

**KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK
A KRISNA-TUDATRÓL**

KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK A KRISNA-TUDATRÓL

Készítették:

Gaura Kṛṣṇa dāsa (Tóth-Soma László)
Gaurāṅga dāsa (Szűcs Gábor)
Īśvara Kṛṣṇa dāsa (Tasi István)
Kṛṣṇa-lilā devī dāsi (Danka Krisztina)
Mahārāṇī devī dāsi (Banyár Magdolna)
Mañjārī devī dāsi (Magyar Márta)
Pārtha dāsa (Pöcze Vilmos)
Prema-vinodīnī devī dāsi (Németh Orsolya)
Rādhānātha dāsa (Sankoly Gábor)
Śacīsuta dāsa (Tóth Zoltán)
Śyāmasundara dāsa (Bakaja Zoltán)
Sundara-rūpa dāsa (Jakab Sándor)

Borító- és könyvterv: Magyar Zsuzsa

Nyomdai előkészítés: Pozitív Logika Grafikai Stúdió

A könyv témája iránt érdeklődők az alábbi címre írhatnak:
Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közössége
Központi Információs Iroda
1301 Budapest, Pf. 46.
iroda@krsna.hu

Honlapjaink:

www.krisna.hu

www.krisnavolgy.hu

További címek, telefonszámok, honlap-címek a könyv utolsó oldalpárján találhatóak.

Második kiadás.

Copyright © 2008 The Bhaktivedanta Book Trust International

Minden jog fenntartva.

ISBN 91-7149-476-6

A szanszkrit szavak kiejtése:

A szanszkrit szavakat a diakritikus jelekkel bővített írásmód szerint írjuk át latin betűs formába, ami lehetővé teszi az olvasó számára a szavak helyes kiejtését.

ā – mint az **á** az akác szóban;

e – mint az **é** az élet szóban;

ī – mint az **í** az így szóban;

o – mint az **ó** az óra szóban;

ṛ – mint a **ri** a karika szóban;

c – mint a **cs** a cserép szóban;

j – mint a **dzs** a lándzsa szóban;

ch, jh, dh – mint a **cs** és a **h**, a **dzs** és a **h**, valamint a **d** és a **h** együtt;

s – mint az **sz** a szép szóban;

y – mint a **j** a jég szóban.

KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK A KRISNA-TUDATRÓL





TARTALOM

ELŐSZÓ	6
I. TÖRTÉNELEM, SZENT IRATOK ÉS TANÍTÓK	9
II. A VAIŠŇAVA TANÍTÁSOK	25
1. Az anyagi világ és Isten birodalma	25
2. A lélekről szóló tudomány	37
3. Lélekvándorlás és karma	43
4. Kérdések Istenről	53
5. Az anyagi világ, az élőlények és Krisna kapcsolata	61
6. Megkötöttség és felemelkedés	69
III. A KRISNA-TUDAT GYAKORLATA	79
1. Külső megjelenés	79
2. Életmód	83
3. Vallásgyakorlat	89
IV. A KRISNA-HÍVŐK VÉLEMÉNYE EGYES TÁRSADALMI KÉRDÉSEKRŐL, A TUDOMÁNYRÓL ÉS MÁS VALLÁSOKRÓL	99
V. GYAKORI KÉRDÉSEK	111
VI. A KRISNA-HIT MEGJELENÉSI FORMÁI A MAGYAR TÁRSADALOMBAN	129
1. Könyvterjesztés	129
2. Nyilvános éneklés	129
3. Nyilvános programok	130
4. Fesztiválok, ünnepek	131
5. Ételosztás	132
6. Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola	133
7. Krisna-völgy	136
VII. KRISNA-TUDAT OTTHON	143
VIII. SZANSZKRIT SZÓJEGYZÉK	163



ELŐSZÓ

Krisna imádata a modern történetírás szerint is több ezer éves múltra tekint vissza, az indiai védikus írások szerint pedig az univerzummal egyidős. Egy olyan ősi kultúráról van tehát szó, amely időtlen idők óta kínál választ az élet végső kérdései iránt érdeklődő emberek számára.

Sajnos napjaink kultúrájában a kérdések zöme nem a lét végső értelmére kérdez rá. Az emberi kíváncsiság mostanában szinte kizárólag az anyag törvényszerűségeire, a politikára, a gazdaságra, a hírességekről szóló pletykákra és parányi Földünk problémáira irányul. Mindarra, ami biztosan átmeneti. Az öröklét kérdései jóformán feledésbe merültek ebben a magát illúzióba ringató világban. A reklámok és a hírek bővületében többnyire nem akarunk tudomást venni testi létünk végességéről, a halál utáni lét dilemmáiról, valamint egy természetfölötti, végtelenül intelligens lény, Isten létezéséről és ennek következményeiről.

