

„Az alázatos bölcsnek igaz tudásuk révén egyenlőnek látják a tanult és szelíd brāhmaṇát, a tehenet, az elefántot, a kutyát és a kutyaevőt [a kaszton kívülit] is.”

Sajnos a materialisták, akik sem Isten tervezésében nem hisznek, sem magasabb rendű lelki fejlődésre nem vágyanak, rosszul használják Istentől kapott intelligenciájukat. Nem érdeklik őket Isten törvényei és más, magasabb rendű célok. Csak az érzékielégítés utáni háttartalan vágyukat akarják kielégíteni, s miközben valódi céljukról elterelve a figyelmet, a világ jólétéről tartanak hangzatos előadásokat, csupán élőlénytársaikat használják ki.

A léttszítítás

Az emberi társadalom szenvedésének oka a tisztátalan életcél, vagyis az a vágy, hogy uralkodjunk az anyagi természetben. Minél inkább megpróbálja az emberi társadalom kihasználni a még kiaknázatlan anyagi tartalékokat az érzékielégítés érdekében, annál inkább az Úr illuzórikus anyagi energiájának

csapdájába kerül, s így a világ gyötrelme – ahelyett, hogy enyhülne – egyre fokozódik.

A klónozási kísérletek és egyéb tudományos kutatások célja az, hogy valahogy meghosszabbítsák az emberi életet, és kiszorítsák a haláltól való rettegést az életből. Az anyagi világ azonban természeténél fogva szenvedéssel teli, s a születés, a betegség, az öregkor és a halál örök velejárója. Ha a tudósok kísérleteikhez más élőlényeket pusztítanak el, bűneik visszahatásaként szenvedésük csak fokozódni fog. Bármennyi erőfeszítést tesznek is annak érdekében, hogy kényelmessé tegyék ezt a világot, sohasem lesznek sikeresek. A szenvedés célja az, hogy megértsük: ez az anyagi világ nem jó hely. De ha a megmászhatatlan törvények elleni küzdelem helyett inkább megtanulunk az Úr útmutatásai szerint élni benne, és megértjük a célját, örökre megszabadulhatunk az anyag börtönével járó szenvedésektől, és örök boldogságban élhetünk.

Napjaink embere számára, aki elvesztette a képességet, hogy tökéletes látásmóddal rendelkezzen az életről, az olyan szentírások jelentik a fáklyát, mint a *Śrīmad-Bhāgavatam* és a *Bhagavad-gītā*, melyek fényénél láthatja a valódi utat. A *Śrīmad-Bhāgavatam* Isten nektári üzenete. Ha megfelelő tudatban hallgatjuk, az élet tisztátalan célja, az anyag fölötti uralkodás vágya enyhül.

A Kṛṣṇa-tudat mozgalma olyan, a fenti elveken alapuló lelki közösséget kínál, amelyben az emberek a világ minden részén képesek lesznek békés, tudással és boldogsággal teli életet élni, tejes harmóniában Istennel és a természettel.

Gaura Śakti dāsa

„Levelet, virágot, gyümölcsöt, vizet...”

Több oka lehet annak, amiért valaki a vegetáriánus étkezés mellett teszi le a voksot. A döntés mögött meghúzódó legáltalánosabb felfogás az, hogy egészségesebben élnek azok az emberek, akik mellőzik a húsfélék fogyasztását. E nézet hangoztatói hathatós érveket sorakoztatnak fel amellet, hogy az ember biológiai felépítését tekintve növényevő. Vannak, akik felesleges kilóktól szeretnének megszabadulni, s ezért vállalják az „asztkézis” eme erőszakmentes formáját, míg mások egyszerűen csak nem szeretik a húst. Megint mások a leölt állatokat sajnálják, és ily módon fejezik ki tiltakozásukat a szükségtelen erőszak alkalmazása ellen. Ők többnyire az erőszakmentesség (ahimsā) elvére hivatkoznak.



Vizsgáljuk meg egy kicsit közelebbről is az erőszakmentesség filozófiáját! Felmerülhet bennünk ugyanis a következő kérdés: „A növények ellen nem követünk-e el erőszakot azzal, hogy megesszük őket? Hiszen ők is élnek!” Az ősi védikus filozófiát összefoglaló írások egyikében, a Bhagavad-gītában leírást találunk az élőlényről, aki különféle testekben: emberi, állati vagy akár növényi testben lakozik. Végső soron minden olyan anyagi elemekből felépült testben lakozik lélek, amely keresztülmegy a következő hat változáson: születés, növekedés, bizonyos ideig tartó stagnálás, utódok létrehozása, megöregedés, halál. Ez a hat külső változás tudatja velünk, hogy az illető ember, állat vagy növény „él”, azaz: élőlény lakik benne. Ha elpusztítjuk a testet – levágjuk, feldaraboljuk, kihúzzuk a földből, kieresztjük a vérét –, akkor erőszakot követünk el egy élőlény ellen, s az erőszakos tett büntendő. A természet törvényei megbüntetik az ellenszegülőket, ugyanis az egyik törvény így szól: mā hiṃsāt sarva bhūtāni – soha ne kö-

vess el erőszakot egyetlen lény ellen sem! Akkor most mi a teendő?

A természet törvényei rendkívül praktikusak és célszerűek. A Śrīmad-Bhāgavatamban a következő kifejezést találjuk: jīvo jīvaśya jīvanam – minden élőlény egy másik élőlény tápláléka. Ebben a világban lehetetlen fenntartania magát az embernek úgy, hogy e törekvésének más ne lássa kárát. A növényevők növényeket esznek, őket pedig a ragadozók eszik meg. Ez a természet rendje. Az állatok nem felelősek azért, hogy megesszik egymást, hiszen ebben az ösztöneik irányítják őket. Az ember azonban magasabb rendű tudattal rendelkezik, ezért meg tudja válogatni, hogy mit tesz a szájába. Az alapelv az, hogy az ember e magasabb rendű tudat birtokában legyen könyörületes a nála alacsonyabb szinten álló élőlények iránt. Ez azt jelenti, hogy ha saját testének fenntartása érdekében mindenképpen el kell pusztítania egy másik élőlény testét, akkor a minimális erőszak elvét alkalmazva, az alacsonyabb tudatszinttel rendelkező növényeket pusztítsa el.

Śacisūta dāsa



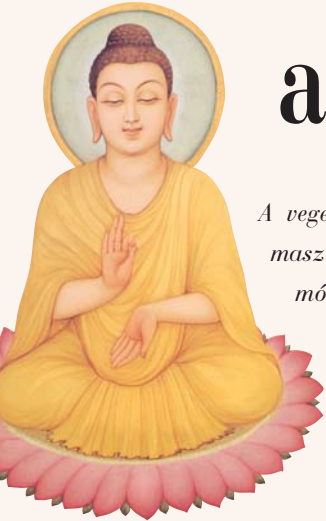


B Ö L C S E L E T

Rölcselet

TÁPLÁLKOZÁSI SZABÁLYOK A VILÁGVALLÁSOKBAN

Táplálkozási szabályok a világvallásokban



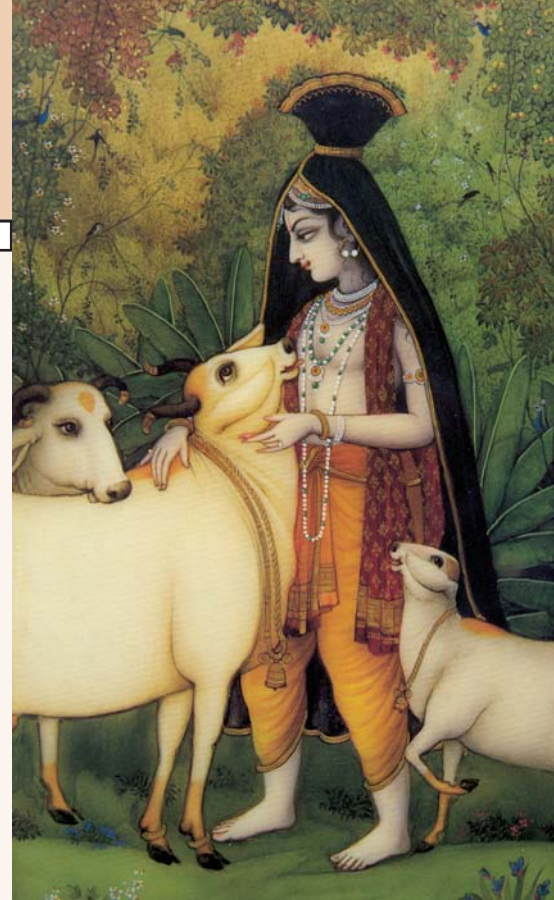
A vegetáriánus táplálkozás gyakorlását két fő gondolatmenet támasztja alá, melyek az egészséges életvitel és az erkölcsös életmód mellett szóló érveken alapulnak. A világ vallásaiban gyakran találhatunk olyan parancsolatokat, melyek etikai érvelést alkalmazva előírják, vagy javasolják a húveknek az erőszakmentes, vegetáriánus életvitelt.

A világvallások közül a keleti vallásokban jóval hangsúlyosabban jelennek meg a vegetáriánus életmódot előíró, húsevést tiltó gondolatok. A hinduizmus egyik alapvető írása, Manu törvénykönyve feketén-fehéren felhívja a figyelmet a húsvetés erkölcsi vonatkozásaira: „A következő emberek minősülnek az állat gyilkosának: aki megengedi, aki megöli, aki feldarabolja, aki eladja, aki megveszi, aki elkészíti, aki

felszolgálja, és aki megeszi.” (*Manu-smṛti* 5.51) A hinduizmus legfontosabb szent iratában, a *Bhagavad-gītā*-ban is a húsmentes életmód követését ajánlja Isten (Kṛṣṇa): „Ha valaki szeretettel és odaadással áldoz Nekem egy levelet, egy virágot, egy gyümölcsöt vagy egy kevés vizet, Én elfogadom azt.” (9.25)

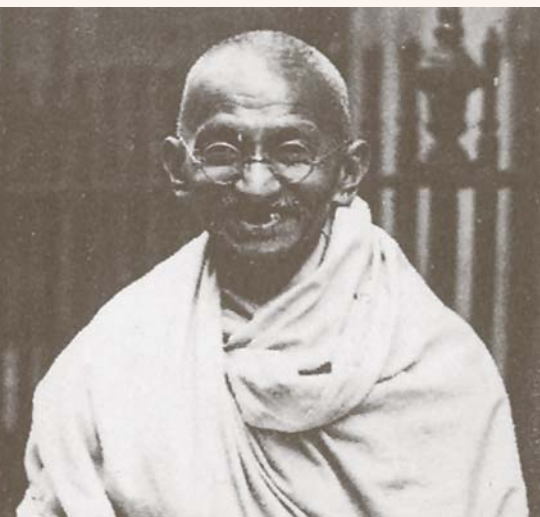
Az India függetlenségéért küzdő híres államférfi, Mahatma Gandhi szerint: „Egy nemzet nagysága és erkölcsi fejlettsége híven tükröződik abban, ahogy az állatokkal bánik... Az élvezetboncolás az egyik legsötétebb bűn azok közül, melyeket a mai ember Isten és szépséges teremtménye ellen elkövethet. Helytelen mindennapi imáinkban a könyörületes Isten áldását kérnünk, míg mi magunk nem gyakorlunk elemi könyörületet teremtménytársaink iránt.”

A buddhizmus esetében már maga a vallásalapító, Buddha is vegetáriánus volt, és a vallás alapvető parancsolataiban (a nemes nyolcrétű ösvényben) is az erőszaknélküliség követésére buzdít. Más buddhista iratok is nyíltan szembeszállnak az állatok elpusztításával. „A Bódhiszattva, aki tart attól, hogy az élőlényeknek félelmet okozzon, aki arra neveli magát, hogy együttérzést tanú-



sítson, visszatartja magát a hús evésétől” (*Laṅkāvatāra*). Egy másik helyen található az alábbi intelem: „A húsvetés elpusztítja a nagy együttérzés magját.” (*Mahāparinirvāṇa*). Az ókori India nevezetes buddhista uralkodója, Ásoka pedig külön rendeletben szabályozta az állatok védelmét.

A vallások közül a dzsainizmusban az erőszaknélküliség (*ahiṃsā*) és a vegetáriánus életmód egyik legradikálisabb megvalósításával találkozhatunk. A mezítelenül vagy fehér ruhában vándorló dzsain szerzetesek minden lépésük előtt felsöprik a földet, szájuk előtt pedig kendőt viselnek, nehogy véletlenül egy parányi élőlényt is elpusztítsanak. Az étkezés szigorúságát pedig jól tükrözi, hogy a húson és az egyéb állati eredetű élelmiszereken (a tojáson, a tej-



termékeken) túl még olyan növényeket sem fogyaszthatnak, amelyek sok magot tartalmaznak (mint pl. a padlizsán vagy a guava).

A hinduizmus és az iszlám kultúrájából születő, Indiában őshonos szikh vallás bizonyos irányzatai szintén előírják a hívek számára a vegetáriánus életvitelt.

Az európai kultúrán belül már az ókorban felbukkant a vegetarianizmus eszméje a görögök (Pithagorasz, Diogenész, Platón, Plótinosz, Szókratész) és a rómaiak (Seneca, Ovidius) körében egyaránt.

A zsidó vallásban főként az erőszakmentességre utaló szövegeket találunk. Egy középkori héber szöveg szerint: „Légy jó és könyörületes az Ő minden teremtményéhez, áldott legyen Ő, aki létrehozta e világot. Sose üss meg vagy okozz fájdalmat semmilyen állatnak, vadállatnak, madárnak vagy rovarnak. Ne dobálj kővel kutyát vagy macskát, ne öld meg a legyeket és darazsakat sem.” Néhány modern zsidó irányzat azonban már a vegetarianizmust is előírja hívei számára (Izrael jelenlegi főrabbija, Scholomo Goren szigorú vegetáriánus, mint ahogy Izrael állam első főrabbija, Abraham Isaac Kook is az volt.)

A kereszténység történetében is gyakran felbukkan a vegetarianizmus eszméje. A Biblia már a Teremtéskor felhívja a figyelmet a tiszta táplálkozási szokásokra: „Ímé néktek adok minden maghozó fűvet az egész föld színen, és minden fát, a melyen maghozó gyümölcs van; az legyen néktek eledelül... És látá Isten, hogy minden a mit teremtett vala, ímé igen jó.” (1Móz 1,29,31)

Az esszénusok (akik közé egyesek szerint Jézus is tartozott) a Szent Ti zenkettő Evangéliuma c. szent iratukban szintén a vegetáriánus életmód mellett érvelnek: „Egyedül a fák gyümölcseit és a növények magját veszem magamhoz.”

A katolicizmuson belül a ferences rend életre hívó Assisi Szent Ferenc élete példaértékű, aki testvéreinek tekintette az állatokat, és rendszeresen prédikált nekik. Néhány szerzetesrend (a trappista, a kamalduli és a karmelita irányzat) szintén vegetáriánus étrendet követ.

Az iszlámban közvetlenül viszonylag ritkán ítélik el a húsevést, azonban Mohamed személyesen emelte fel a szavát az élő állatok különféle csonkításai, vadászata és ketrecbe zárása ellen, hangsúlyozván, hogy a Föld minden teremtménye érző lény: „Aki az alacsonyabb



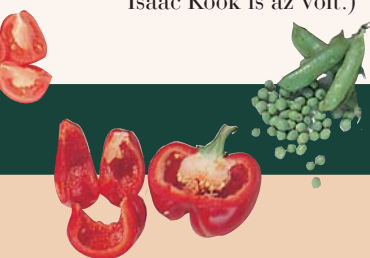
rendű teremtményekhez kedves, az magához kedves.”

A protestáns keresztény egyházak közül a 19. században létrejött közösségek közül néhány szintén vegetáriánus elveket vall; ebből a szempontból a metodista egyházat megalapító John Wesley, a Hetednapos Adventista egyházat létrehozó Ellen G. White (1827–1915), valamint a mormonok tevékenysége figyelemreméltó.

Ebben az időszakban a vegetarianizmus eszméje iránt fokozott érdeklődés volt tapasztalható a világi emberek részéről is. 1812-ben jelent meg az első vegetáriánus szakácskönyv angolul, majd 1847-ben Londonban megalakult az első vegetáriánus szövetség.

A táplálkozás mint erkölcsi kérdés ma már nem csak a világvallásokban, hanem az új vallási irányzatokban és a modern világ vallásilag el nem kötelezett emberének életében is élesen felvetődik.

Kešava dāsa



HÍRES VEGETÁRIÁNUSOK

„Valóban azt kérdezed, mi oka volt Pithagorasznak arra, hogy nem fogyasztott húst? Én a magam részéről azon csodálkozom, hogy milyen véletlen folytán, milyen elmeállapotban érintette szájához az első ember az alvadt vért és vehette ajkaihoz egy halott teremtmény húsát, hogyan rakhatott az asztalra halott, áporodott testeket, hogy merészelte élelemnek és tápláléknak nevezni azt, ami kis idővel azelőtt még bőgött, kiáltozott, mozgott és élt. Hogyan képes valaki kibírni azt a látványt, amikor torkokat metszenek el, bőrt nyúznak le, és végtagokat tépnek ki egy testből?”

Plutarkhosz

„Aki nem értékeli az életet, az nem érdemli meg azt. Ezen állatok ivadékait elválasztják a szüleiktől, feldarabolják, barbár módon lemészárolják. Bár az ember az állatok királya, mégis borzalmas dolgokat művel. Mások élete árán élünk. Temetőhelyek vagyunk. Gyerekkoromtól visszautasítottam a húsevést.”

Leonardo da Vinci

„Huszonöt évig kannibál voltam. Azután lettem csak vegetáriánus. Shelley nyitotta fel a szememet, tőle tanultam meg, milyen barbár vagyok a táplálkozásban, de a gyakorlatban csak 1880-ban, vagy akörül változtathattam az életmódomon, amikor Londonban megnyíltak az első vegetáriánus étter-

mek. Vegetarianizmusom furcsa hatást vált ki kritikusaimból. (...) A kritikus igyekszik végigcsinálni szokott, mutatós tollgyakorlatát, de torkára megy a vágóhidak kiömlő vére, s felrémlenek előtte a vásárcsarnokok iszonyú hullahegyei. Ez az egész mauvaise honte [műfelháborodás] a húsevő mardosó önvádja egy olyan valaki láttán, aki élő bizonyosság arra, hogy sem hús, sem hal, sem baromfi nem szükséges okvetlenül az életben és az irodalomban elérendő sikerhez.”

G. B. Shaw

„Ha esetleg ki is mutatná a húsevésről, hogy jótékony hatással van az egészségre, akkor sem fogyasztanék húst.”

I. B. Singer





B Ö L C S E L E T

Rölcselet

LEGYETEK JÓK, HA TUDTOK!

„Nincs igazi kiválóság megfelelő életforma nélkül” David Starr Jordan

Legyetek jók, ha tudtok!



A fenti cím az emberiség kételyeit fogalmazza meg tömören és velősen az erkölcös élet tarthatóságával kapcsolatban. Ezek a kételyek annak a szakadéknak tudhatók be, mely már régóta tátong az erény és a bűn mindenkori értelmezéséből fakadó erkölcs, illetve a mindennapok élete között. Ha valaki veszi a bátorságot, és erkölcsi szöveget intéz a társadalomhoz, azt manapság álszentnek, jobb esetben banálisnak vagy naivnak bélyegzik. Sőt, a 20. századra már az is megkérdőjeleződött, hogy léteznek-e egyáltalán filozófiai vagy etikai kérdések. Az emberiség erkölcsi mélyrepülésének történeti ténye tehát vitathatatlan.

Minden relatív?

A posztmodern talaján kialakult kulturális és erkölcsi viszonylagosság érezhetően egyre kevésbé oszlatja el a társadalom aggodalmait. Nos, az egyén értékítélete kétségtelenül függ attól a metafizikai hit- és dogmarendszerrel, amelyet elfogadott. Ha valaki az élet lényegét és célját ebben a világban látja megvalósulni, bizonyos ítéleteit tekintve különbözik attól, aki egy transzcendens létben hisz. Ebben az értelemben az egyén megközelítése valóban viszonylagos. A középkori keresztény értékrendet felváltó modern eszme alapvető, a célokat és módszereket is érintő átalakulásokat hozott az európai kultúrába. Ugyanakkor a könyörület, az igazmondás, a tisztaság és az igazságosság fontossága még mindig egyértelműnek számít, hisz olyan erényekről van szó, melyek a polgári társadalmi együttélés ma is nélkülözhetetlen feltételei. A modern „társadalmi szerződés” egyik elméleti atyja, Thomas Hobbes az erkölcsök különbözőségéről értekezve így fogalmaz: „Erkölcson nem a tisztaság viselkedést értem, tehát nem azt, hogy valaki hogyan üdvözli embertársait,

társaságában hogyan törli a száját, hogyan piszkálja a fogát, sem pedig az ilendőség más kisebb szabályait, hanem azokat a tulajdonságokat, amelyek az emberiség békés együttélését és egyetértését érintik.”

Napjaink etikai válsága

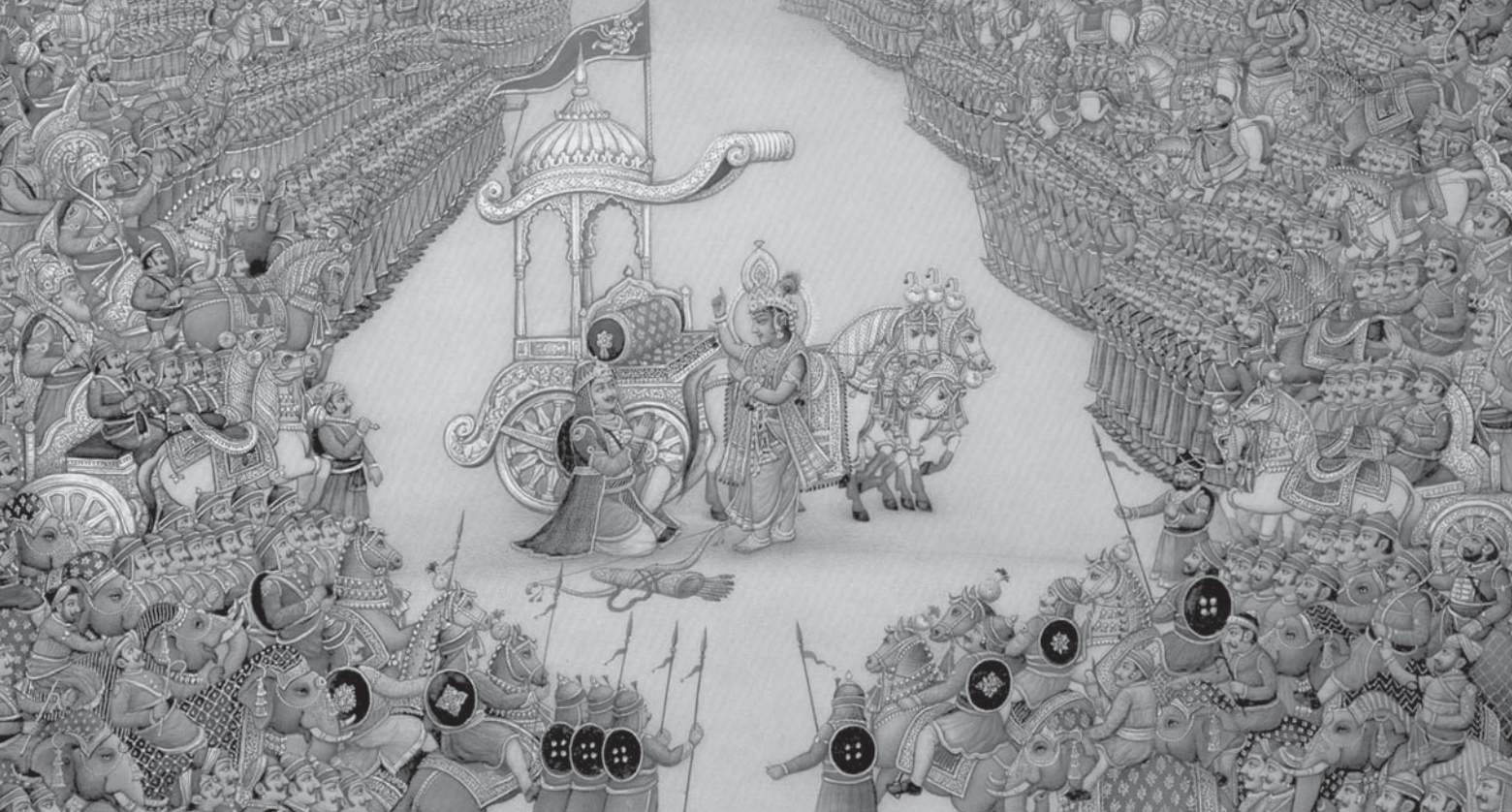
Hobbes szerint a jó nem következik magától értetődően emberi mivoltunkból. A modern jogállam az anyagi öntudattal bíró egyén vélt létérdekén – az anyagi vágyak kielégítésén – alapszik. Ne felejtjük el, hogy az evolúciós paradigma az embert egy különleges állatfajnak tekint. Korunk legsúlyosabb, szinte megoldhatatlannak tűnő társadalometikai problémái jórészt épp ebből fakadnak.

Az anyagi vágyak kielégítésének egyre sajátosabb formái újabb és újabb értelemmel ruházzák fel a közérdek fogalmát. Sokakat zavar például, hogy különféle társadalmi devianciák akár egy évtized alatt polgárjogot nyernek. Ma mindenki, aki hisz az erkölcs szubjektív vélekedésünktől független létezésében, attól fél, hogy a rendszer egy ponton irányíthatatlanná válik, és el-

uralkodik a káosz. A probléma nyilvánvalóan nem abban áll, ami már amúgy is „magától értetődő”. Kedvesnek, szerénynek, szelídnek, törvénytisztelőnek stb. kell lenni. Az emberiség ma inkább a „hogyan” kérdésre nem találja a választ. A mindenkori erkölcsi elvárások és az emberi szokásokról szóló tapasztalatok közti szakadék mély sebként húzódik civilizációnk testén. A történelem kritikai vizsgálata Bocacciótól Molière „társadalmi szatírán” át Marx baloldali társadalomkritikájáig – napjaink viszonyairól nem is beszélve – a naivitás, sőt a képmutatás álságos területére utalta a jóról és az erényről szóló vallások vagy moralizáló prédikációkat.

Sajnos az efféle nézetek a jellemhibákat egyfajta biológiai szükségszerűségnek tekintik, ami könnyen elaltathatja az egyén vagy a közösség önjobbító törekvéseit. A modern materializmus klasszikus előfeltevései mentén gondolkodók fejében fel sem merül, hogy a múlt ilyen elemzése nem az erény, hanem az eddig alkalmazott módszerek kudarcát jelentik.





A természetes erény védikus alapelve

A személyes Isten létét valló vaišṇava gondolkodás az eddig tárgyaltakhoz képest merőben más metafizikai hagyományból vezeti le az erényről és a bűnről szóló nézeteit. Ebben a vallásfilozófiai rendszerben a világ a benne lakó valamennyi élőlényrel együtt Istentől – a szépségében, tudásában, hatalmában, lemondásában, hírnevében, gazdagságában végtelen, tökéletes lénytől – származik. Az élőlény nem anyag, hanem a tökéletes és abszolút lényvel minőségileg azonos, transzcendens lélek. A 19. század nagy vaišṇava teológusa, Bhaktivinoda Ṭhākura hét természetes erényt mutat ki, melyek a lélek létéből következnek. Az igazságosság, a becsület, az igazmondás, a tisztaság, a könyörület, a barátságos viselkedés és a szeretetre való képesség – transzcendens lélek voltából következően – minden emberben jelen van. E jellemzők azonban az anyagi létben átmenetileg „befedődnek”.

A *Bhagavad-gītā*ban az Úr Kṛṣṇa részletesen elemzi az emberi lét problémáját. Világosan kifejti, hogy életünk során a táplálkozásunkban, gondolkodásunkban, beszédünkben, munkánk-

ban, társadalmi kapcsolatainkban követett szokásaink a felelőssek jellemünk mindenkori állapotáért. A vallások által előírt különböző szabályozó elvek követése abban segít, hogy a lélek tulajdonságai megmutatkozzanak. Az ősi vaišṇava filozófia a világot három alapvető elv kombinációjaként írja le. Ezek közül a jóság az a közeg, mely a legkevésbé fedi be a lélek természetes erényeit. A tudatlanság és a szenvedély beszenyez a lélekből áradó jót, és olyan szokások felvételére készítetik, melyek időtlen idők óta mérgezik a társadalmat. A düh, a kéjsóvárság, az arrogancia, a kapzsiság, a csalás, az irigység, a felfuvalkodottság romboló hatása nem kerülhető el, ha az ember nem gyakorol önmérsékletet.

A Kṛṣṇa-hívők életét szabályozó négy elv (tartózkodás a tiltott nemi élettől, az önmérgezéstől, a húsevéstől és a szerencsejátékoktól) követése, Isten neveinek éneklése, a transzcendentális tudomány tanulmányozása idővel elegendő intelligenciát ad az embernek ahhoz, hogy szokásait átalakítsa. A jóság és erényesség megnyilvánulása nemcsak a társadalom „szennyesét” tenné rendbe – a vallás végső célja valójában nem is ez –, hanem arra is lehetőséget adna az embernek, hogy magát

az állandóan változó anyagi természet-től megkülönböztesse, s Istent megértve, végül felébressze magában az Iránta érzett szeretet érzését. Az ilyen lelkiesség már ebben az életben boldoggá teheti az egyént.

A vallás kiiktatása, – a nietzschei függetlenség – nem teljesítette ki az emberi létet, hanem éppen ellenkezőleg, magárahagyottságot eredményezett. Ma már egyre többen vallják, hogy az ember súlyos hibát követett el az öntudat lelki dimenziójának kiiktatásával. „Amikor az ember materialistává lesz, más szóval, amikor azt kezdi hinni, hogy a világ anyagból lett és van, és ehhez az anyaghoz ragaszkodik, és belekapaszkodik, akkor homályosan megérzi, hogy ő is egy ilyen lehullott és leporlott, összetört és kiakadt, szemétdombra került valami” – írja Hamvas Béla, a Syrius Béta nevű kihunyt és kihűlt csillaghoz hasonlítva a lélekről mit sem tudókat. Ha az „egyszer élünk” frázis igaz, akkor tényleg minden mindegy. A társadalom vezetőinek előbb-utóbb meg kell érteniük, hogy az önvalóról és Istentől szóló, valódi lelki tudás nélkül az ERÉNY csak naiv elképzelés marad.



Egészséges és erkölcsös táplálkozás

Táplálkozásunk mikéntje nem pusztán hangulati kérdés. Eltöprenghetünk rajta, hogy az alkat, az értelem, vagy morális megfontolások alapján döntsünk-e mindennapi táplálkozásunk kérdésében. Érdeemes megnézni, hogy az ember anatómiai és élettani szempontból vajon növény-, hús-, vagy mindenevő-e. Ennek eldöntéséhez vizsgáljuk meg a következő táblázatot:



A táblázatból világosan látható, hogy az ember szervezete anatómiailag és élettanilag nem a húsevésre, hanem szigorúan a növényi táplálékra van beállítva.

Ezek után talán már nem fogjuk annyira kételkedve hallgatni a húsevés emberi szervezetre gyakorolt káros hatásának leírását. Ugyanis a húsevással még testünk egészsége szempontjából is többet ártunk magunknak, mint amennyit használunk. Sok százezer vegetáriánus példája mutatja, hogy hús nélkül is teljesen kielégítően, sőt egészségesebben lehet táplálkozni. A táplálkozással foglalkozó orvosok szerint a nyers hús 18% fehérjét tartalmaz, de sütés és főzés közben a hasznos fehérje mennyisége a felére csökken. A hús ásványi sókban és szénhidrátban szegény. Az emésztése során keletkezett, megemészthetetlen anyagok a bélfalhoz kötődve megteremtik a rákos daganatok kialakulásának feltételét. A túlzott húsevés fékezi a B12 vitamin (illetve a B-komplex) szintézisét, ez pedig vérszegénységhez vezethet. A nagymértékű húsfehérje-fogyasztás részben felelős a koszorúérkeringés-elégtelenségért, az



Húsevők	Növényevők	Ember
Karmai vannak	Nincsenek karmok	Nincsenek karmok
Nincsenek bőrpólusok	Vannak bőrpólusok	Vannak bőrpólusok
Hőleadás nyelven keresztül	Hőleadás izzadással történik	Hőleadás izzadással történik
Kis nyálmirigyek	Nagy nyálmirigyek	Nagy nyálmirigyek
Savas nyál	Lúgos nyál	Lúgos nyál
Nincsen ptialin nyálban	Sok ptialin a nyálban	Sok ptialin a nyálban (a magvak előemésztésére)
Éles, hegyes metszőfogak	Nincsen éles, hegyes metszőfog	Nincsen éles, hegyes metszőfog
Nincsen hátsó, lapos őrlőfog	Van hátsó, lapos őrlőfog	Van hátsó, lapos őrlőfog
Sok, erős sósav a gyomorban	A gyomorsav hússzor gyengébb	A gyomorsav hússzor gyengébb
Testhosszhoz képest rövid béltraktus	Testhosszhoz képest hosszú béltraktus	Testhosszhoz képest hosszú béltraktus
Erős hígysavbontó képesség	Gyenge hígysavbontó képesség	Gyenge hígysavbontó képesség
Nagy fogközök	Kis fogközök (zárt fogsor)	Kis fogközök (zárt fogsor)
Nincs féregnyúlvány	Van féregnyúlvány	Van féregnyúlvány
Lefetyelik a vizet	Isszák a vizet	Isszák a vizet
Állkapocs csak föl-le mozog	Állkapocs oldalra is mozog	Állkapocs oldalra is mozog
Simább bélfal	Bolyhosabb bélfal	Bolyhosabb bélfal
Érdes nyelv	Sima nyelv	Sima nyelv
Savas epe	Lúgos epe	Lúgos epe
A cellulóz nem hasznosítható	A cellulóz hasznosítható	A cellulóz részben hasznosítható, mégis nélkülözhetetlen
Anyatej magas fehérjetartalmú	Anyatej alacsony fehérjetartalmú	Anyatej alacsony fehérjetartalmú
Szemfog keresztmetszete kerek és a gyökérnél sima felszínű	Szemfog keresztmetszete háromszög alakú és a gyökérnél érdes felszínű	Szemfog keresztmetszete háromszög alakú és a gyökérnél érdes felszínű

infarktusként, ezen kívül megterheli a máj működését is, mivel lebomlása a májban történik (részben) karbamid és húgysav formájában. A fölösleges húgysav kiürítése fokozott erőfeszítést igényel a veséktől, ez pedig megnöveli a vesekő és a köszvény kialakulásának kockázatát. A hús ráadásul sok mérgező anyagot tartalmaz, ezek feldolgozásához a szervezetnek hatalmas mennyiségű energiát kell elvesztegetnie. Ilyen mérgek a levágott állat véréből származó toxikus anyagok: baktériumok és gyógyszermaradványok (hormonok, antibiotikumok). Az állat levágása alatt egyéb mérgek is képződnek (úgynevezett félelmi vagy stresszhormonok), amelyek az egész vérrendszert ellepik. Az ember napi fehérjeszükséglete 70–90 gramm között van, amihez könnyen hozzájuthatunk a tejből és a tejtermékekből, illetve a változatosan összeállított növényi étrendből: zöldségek, gyümölcsök, magvak, diófélék, gabonafélék felhasználásával. Egyedül a tejben található meg például egytől egyig az a húsféle természetes aminosav, amelyek a fehérjék építőköveiként szolgálnak. Ma már több száz kötetnyi irodalom segít bennünket az erőszakmentes és egészséges táplálkozási szokások kialakításában. Az emberi szervezet számára szükséges zsíradék mennyiségét is

Név	Szükséges napi mennyiség	Miben található meg
A-vitamin	3 mg	tejtermékek, sárgarépa, sütőtök
B1-vitamin	1,5-2 mg	dió, mogoró, gesztenye, lencse
B2-vitamin	----	gabonafajták, élesztő, tej
B3-vitamin	10-30 mg	tej, tojás, teljes gabona magvak
B5-vitamin	5-20 mg	tej, tojás, teljes gabona magvak
B6-vitamin	2-5 mg	tej, burgonya, káposzta, mák
B10-vitamin	1-3 mg	tej, sajt, karalábé, paraj
B12-vitamin	1 mg évente	teljes gabonamag, túró
C-vitamin	50-300 mg	gyümölcsök (paprika, citrom)
D-vitamin	0,01-0,02 mg	tej, tejszín, vaj
E-vitamin	----	csirázó magvak, szója, dió
F-vitamin	----	növényi olajok, tej, sajt
H-vitamin	0,1-0,3 mg	élesztő, mogoró, bab
K-vitamin	2-5 mg	paradicsom, paraj, káposztafélék
P-vitamin	----	csipkebogyó, szilva, cseresznye

könnyedén fedezhetjük a növényi étrendből származó olajok felvételével és a tejben található zsíradékból. Ráadásul köztudott, hogy az olajok telítetlen szénhidrogéneket tartalmaznak, ame-

lyek sokkal egészségesebbek a zsírokban található, és az érrendszeri megbetegedések egyik fő okozójaként számon tartott telített szénhidrogéneknél. A gyümölcsök, a magvak és a különböző gabonák pedig bőséges szénhidrátforrásként szolgálnak. Most nézzük meg, mi a helyzet a különböző vitaminokkal, ásványi anyagokkal és nyomelemekkel. Ezek az úgynevezett járulékos tápanyagok, amelyek kis mennyiségben ugyan, de létfontosságúak az emberi szervezet egészséges működéséhez. A mellékelt két táblázatban ezen anyagok előfordulási mennyiségét tüntettük fel, valamint azt, hogy ezekből mekkora mennyiség szükséges a szervezet egészséges működéséhez. Ha az adatokat alaposan szemügyre vesszük, láthatjuk, hogy a laktovegetáriánus táplálkozás (tejjel és tejtermékekkel kiegészített növényi étrend) során a szervezet semmiből nem szenved hiányt.