Az ebben a könyvben foglalt mintegy százötven kérdés és válasz a hatalmas terjedelmű védikus tanítások esszenciáját mutatja be. Ugyanakkor röviden leírja az ezen a transzcendentális tudáson alapuló védikus kultúra történetét, egészen a Krisna-tudat Nemzetközi Szervezetének mindennapjaiig, amelyet Ő Isteni Kegyelme A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda azért hozott létre, hogy ennek a már-már feledésbe merült, örök tudásnak az áldásaiból a világ minden részén élők részesülhessenek.

Úgy tűnhet, hogy mindez csupán „egy Európában még szokatlan világvallás” bemutatkozása. A védikus szentírások válaszai azonban nem időhöz és helyhez kötöttek. Az univerzum minden, emberi testben élő lelkéhez, „legénebb énjéhez” szólnak – fedje őket bármilyen színű test, beszéljenek bármilyen nyelvet és éljenek bármely kontinensen. India szentírásai az örökkel foglalkoznak, a változatlanul, amely a mélyebben gondolkodók számára minden korban nagyobb jelentőséggel bír, mint a világi élet felszíni kavargásai. Az örök válaszok meglepő módon mégis rámutatnak változó világunk problémáinak gyökereire, és megadják a megoldás kulcsát is – ezért kötetünkben a Krisna-hívők néhány mai társadalmi problémához való viszonyára is rákérdezzünk.

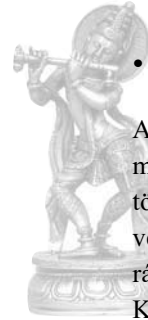
E kötet csupán egy rövid bepillantást nyújthat a vaišnava vallás bölcsességébe, és az ezt hazánkban – immár huszonöt éve – képviselő magyarországi Krisna-tudatú hívők életébe. A kérdések és válaszok tetszés szerint akár egymás után, akár a tisztelt Olvasó érdeklődésének megfelelő sorrendben is olvashatók. Ha a védikus tudás valóban kimeríthetetlen, és valóban mindannyiunkhoz szól, ennek a válaszok elolvasása után felmerülő újabb kérdések lesznek a csalhatatlan jelei. Mindezekre a kérdésekre részletes válaszokat adnak Śrīla Prabhupāda magyar nyelven is megjelent könyvei, melyeket őszinte szeretettel ajánlunk minden kedves Olvasó figyelmébe.

A könyv közreműködői nevében,

Īśvara Kṛṣṇa dāsa
szerkesztő



I. TÖRTÉNELEM, SZENT IRATOK ÉS TANÍTÓK



- *Melyik világvallás része a Krisna-tudat?*

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

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

- *Milyen régi ez a vallás?*

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





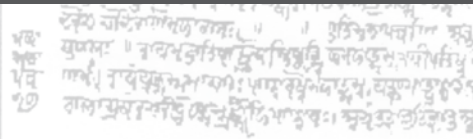
Śrīla Vyāsadeva

- *Melyek a Krisna-tudat szent könyvei?*

A Krisna-tudat szentírásainak a védikus szentírásokat tekintjük. A *veda* szanszkrit szó, jelentése: tudás, tudomány. A hagyomány szerint a védikus tudás, örök igazság lévén, az univerzum keletkezésével egy időben jött létre. A védikus írások *mantráit*, verseit Brahmā, az első teremtett félisten mondta ki először hangosan. Ezután a tudás mesterről tanítványra szállt alá, hallás útján. Később (mintegy ötezer évvel ezelőtt) Śrīla Vyāsadeva a könnyebb érthetőség érdekében részekre osztotta, lejegyezte és magyarázatokkal látta el ezt a tudásgyűjteményt.

- *Melyek a védikus írások?*

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



eposz, a *Mahābhārata* és a *Rāmāyaṇa* is. Eze-

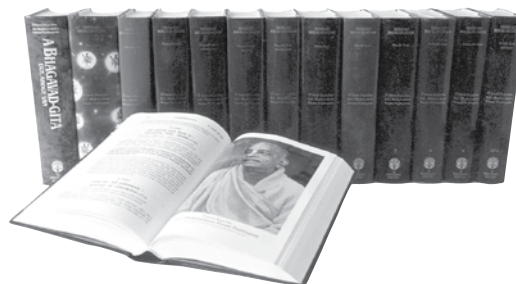
ken kívül számos kiegészítő védikus írás létezik, amelyek többek között a társadalom törvényeivel, az ember kötelességével, a szanszkrit nyelvvel, a logikával, a szertartástannal, az asztronómiával kapcsolatos tudnivalókat foglalják össze. Szent iratoknak számítanak a *vaiṣṇava ācāryák*, a tanítványi láncolat lelki tanítómesterei által a védikus írásokhoz írt magyarázatok és kiegészítések is.