Láthattuk tehát, hogy bármilyen szempont szerint is döntsünk abban, hogy miként táplálkozunk, minden esetben a vegetáriánus étrend bizonyul kedvezőbbnek.

Bhagavat-priya dāsa

Név	Szükséges napi mennyiség	Miben található meg 100g anyagban hány mg van
kalcium	0,9-1 g	sajtok (500-600), tej (120-130), mák (980)
magnézium	0,2 g	búzakorpa (490), rizs (200)
foszfor	1,5 g	élesztő (2200), sajtok (1000), mák (800)
kén	0,8 g	fehérbab (0,55 g), szója (1g)
kálium	2 g	bab (1,2 g), szója (1,94 g), dió (1,71g)
nátrium	2-3 g	konyhasó
vas	----	mogoró (35), mák (22), dió (4,1), cékla
cink	3-30 mg	1kg lencse (25), bab (20), borsó (22)
réz	1-3 mg	1kg bab (6,3), borsó (6,5), lencse (7,6)
mangán	----	cékla, paraj, lencse, bab



Attrakciók

Két érdekes eseményre került sor 2001 utolsó negyedében, amelyek társadalmunk egy-egy visszás jelenségére mutattak rá...

Állatvédelmi felvonulás

Fura menet indult el október 7-én 10 órakor a Bazilika előtt a Hősök tere felé. Az Állatok Világnapja alkalmából a Magyar Állatvédő és Természetbarát Szövetség invitálta meg mindazokat, akik csendes felvonulással akarták kifejezni a kiszolgáltatott állatok iránti együttérzésüket, az élő természet iránti féltő aggodalmukat. A kétezer fős különleges menet tagjai között ott voltak az állatvédők és állatbarát családok, a környezet- és természetvédők, a zöldek, a vegetáriánusok és a különböző erőszakellenes szervezetek képviselői – sőt szerzetesi ruhás Kṛṣṇa-hívők is színesítették a felvonulást. Az emberek mellett azonban ott vonult még egy pónifogat, mintegy ötszáz kutya, egy kakas, sőt

együttérzésükről. Egy hölgy saját boxerének arcásával díszített pólót viselt, rajta a felirat: I love my dog! „Szeretem a kutyámat”. Azonban elgondolkodtunk, hogy vajon ugyanúgy szeretjük-e mások kutyáit is, és ugyanúgy szeretjük-e azokat az állatokat, akik a vágóhidakon sorakozva várják végzetük beteljesülését. Amíg szeretetünk csak a velünk élő, nekünk tetsző állatokra terjed ki, addig e szeretet önzetlensége és egyetemessége igencsak megkérdőjelezhető. Minden élőlény egyetlen, legfelsőbb forrásból ered, és igazán csak akkor tudjuk szeretni őket, ha megtanuljuk szeretni mindannyiunk atyját, Istent. I love my God...

Jól bevásároltunk...

A karácsonyi forgatag kellős közepén, 2001. december 15-én szintén érdekes akcióra került sor, ezúttal a Védegylet szervezésében. A Vörösmarty téren és a Váci utcában egy különös alakra figyelhettek fel az arra járók. Egy fehérre festett fejű férfi sétált fel és alá, kimért lassúsággal. Nyakába, vállára különböző méretű, ünnepi csomagolópapírral borított dobozok voltak aggatva, melyeket masnik díszítettek. Maga előtt bevásárlókocsit tolt, amelyből egy rémült pulyka tekingetett a külvilágra. A férfi lassan haladt a karácsonyi forgatagban, a maga után húzott dobozok ütemesen sűrűltek a járdán. A legkevésbé sem az öröm sugárzott róla, hanem az anyagi felhalmozás értelmetlen-

sége, a csalódottság és a boldogtalanság. Tükröt tartott fogyasztói társadalmunk elé, amely már legszentebbnek tartott ünnepén is csak még nagyobb mértékű fogyasztással, vásárlással, felhalmozással tudja kifejezni egy nap különlegességét, mások iránti „szeretetét”.

Egyik szemünk sírt, a másik nevetett a performance láttán. Sírtunk, mert az üzenet fájdalmasan valós. És örültünk, mert vannak, akik látják a valóság árnyoldalait. Ez pedig reményt ad a változásra. A mértékletesség, az önmérséklet a védikus kultúra egyik alapvető elve. Tökéletesen megvalósítani azonban csak akkor tudjuk, ha életünknek valódi, lelki tartalmat adunk. Ha életünk céljának nem a pénzhajszolást, a pillanatnyi örömeket tekintjük, hanem egy hiteles utat követve megtapasztaljuk azokat a transzcendens érzéseket, melyek a boldogság végső forrása – Isten – szolgálatából származnak.

Īśvara Kṛṣṇa dāsa

Részlet a Védegylet szórólapjáról:

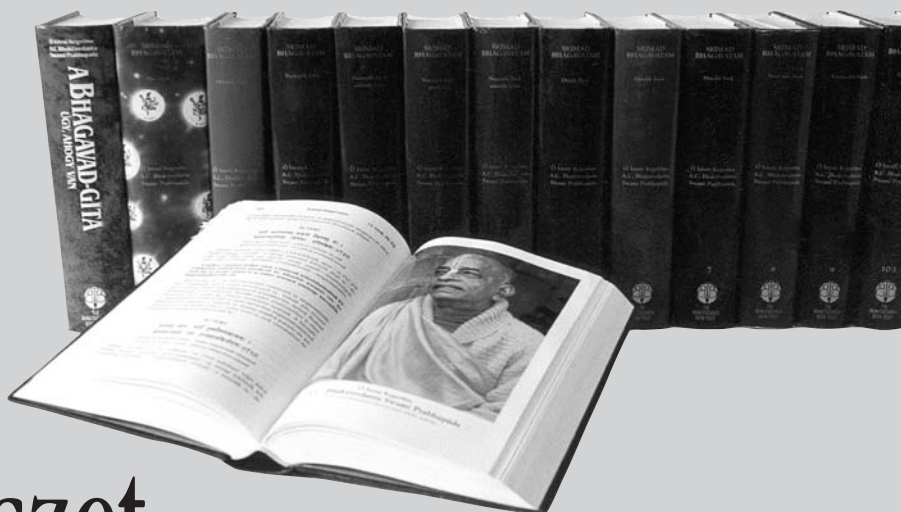
„Az euro-amerikai civilizáció egyik uralkodó mítosza az, hogy boldogságunkat az anyagi javak minél nagyobb mértékű birtoklásával érhetjük el. A túlfogyasztás rengeteg kárt okoz egyénnek és társadalomnak egyaránt. (...) A fogyasztás önkéntes csökkentése nem lemondást, önszonkítást, aszkézist jelent. Épp ellenkezőleg! Önkiteljesítést, az anyagi értékektől a lelkiek felé történő elmozdulást, s ezáltal nagyobb boldogságot, létünk teljesebb megélését.”



egy kigyó is (utóbbiak persze nem gyalogosan, hanem gazdájuk karján, vállán).

Optimistává tett bennünket annak a látványa, hogy ilyen sokan tettek tanúbizonyságot a más élőlények iránti





Isteni természet és isteni szolgálat

ELSŐ ÉNEK: MÁSODIK FEJEZET

13. VERS

अतः पुंभिर्द्विजश्रेष्ठा वर्णाश्रमविभागशः ।
स्वनुष्ठितस्य धर्मस्य संसिद्धिर्हरितोषणम् ॥ १३ ॥

*ataḥ pumbhir dvija-śreṣṭhā varṇāśrama-vibhāgaśaḥ
svanuṣṭhitasya dharmasya saṁsiddhir hari-toṣaṇam*

ataḥ—így; *pumbhiḥ*—az emberi lény által; *dvija-śreṣṭhāḥ*—óh, legkiválóbb a kétszer születettek között; *varṇa-āśrama*—a négy kaszt és a négy életrend intézménye; *vibhāgaśaḥ*—felosztásával; *svanuṣṭhitasya*—az ember előírt kötelességének; *dharmasya*—dharma szerinti; *saṁsiddhiḥ*—a legmagasabb szintű tökéletesség; *hari*—az Istenség Személyisége; *toṣaṇam*—örömet okozó.

Óh, kétszer születettek legkiválóbbjai! A végkövetkeztetés ezért az, hogy a tökéletesség legmagasabb szintje, amelyet az ember az életrendek és kasztok szerinti felosztás alapján saját dharmájának előírt kötelességét végezve érhet el, nem más, mint örömet okozni az Istenség Személyiségének.

MAGYARÁZAT: Az emberi társadalom mindenhol a világon négy kasztra és négy életrendre oszlik. A négy kaszt az értelmiség, a harcosok, a termelők és a munkások. Ezeket a kaszt-

tokat az ember munkája és képzettsége, nem pedig születése határozza meg. Ezenkívül négy életrend is van: a tanuló élet, a családos élet, a visszavonult élet és az odaadó élet. Az emberi társadalom legfőbb érdekében az élet e felosztásainak jelen kell lenniük, mert másképp egyetlen társadalmi intézmény sem tud egészségesen fejlődni. Az élet összes fent említett szakaszának célja az kell legyen, hogy örömet okozzon az Istenség Személyiségének, a legfelsőbb tekintélynek. Az emberi társadalomnak ezt az intézményét *varṇāśrama-dharma* rendszernek nevezik, amely a civilizált élet teljesen természetes rendszere. A *varṇāśrama* intézménye úgy épül fel, hogy képessé tegye az embert az Abszolút Igazság megvalósítására. Nem az a célja, hogy az egyik réteg természetellenes módon a másik fölött uralkodjék. Amikor szem elől tévesztjük az élet célját, az Abszolút Igazságot, mert túlságosan ragaszkodunk az *indriya-prīti*hez, az érzékkielégítéshez — amint azt már korábban elmondtuk —, akkor az önző emberek a *varṇāśrama* intézményét arra használják, hogy a természetessel ellentétben ők uralkodjanak a gyengébb csoport fölött. A Kali-yugában, a nézeteltérések korszakában ez a természetellenes uralom máris megfigyelhető, de a józan emberek jól tudják, hogy a rendek és kasztok szerinti felosztás a zavartalan társadalmi érintkezést és a nemesebb gondolkodási rendszerű önmegvalósítást szolgálja, s nem mást.

A *Bhāgavatam* kijelenti itt, hogy az élet legmagasabb célja, vagyis a *varṇāśrama-dharma* intézmény tökéletessége a Legfelsőbb Úr elégedettsége érdekében tett együttműködés. Ezt a *Bhāgavad-gītā* is megerősíti (4.13).

14. VERS

तस्मादेकेन मनसा भगवान् सात्वतां पतिः ।
श्रोतव्यः कीर्तितव्यश्च ध्येयः पूज्यश्च नित्यदा ॥ १४ ॥

*tasmād ekena manasā bhagavān sātvatām patiḥ
śrotavyaḥ kīrtitavyaś ca dhyeyaḥ pūjyaś ca nityadā*

tasmāt—ezért; *ekena*—eggyel; *manasā*—az elme figyelme; *bhagavān*—az Istenség Személyisége; *sātvatām*—a *bhaktáknak*; *patiḥ*—védelmezője; *śrotavyaḥ*—hallgatni kell; *kīrtitavyaḥ*—dicsőíteni kell; *ca*—és; *dhyeyaḥ*—emlékezni kell; *pūjyaḥ*—imádni kell; *ca*—és; *nityadā*—állandóan.

Ezért az embernek tántoríthatatlan figyelemmel állandóan hallania kell az Istenség Személyiségéről, emlékeznie kell Rá, valamint dicsőítenie és imádnia kell Őt, aki a bhakták védelmezője.

MAGYARÁZAT: Ha az élet végső célja az Abszolút Igazság megvalósítása, akkor azt bármi áron el kell érni. Az előbbieken említett kasztok és életrendek mindegyikében általános tevékenység a négy folyamat, azaz a dicsőítés, a hallás, az emlékezés és az imádat. Senki sem létezhet ezek nélkül az elvek nélkül. Az emberi lény tevékenységeihez hozzátartozik az élet e négy elvének követése. Minden tevékenység — különösen a modern társadalomban — többé-kevésbé a halláson és a dicsőítésen alapszik. Bárki legyen az, bármilyen társadalmi helyzetben, rövid idő alatt hírnévre tesz szert pusztán azáltal, hogy — akár megérdemelten, akár érdemtelenül — a napilapokban dicsőítik. Néha a pártok politikai vezetőit újsághirdetéseken is propagálják, s az efféle dicsőítéssel rövid idő alatt a legjelentéktelenebb ember is fontossá válhat. Ez a propaganda azonban, amely érdemtelenül dicsőít egy méltatlan személyt, semmi jót nem hozhat sem a dicsőítettnek, sem a társadalomnak. Egy ideig lehet hatásos, de hosszabb távon nincsen eredménye. Az ilyen tevékenység tehát nem más, mint pusztá idővesztegetés. Aki valóban méltó a dicsőítésre, az az Istenség Legfelsőbb Személyisége, minden előttünk megnyilvánuló dolog teremője. Ezt a tényt már részletesen megvitattuk a *Bhāgavatam* „janmādy asya” *ślokājától* kezdve. Hajlamunkat, hogy másokat dicsőítsünk és hallgassunk, a dicsőítés igazi alapja felé, a Legfelsőbb Lény felé kell fordítanunk. Ez az, ami boldogsághoz vezet.

15. VERS

यदनुध्यासिना युक्ताः कर्मग्रन्थिनिबन्धनम् ।
छिन्दन्ति कोविदास्तस्य को न कुर्यात्कथारतिम् ॥ १५ ॥

*yad-anudhyāsina yuktāḥ karma-granthi-nibandhanam
chindanti kovidās tasya ko na kuryāt kathā-ratim*

yat—amely; *anudhyā*—emlékezés; *asinā*—kard; *yuktāḥ*—felvértelve vele; *karma*—tett, amelynek visszahatása van; *granthi*—csomó; *nibandhanam*—egymásba kapcsolódó; *chindanti*—vág; *kovidāḥ*—intelligens; *tasya*—Övé; *kah*—aki;

na—nem; *kuryāt*—teszi meg; *kathā*—üzenetek; *ratim*—figyelem.

Az intelligens emberek karddal a kezükben, az Istenség Személyiségére emlékezve vágják át a visszahatást eredményező tettek [a karma] csomóit. Ki ne figyelne hát az Ő üzenetére?

MAGYARÁZAT: A lélekszakra és az anyagi elemek kapcsolata egy csomót hoz létre, amelyet az embernek át kell vágnia, ha meg akar szabadulni a gyümölcsöző munka végzésétől és visszahatásaitól. A felszabadulás nem más, mint kiszabadulni a visszahatást eredményező tettek körforgásából. Ez automatikusan együttjár azzal, ha valaki örökké az Istenség Személyiségének kedvteléseire emlékezik, mert a Legfelsőbb Úr tettei (*līlāi*) transzcendentálisak az anyagi energia kötőerőéhez képest. Mindent és mindenkit vonzó lelki cselekedetek ezek, s ezért a Legfelsőbb Úr lelki cselekedeteinek örökös társasága megtisztítja a feltételekhez kötött lelket, s végül elmetszi az anyagi kötelékek csomóját.

Az anyagi rabságból történő kiszabadulás tehát az odaadó szolgálat mellékterméke. Pusztán a lelki tudás elsajátítása nem elegendő, hogy biztosítsa a felszabadulást: e tudás fölött — mint egy fedőrétegnek — ott kell lennie az odaadó szolgálatnak, hogy végső soron egyedül az legyen uralkodó. Csak ezután válik lehetővé a felszabadulás. Még a munkájuk gyümölcsére törekvők visszahatást eredményező tettei is felszabaduláshoz vezethetnek, ha odaadó szolgálattal egészülnek ki. Az odaadó szolgálattal társuló *karmát karma-yogának* nevezik, az odaadó szolgálattal párosuló tapasztalati tudást pedig *jñāna-yogának*. A tiszta *bhakti-yoga* azonban nem függ a *karmától* és a *jñānától*, mert amellett, hogy egyedül ez képes az embert kiszabadítani a feltételekhez kötött életből, az Úrnak végzett transzcendentális szerető szolgálattal is megjutalmazza.

Ezért minden értelmes embernek, aki a csekély tudású átlagembernél magasabb szinten áll, örökké emlékeznie kell az Istenség Személyiségére azáltal, hogy hall Róla, dicsőíti Őt, emlékezik Rá és imádja Őt mindig, szünet nélkül. Ez az odaadó szolgálat tökéletes útja. A *ṛṇḍāvanai Gosvāmik*, akiket Śrī Caitanya Mahāprabhu hatalmazott fel, hogy a *bhakti* kultúráját prédikálják, szigorúan követték ezt a szabályt, s hogy javunkra váljon, hatalmas terjedelmű irodalmat hagytak hátra a transzcendentális tudományról. Kijelölték az utat a különféle kasztok és életrendek minden embere számára, a *Śrīmad-Bhāgavatam* és a többi hiteles szentírás alapján.

16. VERS

शुश्रूषोः श्रद्धावानस्य वासुदेवकथारुचिः ।
स्यान्महत्सेवया विप्राः पुण्यतीर्थनिषेवणात् ॥ १६ ॥

*śuśrūṣoḥ śraddadhānasya vāsudeva-kathā-ruciḥ
syān mahat-sevayā viprāḥ puṇya-tīrtha-niṣevanāt*

śuśrūṣoḥ—aki hallgatja; *śraddadhānasya*—gonddal és figyelmesen; *vāsudeva*—Vāsudevára vonatkozóan; *kathā*—az üze-

net; *ruciḥ*—vonzódás; *syāt*—lehetővé vált; *mahat-sevayā*—a tiszta *bhaktáknak* végzett szolgálat által; *viprāḥ*—óh, kétszer született; *punya-tīrtha*—azok, akik minden bűntől megtisztultak; *niṣevanāt*—a szolgálat által.

Óh, kétszer született bölcssek! Ha valaki olyan bhaktákat szolgál, akik teljesen mentesek minden bűntől, nagy szolgálatot végez. Az ilyen szolgálat által az emberben vonzódás ébred Vāsudeva üzenetének hallgatása iránt.

MAGYARÁZAT: Az élőlény feltételekhez kötött életének oka az, hogy fellázadt az Úr ellen. Vannak *devák*, isteni élőlények, és vannak *asurák*, démonok, akik a Legfelsőbb Úr tekintélye ellen láznak. A *Bhagavad-gītā*-ban (a tizenhatodik fejezetben) szemléletes leírás található az *asurákról*. Az *asurák* — olvashatjuk — életről életre mind mélyebbre süllyednek a tudatlanságban, s így az alacsonyabb rendű állati fajokba kerülnek, ahol nincs tudomásuk az Abszolút Igazságról, az Istenség Személyiségéről. Az Úr felszabadult szolgálóinak kegyéből az *asurák* a legfelsőbb akaratból — a legkülönbébb országokban — lassanként visszatérnek az Istentudathoz. Isten ilyen *bhaktái* nagyon bizalmas társai az Úrnak, s amikor eljönnek, hogy megmentse az emberi társadalmat az istentelenség veszedelmétől, akkor az Úr nagyhatalmú inkarnációiként, az Úr fiaiként, az Úr szolgálóiként vagy az Úr társaiként jelennek meg. De egyikőjük sem állítja családul, hogy ő maga Isten. Ez az *asurák* istenkáromló kijelentése, és az ilyen *asurák* démonikus követői Istenként vagy inkarnációjaként fogadják el ezeket a csalókat. A kinyilatkoztatott íráskor pontos információt tartalmaznak Isten inkarnációjáról. Senkit sem szabad elfogadni Istennek vagy Isten inkarnációjának, ha a kinyilatkoztatott íráskor azt nem támasztják alá.

A *bhaktáknak*, akik vissza akarnak térni Istenhez, úgy kell tisztelniük Isten szolgálóit, mint Istent. Isten ilyen szolgálóit *mahātmáknak* vagy *tīrtháknak* nevezik, akik a helyet és a kort figyelembe véve prédikálnak. Arra biztatják az embereket, váljanak az Úr *bhaktáivá*, és sohasem tűrik el, hogy Istennek nevezzék őket. Śrī Caitanya Mahāprabhu a kinyilatkoztatott íráskor szerint Maga Isten volt, de egy *bhakta* szerepét játszotta. Akik tudták, hogy Isten, azok Istennek szólították, Ő azonban ilyenkor fülére tapasztott kézzel az Úr Viṣṇu nevét ismételtette. Határozottan tiltakozott az ellen, hogy Istennek nevezzék, noha nem fért hozzá kétség, hogy Maga Isten volt. Azért viselkedett így, hogy figyelmeztessen bennünket: legyünk óvatosak azokkal szemben, akik gátlástalanul élvezetet találnak abban, hogy Istennek nevezzék őket.

Isten szolgálói azért jönnek, hogy az Isten-tudatot hirdessék, s az intelligens embereknek minden tekintetben együtt kell velük működniük. Isten szolgáját szolgálva az ember nagyobb örömet szerez Istennek, mint ha közvetlenül Őt szolgálja. Az Úr jobban örül, ha látja, hogy szolgálóit kellőképpen megbecsülik. Ezek a szolgálók mindent kockára tesznek az Úr szolgálata érdekében, s ezért nagyon kedvesek Neki. Az Úr kijelenti a *Bhagavad-gītā*-ban (18.69), hogy senki sem kedvesebb Számára, mint az, aki minden veszélyt vállal, hogy prédikálhassa az Úr dicsőségét. Az Úr szolgálóit szolgálva az ember lassanként szert tesz tulajdonságaikra, s így alkalmassá válik arra, hogy az Úr dicsőségéről halljon. Annak a *bhaktának*, aki alkalmas

arra, hogy bejusson Isten birodalmába, legfőbb tulajdonsága az, hogy vágyik arra, hogy halljon Istentől.

17. VERS

शृण्वतां स्वकथाः कृष्णः पुण्यश्रवणकीर्तनः ।
हृद्यन्तः स्थो ह्यभद्राणि विधुनोति सुहृत्सताम् ॥ १७ ॥

śṛṇvatām sva-kathāḥ kṛṣṇaḥ puṇya-śravaṇa-kīrtanaḥ
hr̥dy antaḥ stho hy abhadrāṇi vidhunoti suhṛt satām

śṛṇvatām—azok, akik kifejlesztették a vágyat üzenetének hallgatására; *sva-kathāḥ*—az Ő saját szavai; *kṛṣṇaḥ*—az Istenség Személyisége; *puṇya*—jámor; *śravaṇa*—hallás; *kīrtanaḥ*—ének; *hr̥dy antaḥ sthaḥ*—az ember szívében; *hi*—bizonyára; *abhadrāṇi*—vágy az anyag élvezésére; *vidhunoti*—tisztít; *suhṛt*—jőtevő; *satām*—az őszintének.

Śrī Kṛṣṇa, az Istenség Személyisége, aki Paramātmā [a Felsőlélek] mindenki szívében, s aki az őszinte bhakta jőtevője, megtisztítja az anyagi élvezet utáni vágytól annak a bhaktának a szívét, akiben felébredt a vágy arra, hogy hallja az Ő üzenetét, melynek megfelelő hallgatása és elmondása már önmagában jámbor tett.

MAGYARÁZAT: Az Istenség Személyisége, Śrī Kṛṣṇa üzenetei nem különböznek Tőle Magától. Éppen ezért amikor valaki sértések nélkül hallgatja Istent és dicsőíti Őt, az Úr Kṛṣṇa jelen van a transzcendentális hang formájában, amely épp olyan erővel rendelkezik, mint az Úr Maga. Śrī Caitanya Mahāprabhu a *Śikṣāṣṭakā*-ban világosan kijelenti, hogy az Úr szent neve rendelkezik az Úr minden energiájával, s hogy számtalan nevét ugyanezzel az energiával ruházta fel. Bárki zengheti figyelmesen és tisztelettel a szent nevet, ahogyan neki jólesik, szigorú időponthoz kötöttség nélkül. Az Úr olyan kegyes hozzánk, hogy személyesen jelenik meg előttünk a transzcendentális hang formájában, mi azonban szerencsétlenségünkre nem vonzódunk az Úr nevének és tetteinek hallgatásához és dicsőítéséhez. Már beszélünk a szent hang hallgatása és éneklése iránti vonzalom kifejlődéséről. Ez az Úr tiszta *bhaktájának* végzett szolgálat által történik.

Az Úr nem hagyja válasz nélkül *bhaktáit*. Ha látja, hogy egy *bhakta* őszintén bebocsátást akar az Úr transzcendentális szolgálatába, s emiatt szeretne hallani Róla, akkor belülről úgy irányítja a *bhaktát*, hogy az könnyen visszatérhessen Hozzá. Az Úr jobban szeretne visszavinni minket birodalmába, mint amennyire mi vágyunk arra. A legtöbb esetben közlünk egyáltalán nem akarnak visszatérni Istennel; csak nagyon kevesen akarnak visszamenni Hozzá. De bárki legyen is az, ha vágyik erre, Śrī Kṛṣṇa minden tekintetben segíteni fogja.

Az ember mindaddig nem juthat be Isten birodalmába, amíg tökéletesen meg nem tisztul minden bűntől. Az anyagi bűnök annak a vágnak az eredményei, hogy uralkodni szeretnénk az anyagi természetben. Ezekből a vágyaktól nagyon nehéz megszabadulni. A vagyon és a nők komoly nehézséget jelenthetnek az Istenhez vezető úton haladó *bhakta* számára. E csábításoknak rengetegen estek már áldozatul, akik bár rendíthe-

tetlenek voltak az odaadásban, így mégis letértek a felszabaduláshoz vezető útról. Ha azonban valakit Maga az Úr támogat, számára az Úr isteni kegyelme által az egész folyamat rendkívül könnyűvé válik.

Nem meglepő, hogy valakit nyughatatlanná tesz a nők társasága vagy a gazdagság, hiszen időtlen idők óta ezek a dolgok vesznek körül az élőlényt, s hosszú időt vesz igénybe, amíg az ember megszabadul ettől a számára idegen természettől. Ha azonban valaki az Úr dicsőségének hallgatásában merül el, fokozatosan felismeri valódi helyzetét. Az ilyen *bhakta* Isten kegyéből elegendő erőt kap, hogy megvédje magát a veszélyektől, s lassanként minden, ami zavart okozhat, eltűnik elméjéből.

18. VERS

नष्टप्रायेष्वभद्रेषु नित्यं भागवत्सेवया ।
भागवत्युत्तमश्लोके भक्तिर्भवति नैष्ठिकी ॥ १८ ॥

*naṣṭa-prāyeṣv abhadreṣu nityaṁ bhāgavata-sevayā
bhagavatya uttama-śloke bhaktir bhavati naiṣṭhikī*

naṣṭa—elpusztul; *prāyeṣu*—szinte teljesen; *abhadreṣu*—minden, ami kedvezőtlen; *nityaṁ*—rendszeresen; *bhāgavata*—a *Śrīmad-Bhāgavatam* vagy a tiszta *bhakta*; *sevayā*—szolgálva; *bhagavati*—az Istenség Személyiségének; *uttama*—transzcendentális; *śloke*—imák; *bhaktiḥ*—szerető szolgálat; *bhavati*—létrejön; *naiṣṭhikī*—visszavonhatatlan.

A *Bhāgavatam*-ról szóló előadások rendszeres látogatásával és a tiszta *bhakták* szolgálatával minden, ami a szívben bajt okoz, szinte teljesen elpusztul, s a transzcendentális dalokkal dicsőített Istenség Személyiségének végzett szerető szolgálat visszavonhatatlan tényként szilárdul meg.

MAGYARÁZAT: Íme az orvosság, amely a szívben lakozó kedvezőtlen dolgokat egytől egyig megszünteti, melyek akadályként jelentkeznek az önmegvalósítás útján. A gyógyír nem más, mint a *Bhāgavaták* társasága. Kétféle *Bhāgavata* van: a *Bhāgavata* könyv és a *Bhāgavata bhakta*. Mindkettő megfelelő orvosság, és mindkettő képes megsemmisíteni az akadályokat. A *Bhāgavata bhakta* épp olyan jó, mint a *Bhāgavata* könyv, mert a *Bhāgavata bhakta* a *Bhāgavata* könyv szerint él, a *Bhāgavata* könyv pedig teli van tudnivalókkal az Istenség Személyiségéről és az Ő tiszta *bhaktáiról*, akik szintén *Bhāgavaták*. A *Bhāgavata* könyv és a *Bhāgavata* személy nem különböznek egymástól.

A *Bhāgavata bhakta* az Istenség Személyiségének, Bhagavānnak a közvetlen képviselője. Ha tehát valaki örömet okoz a *Bhāgavata bhaktának*, megkaphatja a *Bhāgavata* könyv áldását. Emberi ésszel lehetetlen felfogni, hogyan halad lépésről lépésre az ember az odaadás útján a *Bhāgavata bhakta* vagy a *Bhāgavata* könyv szolgálatával. Ezek azonban tények, melyeket Śrīla Nārada deva magyarázott el, aki előző életében egy szolgálólány fia volt. A szolgálólány a bölcsek cselédje volt, s így fia is kapcsolatba került velük. Csupán azáltal, hogy körükben lehetett és elfogadhatta a bölcsek ételmaradékait, a szolgálólány fia lehetőséget kapott, hogy nagy *bhakta*, Śrīla Nārada deva legyen. Ilyen csodálatos hatása van, ha valaki a *Bhāgavaták* társaságát élvezzi. S hogy valóban megértjük ezeket a hatásokat, meg kell jegyeznünk, hogy ha valaki őszintén

csatlakozik a *Bhāgavatákhoz*, akkor biztosan és könnyedén tesz szert transzcendentális tudásra, melynek eredményeképpen megszilárdul az Úr odaadó szolgálatában. Minél többet fejlődik valaki az odaadó szolgálatban a *Bhāgavaták* irányítása alatt, annál szilárdabbá válik az Úr transzcendentális szerető szolgálatában. A *Bhāgavata* könyv üzenetét ezért a *Bhāgavata bhaktától* kell hallani, s a kezdő *bhakta* fejlődését e kettő együttesen segíti elő.

19. VERS

तदा रजस्तमोभावाः कामलोभादयश्च ये ।
चेत एतैरानिद्धं स्थितं सत्त्वे प्रसीदति ॥ १९ ॥

*tadā rajas-tamo-bhāvāḥ kāma-lobhādayaś ca ye
ceta etair anāviddham sthitam sattve prasīdati*

tadā—ekkor; *rajaḥ*—a szenvedély minőségében; *tamaḥ*—a tudatlanság minőségében; *bhāvāḥ*—a helyzet; *kāma*—kém és vágy; *lobha*—vágyódás; *ādayaḥ*—mások; *ca*—és; *ye*—bármilyen is; *cetaḥ*—az elme; *etaiḥ*—ezek által; *anāviddham*—anélkül, hogy hatással lenne rá; *sthitam*—szilárd; *sattve*—a jószág minőségében; *prasīdati*—így teljesen elégedetté válik.

Amint a szerető szolgálat visszavonhatatlanul megszilárdul a szívben, a természet kötőerői, a szenvedély és a tudatlanság okozta kém, vágy és sóvárgás eltűnnek a szívből. Ekkor a *bhakta* a jószág minőségében állapodik meg, s tökéletes boldogságot ér el.

MAGYARÁZAT: Az élőlény természetes, eredeti helyzetében a lelki boldogság tökéletes elégedettségét élvezi. A létnek ezt az állapotát *brahma-bhūtának* vagy *ātmānandinak* nevezik, annak az állapotnak, amikor az önvaló elégedett. Ez az elégedettség nem egyezik meg a tétlen ostoba elégedettségével. A tétlen ostobák a korlátozott tudatlanság állapotában vannak, míg az önmagában elégedett *ātmānandi* fölötté áll a lét anyagi állapotának. A tökéletességnek ezt a szintjét akkor éri el az ember, amikor szilárdan, megmásíthatatlan törekvéssel végzi az odaadó szolgálatot. Az odaadó szolgálat nem tétlenség, hanem a lélek tiszta tevékenysége.

Az anyaggal kapcsolatba kerülve a lélek tevékenysége beszennyeződik, s így a beteges cselekedetek a kém, a vágy, a sóvárgás, a tétlenség, az ostobaság és az alvás formájában fejeződnek ki. Az odaadó szolgálat hatása a tudatlanság és a szenvedély következményeinek teljes megsemmisülésében nyilvánul meg. A *bhakta* egyszerre megszilárdul a jószág kötőerejében, és tovább fejlődik, hogy elérje a *vasudeva* helyzetet, a tiszta *sattva* vagy *śuddha-sattva* állapotot. Csakis ebben a *śuddha-sattva* állapotban, az Úr iránti tiszta vonzalom révén láthatja mindig szemtől szemben Kṛṣṇát.

Egy *bhakta* mindig a vegyítetlen jószág kötőerejének hatása alatt áll; ezért senkit sem bánt. Az *abhakta* azonban, legyen bármilyen művelt, mindig ártalmas. Egy *bhakta* nem ostoba és nem is szenvedélyes. Aki másokat bánt, ostoba és szenvedélyes, az nem lehet az Úr *bhaktája*, bármennyire is igyekszik külsőjevel annak mutatni magát. Egy *bhaktában* Isten minden jó tulajdonsága megtalálható. Mennyiségileg lehet, hogy különböznek e tulajdonságok, a minőséget tekintve azonban az Úr és *bhaktája* egy és ugyanaz.



Egy borjúlélék monológja

Egy hideg, fémrácsos pallón ellett a mamám. Miután kinyílt a szemem, még három percig láttam, azután átvittek egy másik ketrecbe, ahol vagy másik ötven bocival laktam együtt. Hiányzott a mamám meleg és puha szőre – ezek a kicsik mind üjedősek voltak és állandóan rugdosódtak. Lefeküdni nem volt elég hely, de nem is volt érdemes – az ember szőre mocskos és bűdös lett a többiek ürülékétől, ezért inkább állva aludtam.

Mindennap jött hozzánk egy kedves, köpenyes ember, aki a tápot hozta. Ez ízetlen és rágós volt, de gyakran biztatott minket, hogy ettől szép kővérek leszünk. Ez igaz is volt, csak jól nem laktunk tőle. Néhányan úgy felfújódtak, hogy nem tudtak tovább a lábukon állni – az ő hasuk alatt átvezettek egy vásznat, és így felfüggesztették őket. Ettől még jobban elhízta, míg olyanok nem lettek, mint egy gyufaszálakkal kitámasztott hordó. A gondozó hetente egyszer egy hatalmas fecskendővel beinjektiozott minket száj- és körömfájás, tuberkulózis és egyéb, ismeretlen bocibacik ellen. Ezekről a szerektől állandóan hasmenésünk volt, kábák lettünk, és folyton remegett a lábunk.

Néhány nyolcvan wattos izzó világított a csarnokban. Volt köztünk egy teljesen fehér szőrű boci, aki azt állította, hogy létezik egy végtelenül erős fényű izzó is, ami állandóan meleget ad, csak mi azt nem láthatjuk. Azt is mondta még, hogy vannak olyan helyek, ahol nincsenek rácsok, sem falak, és olyan messzire lehet szaladni, amennyire akarsz. Valami legelőket is emlegetett, ahol a földből zöld színű ízletes szálak nőnek. Ezt az albínó boci általában nem szerették a többiek – javíthatatlan álmodozónak, utópistának tartották. Én kedveltem, de ritkán tudtunk egy-

mással bőbdülni, mert akkora hangzavart keltettek a többiek, hogy ha kicsit távolabb löktek, nem hallottuk egymás hangját.

Három hónapos voltam, amikor említésre méltó események történtek. Kinyitották a ketrec egyik ajtaját, és egy sötét, szűk folyosón betereltek egy még szűkebb ketrecbe. Ekkor láttam meg azt a nagy fényes izzót, mert ez a ketrec elindult, és kivitt minket a telepről. Épp a rács egyik oldalához kerültem. Az arcom, illetve a pofám szorosan odanyomódott, de örültem, mert így fél szemmel szemügyre tudtam venni a világot.

Az emberek sokan voltak, és amin a legjobban csodálkoztam, némelyikük össze volt kötve egy kisborjú méretű állattal, és együtt sétáltak. Nem értettem a dolgot, mert ezek az állatok idegtépő hangokat hallattak, az utcasarkon pedig mindig megálltak vizelni meg ilyesmi. Sajnáltam az embereket, de úgy tűnt, nem tudják elengedni a madzagot, így ez a szörnyű állat ide-oda rángatta őket. Egy másik helyen, egy üvegablak mögött ugyanilyen állatokat mostak és fésülgettek, meg a patáikról vágták le a körömet. Nem értettem, miért szeretik őket ennyire, mikor még tőgyük sincs.

Titokban arra gondoltam, hogy talán most visznek arra a „legelőre”, és a szívem gyorsabban kezdett dobogni. Sok utcán mentünk keresztül, míg egy elhagyatott helyen egy másik telepfélre értünk. Itt sorban kivittek minket egy olyan szűk folyosóra, ahol egyszerre csak egy tehén fért el. Úgy tudtam, hogy az emberek azért tartanak minket, mert ha megnövünk, habzó tejet tudunk adni, amiből finom tejfölt és túrót lehet csinálni a csuszára. Arra gondoltam, talán elérkezett az első fejés ideje.

Éppen az albínó borjú mögé kerültem, és láttam hogy kicsit ideges. A sor lassan haladt előre. A sor elején messze feltűnt egy sötét kapu, amit a mondáshoz híven meg is bámultunk. Békésen ácsorogtunk, és ballagtunk egyre előrébb.