- *Miről szól a védikus irodalom?*

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

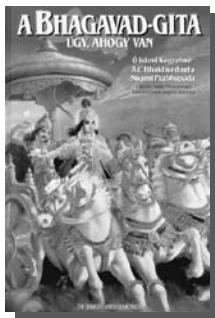
A transzcendentális tudás mellett a védikus írások természetesen anyagi témákat is tárgyalnak, így pl. az orvostudományt (*Āyur-veda*), a hadtudományt és a politikát (*Dhanur-veda*), a zene tudományát (*Gāndharva-veda*), az építészet tudományát (*Sthāpana-veda*), az asztrológia és a csillagászat tudományát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

Istentől származó gyűjteményei.



- *Melyek a legfontosabb szentírások?*

A Krisna-tudatú hívők legfőbb szentírása a *Bhagavad-gītā*, amely a filozófia alaptanításait tartalmazza. Nagyon fontos még a jóval terjedelmesebb *Śrīmad Bhāgavatam* (más néven *Bhāgavata-purāṇa*), amely a *Vedānta-sūtra* magyarázatoként mutatja be a védikus filozófia lényegét.



- *Mit kell tudni a Bhagavad-gītāról?*

A *Bhagavad-gītā* – Isten éneke – hétszáz szanszkrit versből áll. Krisna, valamint barátja és híve, Arjuna párbeszédét tartalmazza, amely a kurukṣetrai csata előtt hangzott el, időszámításunk előtt több mint háromezer évvel. Arjuna fontos kérdéseket tesz fel az élet céljával, a helyes cselekvéssel és sok minden mással kapcsolatban, amelyekre Krisna válaszol. A mű a világirodalom legnagyobb terjedelmű alkotásának, a *Mahābhārata* című eposznak az egyik fejezete. A *Bhagavad-gītā* napjainkban már nemcsak Indiában, hanem az egész világon közismert.

- *Hogyan lehet Istent megérteni egy könyvön keresztül?*

A Krisna-hit tanításai szerint a védikus irodalom köetei nem közönséges emberek által írt, tökéletlen művek,

Krisna Arjunát tanítja

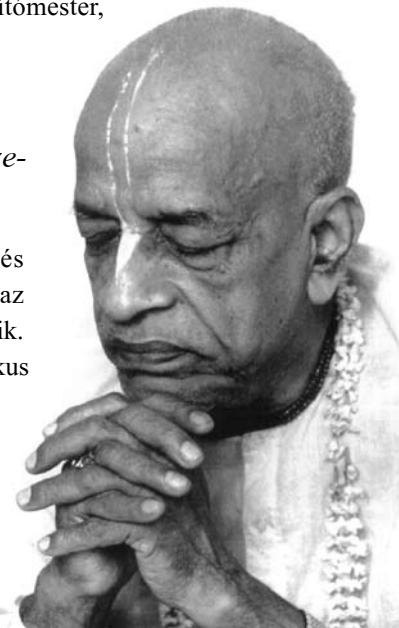


hanem abszolút szintről származó, kinyilatkoztatott igazságok. A védikus *mantrákat* transzcendentális hangvibrációnak (*śabda-brahmānak*) is szokták nevezni. Ezen a lelki hangon keresztül az Abszolút Igazság, az Istenség Leg-

felsőbb Személyisége megnyilvánul a befogadó személy szívében és értelmében. Istent nem lehet tökéletlen szavakkal leírni vagy anyagi értelemmel felfogni, de a védikus hang képes megtisztítani a tudatunkat. Krisna – aki a Védák forrása – így tesz bennünket alkalmassá arra, hogy megértsük Őt. A védikus irodalom tökéletes megértéséhez és a benne foglaltak gyakorlásához elengedhetetlen egy hiteles lelki tanítómester, *guru* segítségével.

- *Hogyan érthető meg tökéletesen a Védák üzenete?*

A *vaiṣṇavák* a tudásszerzés egyetlen hiteles forrásának az isteni kinyilatkoztatást tekintik. A más módszerekkel, empirikus úton vagy következtetéssel szerzett információk általában tökéletlenek, mivel