Beértünk a sötét kapuba. Itt mindenféle ijesztő hangokat hallottunk, de nem láttunk semmit. Néhány perc múlva meghallottam fehérszőrű barátom rémült bőgését. A lábával dobolt, mint ha el akarna szaladni, aztán elhallgatott. Ekkor értettem meg, hogy mi történik. Próbáltam megfordulni, de a hely túl szűk volt, és a kíváncsi borjak nyomtak hátulról. Lehetséges, hogy tényleg nem az a több ezer liter tej kell nekik, amit életemben adhatnék, hanem a pár liter véretem akarják? Tudom, hogy csak egy marha vagyok, és nem érthetem ezt meg, de nem is volt időm ezen gondolkodni. A két halántékomra egy-egy korong került, aztán valami villám átcikázott az agyamon, majd az egész testemen. A halálfélelem adrenalinja lüktetett az ereimben. Három ütéssel éreztem, aztán elhagytam a testemet.

A testen kívül lebegve láttam, hogy a tetemeiket egy másik teremben lenyúzzák, feldarabolják és becsomagolják. Porcikáim most különféle éttermekben és boltokban találhatóak.

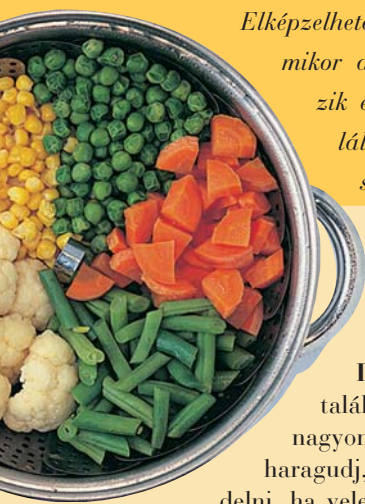
Mivel erőszakos halállal haltam meg, a természet törvényei szerint újra meg kell születnem tehátként. Ha ez így folytatódik, ki tudja, mikor érem el az emberi létformát? Az emberi testet, ami olyan áldott, hiszen az ember a legintelligensebb lény, minden teremtetett élőlény ura és védelmezője.

Ha étteremben jársz, és azt látod kiírva: BORJÚSZELET: 450 Ft – akkor gondoldj rám, és mondd el értem egy imát. Köszönöm szépen.



Ha vitára kerülne sor...

Elképzelhető, hogy kedves Olvasónk már vegetáriánus, vagy valamikor a jövőben az lesz. Tételezzük fel, hogy ekkor találkozunk egy régi ismerősével, aki még nem ismeri az Ön új táplálkozási szokásait. Ehhez az elképzelt beszélgetéshez szeretnénk néhány ötletet adni.



Ön: Szer-
vusz, de régen
láttalak!

Ismerős: Rég
találkoztunk, én is
nagyon örülök. De ne
haragudj, rohanok ebé-
delni, ha velem jössz, esetleg
közben beszélgethetünk.

Ön: Persze, legalább tudunk váltani
egy pár szót. [Együtt elindulnak.]
Egyébként hol szoktál enni?

Ismerős: Általában valamelyik gyors-
étteremben, tudod, ez a felgyorsult élet-
mód. Te is bekapsz valamit?

Ön: Ott legfeljebb egy sült krumplit.
Tudod, vegetáriánus vagyok.

Ismerős: Vegetáriánus?! Miért, eltűnt
az orvos a hústól? Vagy fogyni akarsz?

Ön: Nem, ez nálam elvi kérdés. Nem
szeretném, ha miattam állatokat kellene
leölni.

Ismerős: Egyébként is megölnék
őket...

Ön: De ha én fizetnék érte, az olyan
lenne, mintha én pénzném a mézáró-
sokat. Mintha bérnyilkosokat fogadnék.
Szerintem, ha valaki mindenképpen
húst akar enni, szembe kellene
néznie ennek az erkölcsi súlyá-

val, és magának kellene megölnie az ál-
dozatát. Na de én egyébként sem tar-
tom túl vonzónak, hogy ledarált, dög-
lött állatokat rágicsálgak.

Ismerős: Hát akkor vészesen le fogsz
fogyni, vérszegény leszel, meg minden-
féle hiánybetegségek lesznek, ha csak
legelsz, mint a lovak!

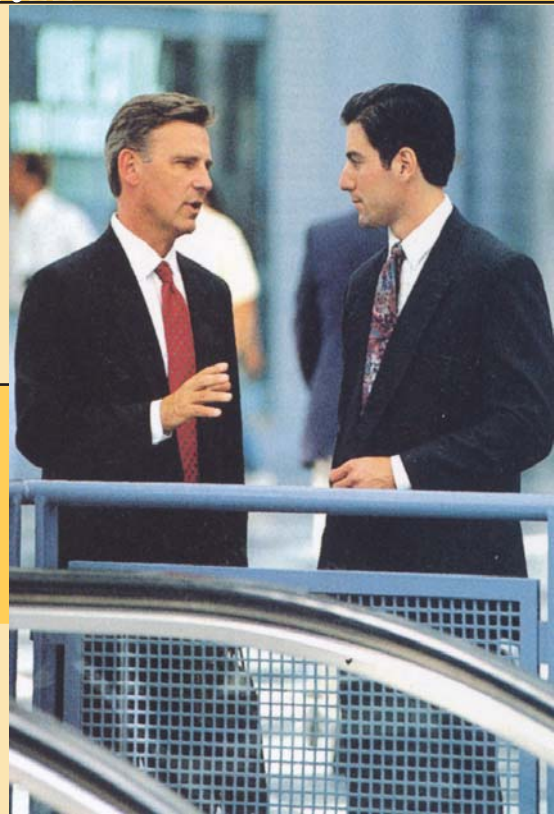
Ön: Csak a mérgek fognak hiányozni
az étrendemből, semmi más. Minden
tápanyaghoz hozzá lehet jutni gyümöl-
csökből, zöldségekből, olajos magvakból
és tejtermékekből.

Ismerős: Én nem tudnék lemondani a
hús ízéről...

Ön: Tudod, a húsnak önmagában egy-
általán nincs jó íze. Órákig kell sütni-
főzni meg agyonfűszerezni, mire lesz
belőle valami. Ennyi munkával szinte a
lábtörőlőből is lehetne vacsorát készíteni.
A vegetáriánus ételeknek természetesen,
eleve finom ízük van. És egyáltalán
nem kell hozzájuk állatokat lemészá-
rolni.

Ismerős: De miért olyan nagy problé-
ma ez neked? Az állatok azért vannak,
hogy az embernek legyen
mit ennie.

Ön: És sze-



rinted ezt az állatok is így gondolják?
Úgy emlékszem, neked is volt egy ku-
tyád...

Ismerős: Persze, még mindig megvan.
Tappancs, egy cocker spániel...

Ön: Igen, emlékszem, zsemleszínű, és
olyan kedves pofija van. Hát, gondo-
lom, te se örülnél, ha valaki úgy dönté-
ne, hogy elfogyasztja vacsorára.

Ismerős: Hogy jut eszedbe ilyesmi?
Megenni egy kutyát!

Ön: Ha jobban belegondolunk, nincs
sok különbség egy kutya, egy malac,
vagy egy bárány között. Attól, hogy az
egyikkel együtt lakunk, még a többinek
is vannak érzései, ők is szenvednek, ak-
kor is, ha nem látjuk.

Ismerős: De az ember mindenevő.
Szüksége van a húsrá.

Ön: Nincs rá feltétlenül szüksége. Ez
csak egy rossz szokás. Az ember egész-
ségesebben, erkölcsösebben és tisztáb-
ban tud élni állatok fogyasztása nélkül.
Biztosan tudod, hogy néhány vegetári-
ánus kultúrában az emberek hosszabb
ideig élnek, mint nálunk.



Ismerős: De mit ér az élet húsételek nélkül? Egy jó kis zaftos...

Ön: Sajnálatos lenne, ha csak a nyelvünk, ez a kis húsdarab irányítaná az egész életünket és a döntéseinket. Ha csak az ételek íze lenne a fontos, akkor akár emberhúst is lehetne enni – állítólag édeskés íze van... De természetesen ebben megállít az erkölcsi érzékünk. Ha egy kicsit utánagondolunk, az állatok elpusztítása sem sokkal felemelőbb ennél.

Ismerős: De a növényeket is meg kell ölni, nem? Az mennyivel jobb?

Ön: Egyrészt nem mindegyik növényt kell megölni. Ha meg akarsz enni egy almát, nem kell hozzá megölnöd az almafát. Másrészt a növényeknek sokkal egyszerűbbek az érzékeik és az idegrendszerük, így a fájdalomérzetük is enyhébb. Ez is erőszak persze, de sokkal kisebb mértékű, mint az állatok megölése. Ez az a minimális erőszak, amellyel fenn tudjuk tartani magunkat a világban. Persze vannak olyan vallások, amelyek azt mondják, hogy még az

ilyen ételeket is fel kell ajánlani Istennek, hogy igazán büntelenné váljunk.

Ismerős: Na és te belegondoltál már abba, hogy ha mindenki ilyen vegamicsodás lenne, akkor mi lenne azzal a sok-sok munkással, akik a vágóhidakon dolgoznak?

Ön: Ne aggódj, erre könnyű megoldást találni. A bölléreket és a többi dolgozót átképezhetnék állatgon-dozónak. A főlölegessé vált vágóhidak épületeiben pedig állatmenhelyeket lehetne létesíteni.

Ismerős: Hát, nekem nagyon unalmasnak tűnne, ha csak salátát ehettek...

Ön: A vegetáriánus konyhaművészet egyáltalán nem unalmas, hanem éppen hogy kimeríthetetlenül gazdag és változatos. Tudok itt a közelben egy kis vegetáriánus éttermet, ha kíváncsi vagy



rá, szívesen megmutatom.

Ismerős: Hát, tulajdonképpen érdekelne, de nem ígérek semmit...

Ön: Csak próbáld ki, aztán dönts a legjobb belátásod szerint.

[Beszélgetésbe merülve odaérnek, betérnek. Barátjuk döntése még a jövő titka...]

A világ
legnagyobb
vegetáriánus
ételszolgálat

Ételt az Életért

Közhasznú Alapítvány

Hare Krisna - Nemzetközi Szegényélelmezési Program

A Food for Life Nemzetközi Szegényélelmezési Program magyarországi képviselete



Programjaink:

- Ingyenkonyha fenntartása Budapesten
- Utcai meleg étel és élelmiszersomag osztások
- Gyermekekétkeztetés
- Teajarat decembertől márciusig
- Karácsonyi ételosztás

Cím: 1028 Budapest, Máriaremetei út 77.

Tel: (1)274-6247, (30)243-1486, (20)514-8540 (konyha)

Adószám: 18095575-1-41

Bankszámlaszám: OTP 11702036-20664473



Keressen
bennünket
a világhálón!

www.ffl.hu



T Á R S A D A L M A K

A Z Á L L A T O K J O G A I R Ó L

Társadalmak

mā hinšyāt sarva-bhūtāni

Egyetlen élőlényrel szemben se alkalmazz erőszakot!



Az állatok jogairól

Életünk színpadán az állatoknak nagyrészt a vesztes, a préda szerepe jut. A technikai civilizáció bővületében sokan önkényesen felhasználható biológiai gépezeteknek tekintik őket. A közkeletű, ám téves elképzelés úgy tartja, hogy az ember nem élhet hús nélkül, az állatkísérletek pedig nélkülözhetetlenek. Miközben házi kedvenceinket dédelgetjük, az állatok tömegeit hajlamosak vagyunk pusztán élelmiszer- és bőripari alapanyagnak tekinteni, akik/ amik csak azért léteznek, hogy — akár életük árán is — kiszolgálják az igényeinket.

Mit engedhetünk meg magunknak?

Van-e jogunk arra, hogy halálra ítéljünk egy állatot? Az asztalra kerülő állatok végigszenvedik életüket, csak azért, hogy pár percnyi kellemes ízélményt szerezzenek elfogyasztóinknak – gondoljunk csak a nagyüzemi állattartás borzalmaira. Az állatok megérzik a halál közeledtét, rettegnek, és éppúgy szenvednek, mint az ember. Egy húsevő

ember miatt több ezer állatot kell megölni.

Nagy távolságra történő állatszállítások az országokon átszáguldó kamionokban a vágóállatok gyakran megellenek, s az állatok egy része az úti cél elérése előtt elpusztul a túlszűfoztság, a rossz bánásmód és a levegőtlenesség miatt.

Amennyiben valaki mindenképpen húst akar enni, a nagyüzemi állattartásnál már az is jobb megoldás lenne, ha ennek erkölcsi súlyával szembenézve, a tömeges állatkínzás és mérsárlás helyett helyben, magának vágná le a dozatát. Az ember csak magát csapja be azzal, ha azt hiszi, „tisztá marad a keze”, mert a piszkos munkát vágóhídi bérgyilkosok végzik el helyette. A legjobb és legtermészetesebb megoldás pedig az állatok étkezési célú öldöklésének teljes beszüntetése lenne.

Szörmeipar

A *Times* lapjain ezt olvashattuk: „*Ha állatokat használunk fel olyan jelentéktelen célokra, mint a kozmetikai kísérletek és a szörmedivat, az nem az emberi jólétet, csak az emberi hiúságot, a magasabb profitot, az anyagi hasznot szolgálja. Az állatok*

ilyesfajta célokra való feláldozása tehát nem igazolható.”

Az elmúlt tizenöt évben a szörmeipar hanyatlásnak indult: a prémjükért tenyésztett állatok száma ötvenmillióról harmincmillióra esett vissza. Sajnos a vezető divattervezők manapság ismét igyekeznek divatba hozni a prémet, ami fokozódó szenvedést ígér az állatoknak.

A szörmeipari telepek szűk ketreceiben az állatok viselkedése abnormális, sztereotip, a nőstények gyakran felfalják kicsinyeiket. A leölés módszerei gyakran lassúak, fájdalmasak; kedvelt módszer a traktor kipufogógázát az állatokkal teli dobozba vezetni. A halálos injekciók közül sok légzésbénulást okoz, miközben az állat tudatánál marad.

A szörme luxuscikk, viselője csodálatot és tiszteletet remél környezetétől. Védtetlen azonban az a magatartás, hogy hiúságunk legyezgetése érdekében szenvedésre és kínhalálra ítéljük az állatokat.

Állatkísérletek

„*Egy nemzet nagysága és erkölcsi fejlettsége híven tükröződik abban, ahogy az állatokkal bánt.*” – írta Mahatma Gandhi, aki a viviszekciót (az élveboncolást) a védtelen lények ellen



elkövetethető legsötétebb bűnnek nevezte.

„A szabályozottság ellenére tovább folyik az állatok holokausztikus méretű feláldozása a tudomány szolgálatában, elképzelhetetlen kínokat és gyötrelmeket okozva ezzel a kísérleti állatoknak. Ha el tudnánk képzelni, mi folyik a laboratóriumokban, rémálmaink lennének, és nappal sem lenne egyetlen vídám és gondtalan percünk sem.” (Dr. Ralph Bircher, Viviszekcióellenes Orvosok Nemzetközi Szövetsége).

Igaz, hogy az élettan néhány ma ismert eredménye állatkísérletekből származik, és a transzplantációs sikereket is állatokon végzett vizsgálatok előzték meg (pl. szívátültetést először kutyákon hajtottak végre). Ma már azonban, néhány alapkutatástól eltekintve, gyakorlatilag ugyanazok a kísérletek folynak



évről évre, ugyanazokkal a módszerekkel, ugyanazokat a szenvedéseket okozva az állatoknak. „Új ötletek” híján a régi kísérleteket ismételtetik, főleg a kutatói pénztámogatás megtartása érdekében.

Évente nyolcszázmillió élőlény pusztul el így a laboratóriumokban – percnként huszonöt állat. A kísérletek alig 1%-ának van bármiféle gyakorlati haszna, és az esetek többségében még ez is elérhető lenne más úton.

Sok biológus és orvos szerint a laboratóriumi állatok nem csak az emberi szervezetet nem képesek modellezni, de még az ugyanolyan fajjú, ám természetes körülmények között élő egészséges vagy beteg állatokét sem. Ezek alapján 1986-ban, a Zürichben tartott Állatorvosi Kongresszuson a résztvevők nyilatkozatot írtak alá, mely szerint az állatorvostudományban semmiféle állatkísérlet nem indokolt. E kísérletek

tehát jórészt feleslegesek vagy pótolhatóak. *Alternatív módszerek* tömkelege áll a kutatók rendelkezésére: sejt- és szövettenyészetek, egyéb *in vitro* eljárások, matematikai modellek, oktatófilmek, interaktív, szimulációs szoftverek. Ráadásul az állatkísérletek jelentős része nem is gyógyászati célú. A *fegyveripar* titkosan kezeli az állatokon végzett sugárkísérleteket, a ballisztikus fegyverek próbáit, az ideggáz-teszteteket és mindazt, amit az ember rombolási hajlama ártatlan lényeken gyakorolni képes.

A szépségért szenvedni(ük) kell

Világszerte sok állat esik áldozatul kozmetikumok, piperecikkek és más fogyasztási cikkek Draize-tesztjeinek is. Ilyen a szemkárosodási teszt (például nyulak szemébe cseppentett maró koncentrátum, sampon), vagy a bőrkárosodási teszt, melyet többek közt fogkrémek, dezodorok esetében vizsgálnak. Nyúl, majom, kutya nemi szervét (mint „jólag reagáló” területet), vagy nyers húst kezelik az adott szerekekkel.

Mérgezési teszt az LD 50-es teszt. A rövidítés a „letális dózisra” utal: azon anyagmennyiségre, amelytől a meghatározott számú állatok fele elpusztul. Az állatok gyomrába csövön át nagy mennyiségű púdert, arc, vagy hajfestéket juttatnak. Gyakran a halált nem a „mérge”, hanem a túladagolás okozza: fulladás vagy eltömődés. Néhány más termék a listáról: rovarirtók, gyomirtók, élelmiszeradalékok, fagyálló folyadékok, fékfolyadékok, kályhatisztítók, szemfestékek, smink, poroltók stb.

Bár az állatvédők nyomására Magyarországon a szépítőszeres állatokon való tesztelését 1998 óta már törvény tiltja, a gyógyszeriparban továbbra is folyamatosan használják az LD 50-es eljárást. Szerke a világon pedig a fo-



gyasztói társadalom mohósága és újdonságok iránti vágya egy-egy új kozmetikai szer esetében – jóllehet a régi termékek sokszor ugyanolyan jók – állatok ezreinek gyötrelmes halálát okozza.

Tégy a szenvedés ellen

A földi lét az állatok pokla lenne? Szenvédésük a mi szegényünk. Ha érzel valami felelősséget értük, tégy a szenvedés ellen! Hogyan?

– Talán a száj- és körömfájás vagy a kergemarhakór is egy figyelmeztetés. Ne kergülj meg! Legyél vegetáriánus!

– Vásárolj olyan kozmetikumokat, amelyeket nem teszteltek állatokon! Jelzésük:



– Ne hordj bőr- és szőrmeruhákat, kiegészítőket!

– Tanulmányi célból se boncolj állatokat!

– Ne vállalj olyan munkát, amely közvetve vagy közvetlenül hozzájárul az állatok elleni erőszakhoz!

– Vegyél részt az állati jogok érvényesítése melletti megmozdulásokon!

– Emeljünk szót a szótlanokért! Beszélj másoknak is az állatok jogairól!

Tóth Tamás





Tej: béke és bőség

A tej rendkívül fontos szerepet játszik a védikus szentírások történeteiben. Túl a manapság fel-fellángoló vitákon, hogy az ember számára iható-e a tehéntej vagy sem, elmondhatjuk, hogy a védikus időkben a tej önmagán túlmutató jelentőséggel bírt. Írásunk néhány tejhez kapcsolódó gondolatot villant fel Śrīla Prabhupāda művei alapján.

A csodatehén

A védikus leírások szerint Kṛṣṇa – Isten – tehénpásztorfiú. A lelki világban, Kṛṣṇa lakhelyén olyan tehenek élnek, melyeket bármikor meg lehet fejni, s annyi tejet adnak, amennyit csak kíván az ember. Az Úr tengernyi ilyen tehenet tart, melyeket annyira boldoggá tesz Kṛṣṇa gondoskodása, hogy örömeikben tejjel áztatják a legelők dús fűvű réteit.

A tejóceánból született hold

Sokan azonban a Kṛṣṇáról szóló leírásokat pusztán mesének tekintik, s vagy tagadják Isten létét, vagy egyenlőnek tekintik Vele magukat.

A *Śrīmad-Bhāgavatam* leírása szerint a felsőbb bolygókon (vagyis a mennyországban) van egy tejóceán, ahol az Úr Viṣṇu él. Ebből a tejóceánból született a hold, ám a tejóceánban élő hal nem ismerte fel a holdat, és azt hitte, az csak egy hozzá hasonló másik hal, vagy legfeljebb egy fényes tárgy, semmi több. Śrīla Prabhupāda magyarázatában azokat az embereket hasonlítja eh-

hez a halhoz, akik nem ismerik fel, hogy Kṛṣṇa Isten, és magukhoz hasonló, közönséges embernek vélik.

Tej és istenszeretet

Miért olyan nehéz elfogadnunk, hogy Kṛṣṇa Isten, hogy Ő a Legfelsőbb Úr, mindenki irányítója, és a legfelsőbb birtokos? Azért, mert ostoba kíváncsiságunkban elhagytuk Őt, és az anyagi tevékenységgel és a szenvedély kötőerejével érintkezésbe lépve Kṛṣṇa iránti szeretetünk anyagi vágygá alakult át. Az istenszeretet úgy alakul át anyagi vágygá, ahogyan a tej válik joghurttá a savanyítószer hatására – magyarázza Śrīla Prabhupāda.

A tej érzékelése

Ezek szerint nincs sok reményünk arra, hogy visszatérhessünk Hozzá? De igen, nagyon is van – nyugtat meg bennünket ismét egy tejjel kapcsolatos, szép példával Prabhupāda.

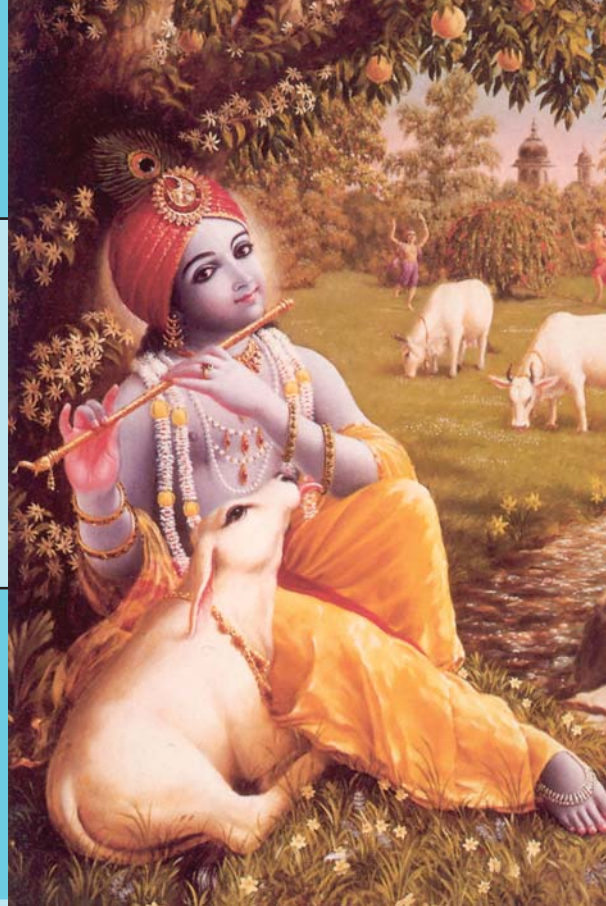
Ahhoz, hogy visszatérhessünk Isten-

hez, meg kell ismernünk Őt. Milyen Isten? Vagyis a példánál maradva: milyen is a tej? Amikor látjuk: fehér. Amikor megkóstoljuk: ízletes. Amikor megérintjük: hideg. Amikor megszagoljuk: jó illatú. Amikor beszélnek róla, megtudjuk, hogy mindezt tejnek nevezik. Ugyanígy, a Legfelsőbb Igazság, Kṛṣṇa elérésére is számtalan módszer létezik – mondja Śrīla Prabhupāda –, de e különféle utak segítségével az Abszolút Igazságnak csak egy-egy vonása tárul fel az igazság keresője előtt.

Ahogy a tejről is csak akkor kapunk tökéletes képet, ha minden érzékszervünkkel egyszerre érzékeljük, és azt is meghallgatjuk, amit mások mondanak róla, úgy az, aki teljes egészében akarja megismerni az Urat, a *bhakti-yoga*, az odaadó szolgálat végzésével közelítheti meg Őt közvetlenül.

A béke forrása: a tej

Odaadó szolgálat? Hát az meg mi a csoda? Az odaadó szolgálat azokat a tetteket jelenti, melyeket nem saját elégedettségünk érdekében, hanem Kṛṣṇa



örömeire hajtunk végre. Ilyen cselekedet például, ha a Legfelsőbb Úr számára főzünk, az ételt felajánljuk Neki, s az így módon megszentelt ételt elfogyasztjuk.

Ezeket a tetteket sohasem szabad abbahagyni, még akkor sem, ha valaki igen magas szintet ért el a lelki életben. A *Bhagavad-gītā* (18.5) elmondja, hogy ahhoz, hogy az emberi társadalomban jólét és béke uralkodjon, *áldozatra*, *adományozásra* és *lemondásra* van szükség, s ezek mind az odaadás tetteinek számítanak.

Ha a vaját olvasztással megtisztítjuk, *ghí*, azaz tisztított vaj jön létre, amely a védikus áldozatok nélkülözhetetlen kelléke. A tisztított vaj előállításához tejszóra van szükség. Így módon tehát a tej fontos eleme az odaadó szolgáltatásnak és a világ békés, Istennek szentelt életének.

A tej a jóság kötőerejének itala

E jámbor élet alapvető erkölcsi törvénye a nálunk gyengébb és kiszolgáltatottabb élőlények megvédelmezése. A védikus írások megállapítása szerint Isten még egy hangya elpusztítását sem hagyja büntetlenül, de valamennyi állat megölése közül a tehéngyilkosság számít a legnagyobb bűnnek, mert a tehen azzal, hogy tejet ad, nagy szolgálatot tesz az embernek. A Védák kijelentik, hogy aki tejet iszik, utána pedig megöli a tejet adó tehenet, a legmélyebb tudatlanságban él, és sötét jövő vár rá. A hús, különösen pedig a tehenhús a hozzá tapadó vér, szenvedés és felesleges erőszak miatt emberi fogyasztásra alkalmatlan és tilos.

A Védák megállapítása szerint mai társadalmunk égető problémái emberi feladataink félreértéséből fakadnak. Kötelességünk a minket szolgáló állatoknak, legfőképpen a teheneknek, védelmet adnunk, akinek csak a tejét fogyaszthatjuk. E szentírások jóslata szerint ahol tehenhúst esznek, ott idővel járványok és háborúk fognak pusztítani.



Egyre kevesebb a tej

A *Śrīmad-Bhāgavatam* bölcsessége több más kérdésre is választ ad, mely minden gondolkodó embert foglalkoztat. Manapság valahogy – sokan megfigyelték – minden olyan silány. Miért? Harminc-negyven évesek beszélnek arról, hogy gyerekkorukban más íze volt a paradicsomnak és az epernek, és hogy a Böbe babát nem kellett kidobni három nap múlva, mint ma a Pokémont vagy hogyishívjákot.

A *Bhāgavatam* leírja, hogy szerencsétlen korban élünk, amely a világtörzsek nagy körforgásában a negyedik, a vaskor. Ebben a korszakban az emberek hitetlenek és rövid életűek, kapcsolataik képmutatók. Az idő hatására minden veszít energiájából: a föld nem ad annyi gabonát, mint régen, keve-

sebb zöltség és gyümölcs terem, s a tehének sem adnak annyi tejet, mint hajdanán.

A védikus tudás mint tej

A *Kali*-kor (vaskor) tünete a tehének szánszámára méltó sorsa is. Pedig „ha megfejtjük a tehenet, folyékony formában a vallás elveit kapjuk meg” – írja Śrīla Prabhupāda (ŚB. 1.17.3, magyarázat). Régen az indiai vándorszerzetesek kizárólag tejen éltek, és az átlagemberek csak akkor találkozhattak velük, mikor a szentek tejet koldulva bekopogtak az ajtajukon. A családos, otthonuk védelmét élvező emberek egyik legfőbb kötelességüknek azt tekintették, hogy tejet adjanak ezeknek a lemondásokban gazdag életű, kéregető vándoroknak, akik csak néhány percet időztek náluk, reggel, fejtés idején, s ilyenkor az emberi élet céljáról beszélgettek a jószívű gazdával és családtagjaival. A tej így valóban a folyékony vallásos elveket jelentette az otthoniaknak.

Ha legnagyobb szerencsénkre találkozunk egy vándorló szenttel, a legkevesebb, amit adhatunk neki, egy pohár tej. Ha pedig jobban meg akarjuk érteni a szavait, kinyithatjuk a *Śrīmad-Bhāgavatamot*, hiszen a védikus irodalom olyan, akár a tudás tejőceánja, a *Śrīmad-Bhāgavatam* pedig e tejőceán nektári lényege, mindenki kedvence, a tejszín.

Śyāmā devī dāśī





A húson túl

A húsfogyasztás gazdasági és ökológiai hátrányai



Gyakran találkozom olyan emberekkel, akiket érdekel a Kṛṣṇa-hívők életmódja, és szívesen beszélgetnek e témáról. Amikor azonban arra terelődik a szó, hogy mit tudnának felvállalni az életükben mindabból, amit a Védák javasolnak, zavarukban olykor csak néhány kifogásra telik. A vegetáriánus étrend javaslatára adott válaszok általában így hangzanak: „sajnos nem lehet”, „nagyon drága”; „a férjem úgyis eszik húst, akkor meg külön kellene főzni”; „olyan drágák a zöldségek, a gyümölcsök, a tejtermékek”, és így tovább. Mindennek ára van. Ha enni szeretnénk valamit, azért fizetniünk kell. Vagy így; vagy úgy. Ha mindennel számolunk — és nem csak a pillanatnyi kiadásokkal —, igen meglepő eredményre jutunk.

A húsevés árnyoldalai

A modern társadalom szereti elfedni a lelkiismeret kiáltásait, csak hogy zavarosan legyen az élvezet, amelyet a fogyasztásból merít. Az elegáns bevásárlóközpontok polcairól leemelt csinos húscsomagolás csak az áru élvezetére koncentrál, s igyekszik elfeledtetni mindazt a kegyetlenséget, amelynek a mi vágyunkból eddig a pontig meg kellett történnie. Ha ugyanis ez tudatosulna a fogyasztóban, az csökkentené a vásárlási kedvét. Ha egy fogyasztó tudatos, az már nagyon rossz eredmény. A tudatosság ugyanis magával hozza a döntésképességet, s az ezzel rendelkező személy nehezen irányítható. *A tudatos ember nem jó fogyasztó.*

Az az információ sem szerepel a csomagoláson, hogy a „hústermelés” során keletkezett hatalmas mennyiségű hígtrágya szennyezi felszíni vizeinket és termőföldjeinket. A hígtrágya tízszeresen, de akár százszorosan is telítettebb lehet az átlagos házi csatornából származó szennyeződésnél. (Hollandiában az erdők 78%-a pusztult el a savas esőtől, amelyek 45%-a a hígtrágya-tárolókból felszabaduló ammónia kipárolgásából ered.) Ha valaki bemegy egy

gyorsétkezdébe, arra sem hívják fel a figyelmét, hogy az általa fogyasztandó húspogácsa nemrég még Közép-Amerika esőerdeinek helyén legelt, tehén formájában. S amennyiben az illető mindennap betér egy menüre, garantált, hogy részt vesz a közép- és dél-amerikai esőerdők módszeres kiirtásában, amely olyan eredményesen halad, hogy civilizációnk jelen étvágyát alapul véve előrejelezhető, hogy kb. 80 év alatt az egészet „megesszük”.

Néhány tény a húsfogyasztásról

- A világ esőerdői 5,6 millió négyzetkilométert foglalnak el, ami körülbelül egyenlő az Egyesült Államok területével, Alaszkát és Hawaii-t is beleértve. Ebből évente mintegy 72 ezer négyzetkilométert veszítünk el, ami Nicaragua területének felel meg.
- Mindenki, aki a vegetáriánus étrendre tér át, évente 0,405 hektárnyi erdőt ment meg.
- A világon előállított termények csaknem felét a később a húsként leölt állatok fogyasztják el. Ez igen pazarló eljárás. Egy kilogramm étkezési marhahús előállításához 16 kilogramm takarmány, ill. szójabab szükséges.



– Mintegy húsz vegetáriánus embert tarthatna el az a földterület, ami mindössze egy húsevőnek elég.

– Az Egyesült Államokban a mezőgazdasági területek 56%-át hústermelésre használják. Az évente felhasznált vízmennyiség 50%-a a húsiparban fogy el.

– A haszonállatok takarmányozására fordított gabona és szójabab mennyisége 1,3 milliárd embernek jelentene elegendő táplálékot.

– Egy kilogramm búza termeléséhez 228 liter víz szükséges, míg egy kilogramm hús előállításához ennek ezereszerese, 228 000 liter. Egy húsevő naponta áttételesen 19 000 liter vizet használ fel, míg egy vegetáriánus csak 5500 litert.

– Ha az emberek a vegetáriánus étrend szerint étkeznének, a húsfeldolgozás és -szállítás megspórolásával a benzinfelhasználás kb. 60%-kal csökkenne.



A Védák szerint mindaz, amit a húsevés szegényes élvezete érdekében elkövet valaki, súlyos visszahatásokkal terheli őt a jövőben (vagy akár már ma is). Lehet, hogy az esőerdőket a messzi Amerikában irtják – de ezt a mi vágyunk kielégítése kedvéért tesszik. Így az ebből származó visszahatás is interkontinentális lesz.

Jeremy Rifkin *A marhahúson túl* című, széles körben olvasott könyvében fejezi ki aggodalmait: „Manapság amerikaiak, európaiak és japánok milliói nyakló nélkül fogyasztják a különféle húsételeket, elfeledkezve étrendjüknek a bioszférára és a földi élet túlélőképességére gyakorolt hatásáról. A takarmányozott állathús minden egyes fontját égő erdőkkel, lepusztult földekkel, terméketlenné tett mezőkkel, kiszáradt fo-

lyókkal és patakokkal, valamint sok millió tonna kibocsátott szén-dioxiddal, nitrogén-oxiddal és metánnal biztosítják.”

Mi hát a teendő?

A földön zajló, egyik leginkább környezetromboló tevékenység az állatok elpusztítása a táplálékszerzés, a szőrme- és bőripar céljaira, illetve kozmetikai felhasználásra. A Kṛṣṇa-tudatú mozgalom állatokat, különösen a szarvasmarhát védő beállítottasága és a lelki vegetáriánus étrend alkalmazására tett javaslata – amennyiben széles körben elfogadásra kerül – számos környezetvédelmi és gazdasági problémát megoldhat. E javaslatok a következő filozófiai elveken alapulnak:

1. Az embereknek nem szabadna táplálkozási célokra leölniük az állatokat. A valóban „emberi” társadalomnak a kívülre is kiterjesztett erőszakmentesség (*ahimsā*) ősi védikus elvén kell alapulnia, amit a világ néhány részén még ma is gyakorolnak.

2. Az emberi társadalom szempontjából a szarvasmarha a leghasznosabb állat. Tüzelőanyagot, trágyát, a földműveléshez, szállításhoz, örléshez és öntözéshez szükséges erőt, valamint tejet és tejtermékeket biztosít a számunkra.

3. Az állatok elpusztítása megsérti a *karma* törvényeit, ezért egyéni és kollektív visszahatásokat (pl. háborúkat) eredményez az emberi társadalomban.

4. Jól alátámasztott orvosi tanulmányok igazolják, hogy a húsevés ártalmas az egészségre.

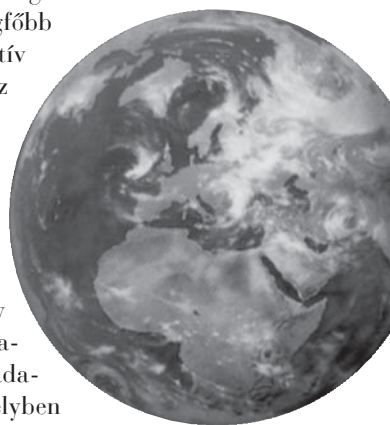
5. A táplálékszerzés és a divat céljából folyó tömeges állatölés csökkenti az együttérzést, az élet tiszteletét, beleértve az emberi életét is.

6. A húsalapú étrend – nemcsak általános közgazdasági, hanem mindennapi szempontból is – drágább, mint a húsmentes.

7. Ha a világ felhagyja a húsevéssel, nagymértékben nőne az előállított élelmiszerek mennyisége, így emberek milliói menekülnének meg az éhségtől, a koplástól és az éhhaláltól.

8. A vágóhidakon folyó tömeges állatmészárlás jelentősen károsítja a környezetet. Mindez a Föld ellen is erőszakot jelent, ami szintén karmikus következményeket von maga után.

Bármerre tekintünk, egy bajban lévő bolygót látunk, amely gyógyításra szorul. A világ ökológiai problémáit végignézve nem túl nehéz belátni, hogy a szennyezés fő oka a mohóság. A környezetvédelmi válság eredete a tudat váltsága. Megoldásképpen a mindenség spirituális látásmódját ajánljuk, mely bolygónk egészségesebbé tételének legfőbb kulcsa. A pozitív változások az önkéntes egyszerűséget és az erőszakmentességet is magukban foglalják. A végeredmény egy kevésbé iparosodott társadalom lehet, melyben minden emberi lény természetesebben és békésebben élhet. Mindazok, akik képesek értékelni a múlt civilizációit irányító bölcsességet, kíváncsiaknak találják ezt. A tehénvédelemre és vegetáriánus életmódra alapozott kisebb faluközösségek – amilyen a somogyvámosi Krisna-völgy is – valós alternatívát kínálnak a jövőképek között válogatóknak.



Pārtha dāsa





K U L T Ú R A

Kultúra

KIÉ A FELELŐSSÉG?



Kié a felelősség?

Vajon tudunk-e manapság úgy járni-kelni Budapest utcáin, hogy ne találkoznánk legalább egy hajléktalannal? Vajon kinek a kötelessége lenne gondoskodni a társadalom elesetteiről?

India ősi kultúrájának vallásos elvei kirajzolják az ideális társadalom képét, melyben a polgárok és birodalmak között valóban tökéletes béke és boldogság uralkodott. Az idő előrehaladtával azonban a bűnök egyre növekvő mennyisége miatt a jólét már nem terjedt ki a teljes lakosságra, s a társadalomban megjelentek a rétegek közötti különbségek. Felütötte fejét a szegénység és a betegség, s mindez maga után vonta a nélkülözőkről való gondoskodás igényét.

A mondás szerint szükség törvényt bont. Ha az embernek pénzre van szüksége ahhoz, hogy pusztán létszükségeit fedezni tudja, bármire képes: koldul, kölcsönöz, sőt akár lop is. A becsutott élet elkerülése végett a társadalom, vagy annak bizonyos rétegei, tagjai magukra vállalták a rászorulókat ellátását. A falvakban egy-egy vezető kereskedő kötelességévé vált megteremtteni a lehetőséget, hogy minden falubelinek legyen fedél a feje fölött, illetve minden napra jusson elegendő ennivaló. A városokban élő gyermekeket, betegeket, nőket, papokat, időseket, és teheneket a gazdagok, a királyi rend vagy az állam látta el az életfeltételek megteremtéséhez szükséges nagylelkű adományokkal. A koldusok csak a város szélén, egyhelyben ülve gyűjthettek alalmaznát.

Manapság a vallásos elvek háttérbe szorulásával egyre nagyobb szakadék képződik a gazdag és a szegény rétegek között, és mivel a kereskedők nem tartják feltétlen kötelességüknek a jótékonykodást, a vezetőség feladatává válik a szegénynép ellátása. Indiában a mai napig él a rászorulókról való gondoskodás hagyománya, ahol a falubeliek rendszeresen ellátják élelemmel – rizsszel, levessel és tejjel – a szent zárándokokat és a szegényeket. A hagyomány szerint egy ideális családfenntartó, mielőtt ő maga nekilátna az evésnek, a ház elé kiállva háromszor, hangos szóval ebédre hívja az utca minden éhes emberét. Ha elhanyagolja ezt a számára előírt kötelességet – különösen az idősekkel és a gyerekekkel szemben –, az megbocsáthatatlan bűnnek számít.

Az ősi kultúra eltűnésével a rászorulókról való gondoskodás terhet az állam volt kénytelen magára vállalni, főképp Indiában, ahol a nyugati országokhoz képest a magas népességszám eleve súlyos problémákat okoz. Az indiai temp-

lomok konyháinak kiépítése még ma is lehetővé teszi akár több tízezer adag étel elkészítését. Śrīla Prabhupāda, a Kṛṣṇa-tudat Nemzetközi Szervezetének alapítója ezért azt az utasítást adta követőinek, hogy ételosztások szervezésével járuljanak hozzá az általános béke és jólét megteremtéséhez, és gondoskodjanak arról, hogy a Kṛṣṇa-templomok 10 km-es körzetében ne legyen éhező ember. A templomokban 1966-tól kezdve rendszeresítette a vasárnapi lakomákat, melyeket kezdetben ő maga készített el, majd 1974-ben megalapította a *Food for Life* (Ételt az életért) nemzetközi szegényélelmezési programot. Az ételosztások kezdetben India területére korlátozódtak, ám azóta a hívők napi 30 ezer adag ételt készítenek a Föld 60 országában, mintegy 1000 önkéntes segítségével. 1974 óta a szétosztott ételek mennyisége meghaladja az évi 100 millió adagot, és a Hare Kṛṣṇa Ételt az életért a világ legnagyobb, legjelentősebb ingyenes vegetáriánus ételszolgálatává vált.

SEGÍTSÉN, HOGY SEGÍTHESSÜNK!

Ezúton is köszönjük, hogy támogatta ételosztásainkat.

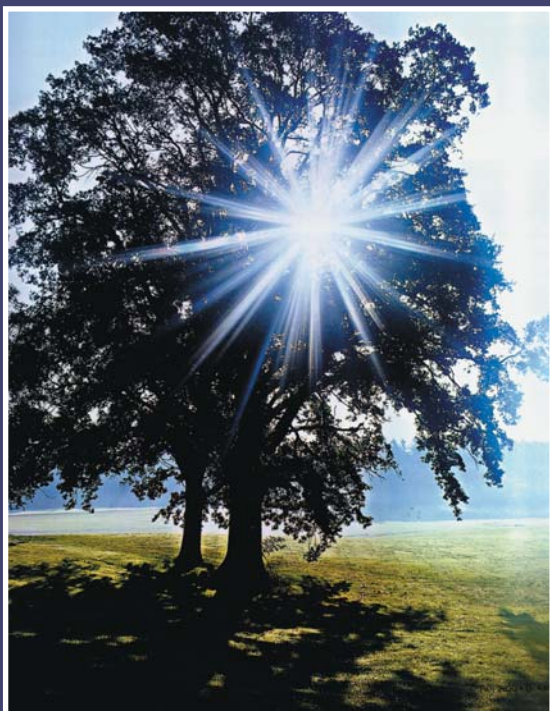
Segítségére a jövőben is számítnunk.

Bankszámlaszám: OTP 11702036-20664473-00000000; Adószám: 18095575-1-41;

Tel: (1) 274-6-247; E-mail: gandarvika@freemail.hu; Honlap: www.ffl.hu

„Egyszer látogass meg minket a vágóhídon!

– A torkodon akadunk...”



Mi az?

Mi az, mi tudattal tölti meg a testet, de fel nem fogható
Mi tükröződik a szemben, de meg nem látható
Mi életet ad, s mozdít, bár a testbe zárva ül
S csupán a vágyával irányít észrevétlenül.

Mi az, mi legősbibb, bár örök-fiatal
Mi boldogságra vágjuk, s szeretni akar
Mi kering időn s téren át mozdulatlanul
S csak űzi, hajtja vágyát halálon is túl.

Mi az, mi anyag-börtönében rabon most bánatba merül?

A lélek az: míg szeretett Urához vissza nem kerül.

Tarālākṣī devī dāṣī





Állattenyésztés vagy tehénvédelem?

Krisna-völgyben komoly biogazdaság bontakozott ki az utóbbi években. Százötven hektáron természetnek gabonát, zöldséget, gyümölcsöt a kíváncsú mennyiségben és változatosságban. A földművelés mellett teheneket és ökröket is tartanak. Rādhā-kānta prabhut, Krisna-völgy mezőgazdaságának vezetőjét arról kérdeztük, mi a tehénvédelem szerepe a védikus kultúrában.

– Egy vegetáriánus életmódú közösség miért tart teheneket?

– A tejükért. Szentírásaink elítélik az állatölést, de a tehenek tejét nagyra becsülik. A tej fontos táplálék minden ember számára. Tartalmaz minden létfontosságú vitamint és fehérjét, forrón fogyasztva pedig segíti a finom agyszövetek kialakulását. Konyhánkon számos édességet, illetve joghurtot készítenek belőle.

– A nyugati tudósítások alapján Indiáról mindenkinek a szent tehenek jutnak eszébe, de mi is valójában a szerepe a teheneknek a védikus kultúrában?

– A Védák hét személyt említene az ember anyjaként: a szülőanyát, a dajkát, a *brāhmaṇa* feleségét, a lelki tanítómester feleségét, a király feleségét, a földet és a tehenet. Az a közös bennük, hogy mindannyian gondoskodnak a rájuk bízott emberekről. A tehén úgy gondoskodik az emberekről, mint egy anya: tejet ad számunkra, amit sokféle célra fel lehet használni (étkezés, templomi imádat, áldozatok stb.). Teheneket tartani úgy, hogy valaki gondoskodik róluk és nem öli meg őket, nagyon jámbor

cselekedetnek számít. Ha a társadalomban növekszik a jámborság, akkor képes lesz elfogadni a brāhminikus (*varṇāśrama*) kultúrát, amely a valódi civilizációt jelenti.

„A tehenek védelme nélkül nem lehet fenntartani a brāhminikus kultúrát, a brāhminikus kultúra nélkül pedig lehetetlen elérni az élet célját. Az Urat ezért *go-brāhmaṇa-hitāyānak* nevezik, mert inkarnációja kizárólag a tehenek és a *brāhmaṇák* védelmét szolgálja. Sajnos, mivel a Kali-yugában nincsen tehénvédelem, s nem védelmezik a brāhminikus kultúrát, minden veszélyben forog. Ha az emberi társadalom fel akar emelkedni, vezetőinek követniük kell a Bhagavad-gītā tanításait, és védelmeznük kell a teheneket, a *brāhmaṇákat* és a brāhminikus kultúrát” (Śrīla Prabhupāda, *Bhāg.* 8.24.5, magyarázat).

– Mi a különbség az állattenyésztés és a tehénvédelem között?

– A különbség a két dolog céljában van. Az állattartás alapja az, hogy miként használjuk ki az állatokat úgy, hogy közben nem veszünk tudomást az élőlény voltukról. A cél a minél nagyobb haszon elérése. A tehénvédelem esetében már maga a kifejezés is azt sugallja, hogy itt másról van szó. Valójá-

ban a tehénvédelem az említett *varṇāśrama*-rendszer alapja, ami nélkül nem is létezhet. A tehenek Kṛṣṇa kedvenc állatai. Amikor Kṛṣṇa megjelent ebben az anyagi világban, azt is megmutatta, hogyan kell védelmezni a teheneket. Emiatt mi is nagyon személyesen kezeljük őket. Mindegyiknek külön neve van, hiszen mindannyian más-más személyiséggel, tulajdonságokkal rendelkeznek. Nem kihasználni szeretnénk őket, hanem megfelelő módon gondoskodni róluk, s amit adnak, elfogadjuk. E közvetlen egymásrautaltságból és kapcsolatból fakad, hogy életük végéig teljes felelősséget vállalunk értük. A legerkölcstelenebb dolognak tartanánk, ha öregkorukra vágóhídra küldenénk őket, csak mert tovább már





nem „hasznosak” a számunkra. Ugyan-
úgy nem tesszük ezt velük, ahogyan az
anyánkkal se tennénk. Ezt jelenti a hála
érzése, ami a mai kultúrából kiveszni
látszik, pedig nagyon fontos.

– **A tehenek tejet adnak, de mihez
kezdtek a bikákkal?**

– A mai társadalomban a bikák eleve
esélytelenül születnek. Csakis valame-
lyik húsboltban végezhetik. A védikus
kultúrában azonban olyan a kapcsolat
velük, mint az apával. Ők gondoskod-
nak rólunk – akár az apa a családról –,
s mi is gondoskodunk róluk. Segítenek
a gabonatermesztésben, a földművelés-
ben. Mi is dolgozunk ökrökkel, szán-
tunk, vetünk velük, vagy éppen a sze-
kér elé fogjuk őket, amivel árut szállít-
tunk.

– **Mennyi állat él Krisna-völgy-
ben?**

– Huszonhét, ebből tizennégy tehén és
tizenhárom ökör.

– **Hogyan tervezitek a jövőt? Fog-e
szaporodni a tehenek és az ökrök
száma?**

– Most építjük az új istállót, amely na-
gyon komoly kiszolgálást jelent az álla-
tok számára. A legkívánatosabb elosz-
tásban és felszereléssel készül az épület,
amelyben harminc tehén és harminc
ökör kaphat helyet. Nagyjából egy ek-
kora állományról tudunk majd a jövő-
ben gondoskodni Krisna-völgy terüle-
tén, ezért tudunk felelősséget vállalni.
Természetesen a legelőket is ennek
megfelelően alakítjuk. Ugyancsak fon-
tos cél, hogy az ökrök is hasznosan le-
gyenek foglalva. Épül járgány, ma-
lom, szecskázó, amelyet mind ökrös
hajításra tervezünk.

– **Mi lenne a világgal, ha mások is
követnék a példátokat?**

– Ahhoz, hogy mások is kövessék ezt a
példát, mentalitásbeli változásra van
szükség. Az állatokra és földművelésre
alapozott életmód nem új keletű. A két
háború között még Magyarországon is
így éltek az emberek, de az új technikai
vívmányok felcsillantották a kényelme-
sebb mindennapok lehetőségét, és ez
szétzilálta a mezőgazdaságot. Megjelen-
tek a traktorok, ehhez a nehézipar és a
szerszámgyárak. Az emberek a városok-
ba vándoroltak, és bár most is minden-
ki a földből él, a társadalom struktúrá-
ja átalakult. A korábbi 50–60%-ról 8–
10%-ra csökkent a mezőgazdaságban
dolgozók száma. Ha mindenki a védik-
us kultúra szerint élne, a tehenek tar-
tása nem okozna gondot. Az ökröket a
traktorok szorították ki, az ő munká-
jukhoz pedig házilag is el lehet készíte-
ni a szerszámokat, nem kell hozzá
nagyipar. Ez környezetvédelmi és mun-
kaerő-piaci szempontból is kedvező
volna.

– **Van-e szerepe a tehenek leölésé-
nek a mai kedvezőtlen világhelyzet
kialakulásában?**

– Amikor az emberek állatot ölnek,
vagy a húsfogyasztás révén hozzájárul-
nak azok leöléséhez, akkor kivész belő-
lük a kegyesség. Kegyetlenek lesznek, s
nemcsak az állatokkal, hanem minden
élőlénnel, az emberekkel szemben is,
ez pedig háborúhoz vezet. Új betegsé-
gek ütik fel a fejüket, mint például a
kergemarha-kór. Ezt az emberek ter-
jesztették el akkor, amikor leölt beteg
birkák hús- és vérlisztjét etették meg a
tehenekkel, utána pedig megették a hú-
sukat. E tett visszahatása, hogy új be-
tegséggel kell szembenézni.

– **Mire volna szükség, hogy a világ-
ban kedvezőbb helyzet alakuljon
ki?**

– Az első és legfontosabb intézkedés az
kellene hogy legyen, hogy zárják be a
vágóhidakat, és vessenek véget az állat-
mészárlásnak. Így jelentősen csökkenne
a húsfogyasztás, az emberek jámborab-
bak lennének, s kevesebb betegséggel,
szenvedéssel járna az élet.

„Azok az állatok, akik látták a vágó-
hidat, halottak.

*Azok az emberek, akik látták a
vágóhidat, vegetáriánusok.”*

Az egyének felelőssége a saját élet-
módjukban rejlik. Legyen mindenki ve-
getáriánus. A termelésben át kellene áll-
ni a főlőleg termeléséről a szükségletek
kielégítésére, s az ipari fejlesztés helyett
a kisközösségi vagy családi földműve-
lést kellene előtérbe helyezni. Ha fenn-
tartható civilizációt keresünk, akkor a
bráhmínikus, védikus kultúra egy való-
di alternatíva, amelynek megvalósítá-
sához az előbbi intézkedések elenged-
hetetlenek lennének. Ez elsősorban
nem a hétköznapi ember, hanem a ve-
zetők felelőssége.

Pārtha dāsa





É L E T - S T Í L U S

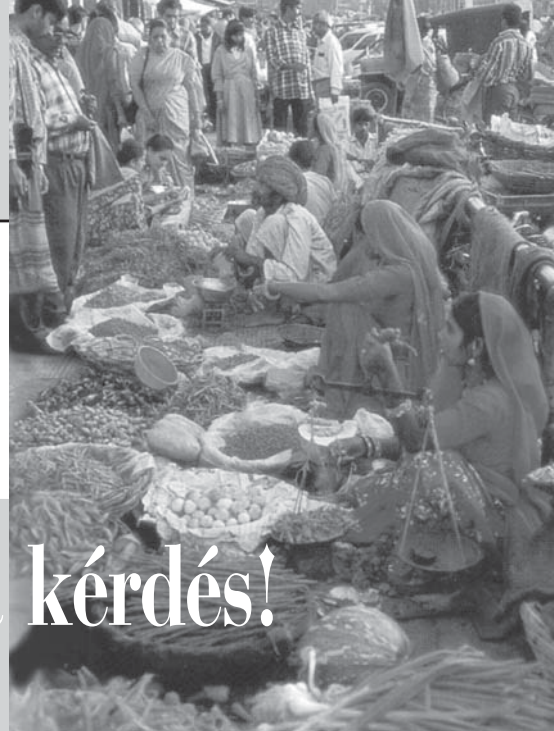
Élet-stílus

ENNI, VAGY NEM ENNI? EZ ITT A KÉRDÉS!

Enni, vagy nem enni?

„Vegetarianizmus? Ja, tudom: elveszed a húst a tányérról, és marad a köret. Unalmas saláták, sárgarépa, karalábé nyersen. Nem, köszönöm. Meghagyom az egészségmániás fanatikusoknak.”

Ez itt a kérdés!



Gyakori felfogás ez a húsmentes étkezésről. De azt kell mondanom, ezekből az állításokból egy sem igaz. Ebben a cikkben nem térek ki arra, hogy a vegetarianizmusnak más okai is vannak, mint az egészség megóvása – remélem, mire a kedves olvasó idáig eljut a magazinban, már sok ismeretet szerzett erről. Sokkal inkább szeretnék rámutatni arra, hogy a vegetáriánus főzésnek létezik egy olyan hagyománya is, amely harmonikus összeállításával, ízvilágával, csodálatos színeivel, fűszerezésének sokféleségével könnyen elkápráztatja a kételkedőket.

Indiában a hús nélküli táplálkozásnak több ezer éves gyökerei vannak, melynek alapja az *ahimsā*, vagyis az erőszakmentesség elve. A védikus tudomány szerint az étel a testet, az elmét és a lelket egyaránt táplálja. Ennek ismeretében természetes, hogy a főzésnek és az étkezésnek ebben a kultúrkörben nagyon komoly hagyományai vannak.

Az ottani háziasszonyok generációról generációra adják tovább a recepteket és a különböző konyhai fortélyokat. Megkönnyíti a helyzetüket, hogy a zöldségek óriási választékát találják meg a piacon. Minden étkezésre friss ételt készítenek, ügyelve arra, hogy az összeállítás színei és ízei harmonizáljanak egymással, s ezáltal elégedettséget nyújtsanak a szemnek, a nyelvnek és az orrnak. Az étkezés nagyon változatos, az összetétele tájegységenként változik.

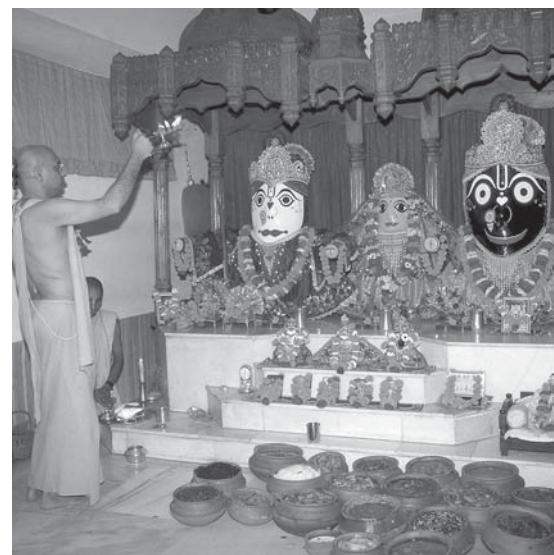
A magyar konyhához képest az ételek fűszerezesebbek, ez azonban nem feltétlenül jelenti azt, hogy csípősek is. Számtalanféle fűszert használnak, melyek közül a leggyakoribbak a gyömbér, a római kömény, a koriander, a kurkuma, a hing (aszatgyanta), a chili-paprika, a babérlevél, a bors, a mustármag, a lepkeszegmag, a curry-levél, a fekete só, az ánizsmag, a sáfrány, a fahéj, a kámför, a kardamommag és a szegfűszeg.

A menüt úgy kell összeállítani, hogy mindig szerepeljen benne savanyú, keserű, csípős, édes, lédús és száraz fogás. Ez azért fontos, mert az ízek és állagok e kombinációja étvágygerjesztő, ugyanakkor az emésztést is elősegíti. Természetesen nem mindegy, hogy milyen sorrendben történik a tálalás. Ez is egy művészet, amelyre a gondos háziasszonynak ügyelnie kell. Egy Indiában élő ismerősöm – aki kitűnő szakács hírében áll – mesélte, hogy náluk az asszonyok hagyományosan a háztartás vezetésével foglalkoztak, s a háztartási teendők közül különösen az töltötte el őket nagy örömmel, ha a családnak főztek. Természetes volt, hogy az anyák főzni tanítják a lányukat.

A vaišņava kultúrában, mielőtt a család hozzálátna az evéshez, a hagyományok szerint az elkészült fogásokat felajánlják Istennek. Ezt az ételt azután *prasādának*, azaz „Isten kegyének” nevezik. Az Indiába látogató nyugatiak mindig meglepődnek azon, hogy a

templomokban egy-egy ünnep alkalmával legalább 108-féle ételt ajánlanak fel Istennek, illetve a templomban látható formájának. Ezt azután szétszétadják a jelenlévők között, akik tudják, hogy az Istennek felajánlott étel olyan, mint a nektár: a legnagyobb elégedettséggel tölt el, megszabadít a bűnös cselekedetek visszahatásaitól, fogyasztása pedig könnyű folyamat azok számára, akik az önmegvalósítás útját járják. Ha Ön mindezt a gyakorlatban is ki szeretné próbálni, kérem olvassa el a következő cikket, amelyből megtudhatja, hogyan kell az ételt elkészíteni és felajánlani a Legfelsőbb Úrnak.

Hemāngī devī dāśī



Vissza Istenhez



Az étel felajánlása

Tudatosságunk a vegetarianizmus célját illetően ott kezdődik, amikor vásárolni indulunk, hogy kiválasszuk azokat az élelmiszereket, amelyeket fel

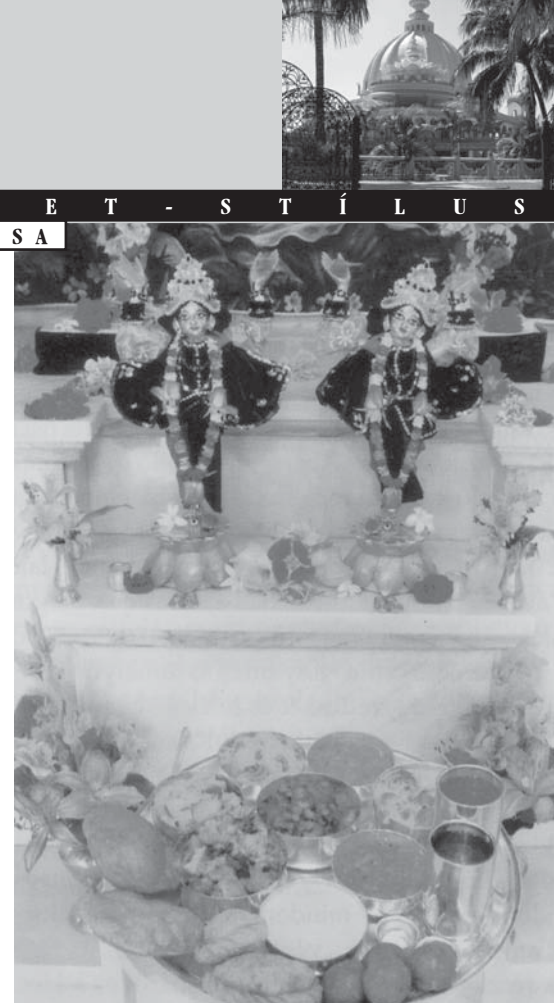
lanok. Könnyű belátni, hogy a hús, a hal és a tojás az anyagi természet legalacsonyabb rendű minőségébe tartozik. A fokhagyma, a hagyma és a gomba szintén ehhez az alsórendű minőséghez sorolható. Ezeket az ételeket nem szabad Kṛṣṇának felajánlanunk. A koffein tartamú kávé és tea mámorító anyagokat tartalmaz, ezért ezeket szintén nem lehet felajánlani. Az anyagi természet finomabb szinten működő törvényei alapján a szakács tudata szintén hatással van az ételre, s az étel közvetíti ezt a finomfizikai hatást a tudatunkra. Fontos tehát, hogy a szakács mindig emlékezzen arra, hogy kinek és miért főz.

Amennyire lehetséges, csak friss, természetes élelmiszereket használjunk. Főzés közben a tisztaság a legfontosabb alapelv, hiszen a „tisztaság fél lelki élet”. Semmi tisztátalan dolog nem ajánlható fel Kṛṣṇának, ezért a konyhát mindig tisztán kell tartanunk. Miközben főzünk, semmit sem szabad megkóstolnunk. Ez része a meditációnak: nem egyszerűen magunknak főzünk, hanem Kṛṣṇa örömeire, s Neki kell először megkóstolnia és élveznie az ételt. Ha kipróbált, biztos recepteket alkalmazunk, biztos, hogy nem követünk el hibát. Amikor az étel kész, felajánljuk Kṛṣṇának.

Jó, ha van egy tálcánk és néhány kis tányérunk, amelyeket csak arra használunk, hogy ételt ajánljunk fel benne Kṛṣṇának. A legjobb az, ha a tányérok újak, és még senki nem evett belőlük. Amikor az étel kész, tegyük Kṛṣṇa tányérjára egy szokásos adagot. A felajánlás legegyszerűbb módja az, ha így imádkozunk: „Kedves Kṛṣṇa, kérlek, fogadd el ezt az ételt!” Emlékezzünk

fogunk ajánlani Kṛṣṇának. Minden étel osztályozható aszerint, hogy az anyagi természet három kötőereje (a jóság, a szenvedély és a tudatlanság) közül melyikhez tartozik – mondja Kṛṣṇa a Bhagavad-gītában. A tejtermékeket, a gabonaféléket, a cukrot, a zöldségféléket, a gyümölcsöket és az olajos magvakat mind a jóság minősége jellemzi, ezért alkalmasak arra, hogy felajánljuk őket. Általános szabály, hogy a szenvedély és a tudatlanság minőségébe tartozó ételeket nem lehet felajánlani Kṛṣṇának, aki a Bhagavad-gītában (17.9) kifejti, hogy az ilyen ételek fájdalmat, aggodalmat és betegséget okoznak, bűzősek, rothadók és tisztáta-

arra, hogy az igazi cél az, hogy kimutassuk a szeretetünket az Úr iránt, maga az étel csak másodlagos. E nélkül az odaadó érzés nélkül a felajánlásunkat Kṛṣṇa nem fogadja el. Isten önmagában teljes, nincs semmire szüksége. A felajánlás számunkra egyszerűen azt jelenti, hogy kimutatjuk az Iránta érzett szeretetünket és hálánkat. A felajánlást követően énekeljük néhány percig a Hare Kṛṣṇa, Hare Kṛṣṇa, Kṛṣṇa Kṛṣṇa, Hare Hare, Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare *mantrát*. Ezután felszolgálhatjuk a *prasādat*, ami azt jelenti: Isten kegye. Minden étel, amit készítettünk, most már *prasāda*, de az, amelyik Kṛṣṇa tányérján volt, a legkülönlegesebb, ezért ezt *mahā-prasādának* nevezzük. Ebből mindenkinek adnunk kell egy keveset a saját adagja mellé, hogy megízlelhessen a *mahā-prasādát* is. Próbáljuk meg értékelni a *prasāda* lelki tulajdonságait, s emlékezzünk arra, hogy az Istennek felajánlott étel megszabadít bennünket a *karma* hatásaitól. Mindenekfölött azonban, élvezzük a *prasāda* fenséges ízeit!





Nārada Muni és a vadász története

Most annak a történetét mondom el, hogyan lett egy vadászból Isten szolgálója egy olyan kiváló személyiség hatására, mint Nārada Muni, a nagy bölcs.

Egyszer, amikor Nārada, a nagy szent, elment Prayāgába, hogy megfürödjön a három folyó – a Gangesz, a Yamunā és a Sarasvatī – találkozásánál, egy erdei ösvényen fekvő őzet pillantott meg, melynek testéből nyíl meredt ki. Az állat lába el volt törve, s vonaglott kínjában. Kissé távolabb egy nyíllal átlőtt vadkan feküdt az úton.

Nārada Muni szívét nagy bánat töltötte el az élőlények szenvedése láttán. Ahogy folytatta útját, egy vadászra lett figyelmes, aki nyílveszőket tartott a kezében, készen arra, hogy még több állatot megöljön. A bőre feketés volt, a szeme vörösen izzott, s egész megjelenése félelmet keltett. Olyan volt, mint ha maga a halál ura, Yamarāja állna ott, kezében íjjal és nyilakkal. Amikor a vadász meglátta Nārada Munit, így szólt hozzá:

– Ó, nagy szent! Mi vitt rá, hogy letérj a kitaposott erdei ösvényről, s idejöss hozzám? Az állatok, melyekre vadászom, lépteid zajára most mind elmenekültek!

– Azon tűnődtem, miért nem ölöd meg teljesen az állatokat? Miért csak félig pusztítod el őket, amikor nyíllal átlövöd a testüket?

– Kedves szent! – válaszolta a vadász. – A nevem Mrgāri, az állatok ellensége. Az apám tanított arra, hogy így öljem meg őket.

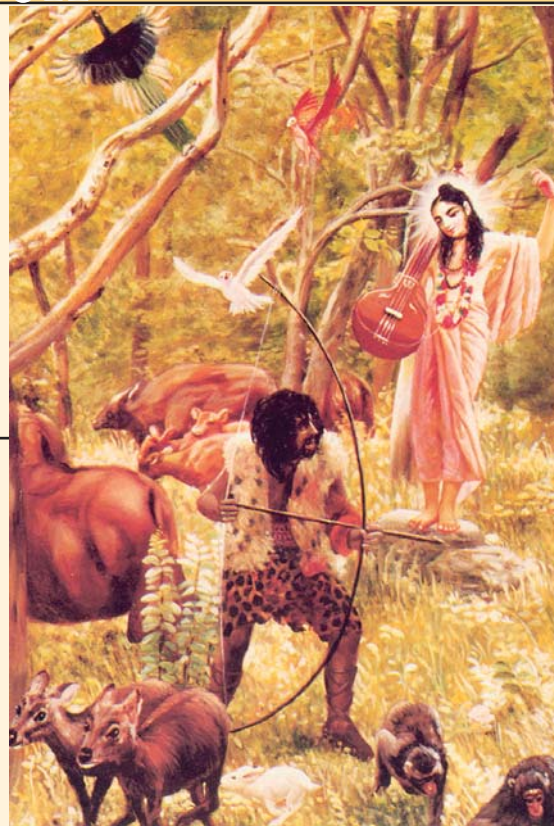
– Arra kérlek, mától fogva ne hagyd az állatokat élet-halál között vergődni, hanem öld meg őket teljesen! Ha félholtan sorsukra hagyod őket, és szándékosan fájdalmat okozol nekik, cserébe neked is szenvedned kell majd. Az állatok, melyeket megöltél és amelyeknek fölösleges fájdalmat okoztál, következő életében egymás után fognak megölni.

Nārada Muni szavai hatására a vadász kezdte belátni, hogy az állatok megölésével bűnt cselekszik, és egy kicsit megijedt.

– Kérlek, áruld el, hogyan szabadulhatnék meg szörnyű, bűnös életem visszahatásaitól! Meghódolok előtted, a lótszlabad elé vetem magam. Kérlek, szabadíts meg a bűnös visszahatásoktól!

– Ha hallgatsz a tanításomra, megtalálom a módját, hogy felszabadulhass – nyugtatta meg Nārada a vadászt. – Először is, törd el az íjadat! Térj haza, s mindenedet oszd szét a szentéletű brāhmaṇák között, akik ismerik az Abszolút Igazságról szóló tudományt! Ezek után menj a folyóhoz, építs a partján egy kis kunyhót, és énekeld szüntelenül Isten szent neveit!

A történetek után Nārada Muni folytatta útját, a vadász pedig, miután hazatért, követte lelki tanítómestere utasításait. Az egész faluban híre ment, hogy a vadászból Isten szolgálója lett. A falusi-



ak alamizsnát hoztak neki, így mindig volt mit ennie.

Egy napon Nārada Muni arra kérte barátját, Pārvata Munit, hogy látogassák meg együtt tanítványát, a vadászt.

Amikor odaértek Mrgāri kunyhójához, látták, hogy az egykori vadász még a hangyákat is kikerüli, nehogy véletlenül eltapossa őket. Nārada elégedetten így szólt hozzá:

– Kedves vadászom! Viselkedésed a legkevésbé sem lep meg. Aki a Legfelsőbb Úr odaadó szolgálatához lát, az minden külön igyekezet nélkül megszabadul erőszakos tulajdonságaitól.

A szentté lett vadász ezután házának udvarán megvendégelte a két kiváló bölcsöt, akik távozásuk előtt megáldották.

Így szól hát a vadász története. Aki meghallgatja ezt az elbeszélést, az megértheti, milyen áldásos hatása van a szentek társaságának.

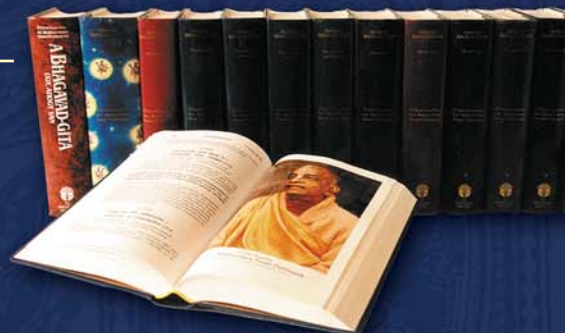
(A Śrīmad-Bhāgavatam alapján)



Śrīla Prabhupāda könyvei

A Bhagavad-gītā úgy, ahogy van

A Bhagavad-gītā, amit India lelki bölcsességének tartanak, a rendkívül mély védikus tudomány 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 tízenyolcezer 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

A Vissza Istenhez magazint és Śrīla Prabhupāda könyveit megrendelheti a következő címen: 8699 Somogyvámos, Fő u. 38.
Előfizetőknek a magazint 10%-os kedvezménnyel küldjük ki.

A Lál Kiadó ajánlata



Krishna Dharma: Rámájana

Lenyűgözően izgalmas történet a jó és a gonosz harcáról, India időtlen eposzainak egyike. 524 oldal, 2500 Ft

Michael A. Cremo: Az emberi faj rejtélyes eredete

Egy megdöbbentő könyv, amely megváltoztathatja az ember eredetéről alkotott képünket. 350 oldal, 1340 Ft

Krishna Dharma: Mahábhārata

A világirodalom leghosszabb eposza, amelyről ezt tartják: „Ami nem található meg ebben a könyvben, azt hiába keresnénk bárhol a világon”. 380 oldal, 2300 Ft

Gauranga Das: Vasztu

A Vasztu a védikus építészet és térrendezés tudománya, amelyet bárki alkalmazhat saját otthona kialakításában. 176 oldal, 1450 Ft

Gauranga Das: A védikus asztrológia kézikönyve

Az asztrológia rég elveszett titkai az ősi indiai mesterek tanításai alapján. 285 oldal, 1980 Ft



MEGJELENT!

Áldozatra születtem

Egy indiai királynő naplója
„Már születésem előtt arra szántak, hogy megbosszuljam az apám ellen elkövetett sértést. Erre születtem. De szabad-e erőnek erejével arra kényszeríteni a nőket, hogy korszakról korszakra ők legyenek az erkölcs megőrzésének és a gonoszok elpusztításának eszközei?” 450 oldal, 1980 Ft

Kiadványaink megrendelhetőek az alábbi címen:
8699 Somogyvámos, Fő u. 38. Tel.: (85) 340-130, (30) 228-4400, e-mail: lal@pamho.net
A könyveket postai utánvétellel küldjük ki. Az árak a postaköltséget nem tartalmazzák!

www.lal.hu



Krisna-völgy

Indiai Kulturális Központ és Biofarm



Az ősi indiai kultúra életre kel

építészet • szobrászat • festészet
konyhaművészet • zene • filozófia • színművészet

Idegenvezetéssel megtekinthető
indiai szentély • művészeti stúdió • fazekasműhely

Egyéb programjaink
indiai ebéd • pantomim • színdarab • tánc
tradicionális zenei bemutató • indiai ajándékbolt

Filozófiai előadás
karma • lélekvándorlás • jóga



www.krisna-volgy.hu



Krisna-völgy, Indiai Kulturális Központ és Biofarm
8699 Somogyvámos, Fő u. 38. Telefon: (30) 377-1530
Fax: (85) 340-422, e-mail: krisna-volgy@pamho.net

VENDÉGHÁZ
(85) 340-170, (30) 855-6318 (nyitva egész évben)

NYITVATARTÁS: minden nap 10.00 – 18.00 óráig



A Vissza Istenhez magazin a lélekhez szól
mindig aktuális • tudással teli • öröm olvasni
és ha Ön is úgy akarja • házhoz jön

Fogy ár: 550 Ft



...mert megrendelhető a következő címen: VIM Szerkesztőség,
8699 Somogyvámos, Fő u. 38. Tel.: (85) 340-130, (30) 228-4400, e-mail: vim@pamho.net

Keresse az újságárusoknál!

Öt szám előfizetési díja 10%
kedvezményel: 2500 Ft