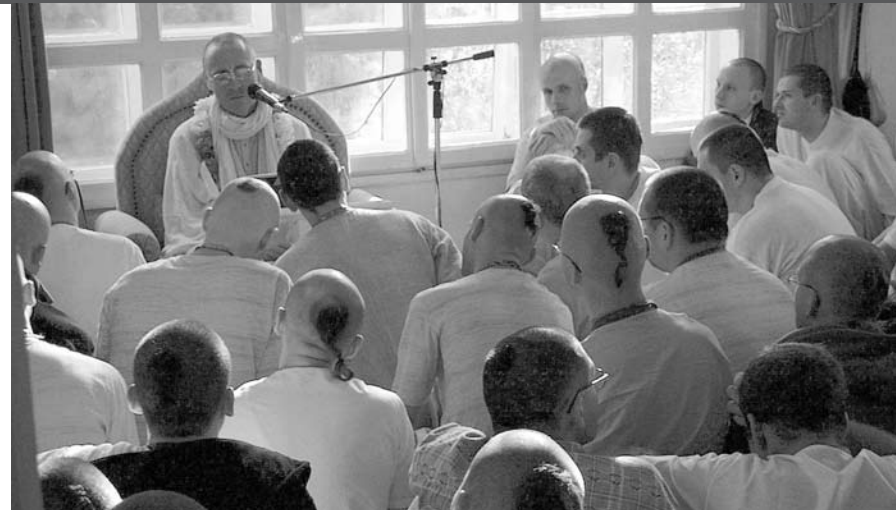
az ember négyféle hiányossággal rendelkezik: (1) az érzékei tökéletlenek; (2) illúzióban van; (3) gyakran téved; (4) hajlamos arra, hogy becsapjon másokat. A Védák transzcendentálisak, ezért mentesek ettől a négyféle hibától. Ha a védikus tudást a hiteles tanítványi láncolat egyik tagjától kapja meg valaki, és nem változtat rajta, akkor az ő tudása is tökéletes lesz.

- *Ellenőrizhető-e a szentírások állításai?*

Igen. A védikus írások kijelentéseit először a hit alapján fogadjuk el, a lelki élet gyakorlása folyamán azonban a hívő számára fokozatosan igazolást nyernek a védikus igazságok. Tehát a kinyilatkoztatás helytállóságáról a védikus utasítások követésével, a hit gyakorlásával győződhet meg az ember.

- *Lehet-e többféleképpen értelmezni a szentírásokat?*

Maga a védikus tudás tökéletes, de mivel nem minden befogadója az, előfordul, hogy egyesek elferdítve, a saját elméjükben lévő szennyeződéseknek megfelelően értelmezik. Ha valaki nem a



megfelelő forrásból és folyamat által kapja meg a védikus tudást, akkor nem fogja helyesen megérteni, és egyéni, tökéletlen értelmezését fogja előtérbe helyezni. A védikus írások filozófiája egységes, így csupán egyféle helyes magyarázata létezik. Ám ez csak akkor válik nyilvánvalóvá és egyértelművé, ha ezt a tudást megfelelő módon – egy hiteles tanítványi láncolaton keresztül – sajátítja el valaki.

- *Miért kell egy gurutól megkapni a lelki tudást?*

A *guru* egy olyan személy, aki szintén egy lelki tanító-mestertől kapta a védikus tanításokat, és őt követve gyakorolja azokat. A védikus írások alapján és tapasztalatai birtokában képes olyan módon oktatni és irányítani a tanítványt a lelki fejlődés útján, hogy az végül visszatérhessen Istenhez.



Śiva

A négy Kumāra



Lakṣmī

• Mit jelent a „tanítványi láncolat”?

A tanítványi láncolat (*guru-paramparā*) egy olyan láncolatot jelent, amely *gurukból* és tanítványokból áll. Ez utóbbiak idővel szintén *guruvá* válnak, és továbbadják a tanítást. Minden hiteles tanítványi láncolat Krisnától ered, és minden szintjén több ágra osztható, hiszen egy *gurunak* általában több tanítványa is van.

A Védák négy hiteles vaiṣṇava *sampradāyáról* – tanítványi láncolatról – tesznek említést.

Ezek alapítói:

1. **Brahmā**, az univerzum első teremtett félistene.
2. **Lakṣmī**, az Úr Viṣṇu hitvese.
3. **Rudra**, vagyis az Úr Śiva.
4. **a négy Kumāra**, Brahmā négy tudós fia.

E négy *sampradāyát* a középkorban a következő *ācāryák* újították meg:

1. **Madhva** (1238–1317)
a Brahmā-sampradāyát;
2. **Rāmānuja** (1017–1137)
a Śrī-sampradāyát
(amely Lakṣmītól ered);
3. **Viṣṇusvāmī** (i.sz. 13. sz.)
a Rudra-sampradāyát;
4. **Nimbārka** (i.sz. 12. sz.)
pedig a Kumāra-sampradāyát.



Madhvācārya



Brahmā

- *Melyik tanítványi láncolat része a Krisna-tudat Nemzetközi Szervezete?*

A Krisna-tudat a Brahmā-Madhva féle láncolathoz tartozik. E láncolat tagja volt Īśvara Purī, akit Śrī Caitanya Mahāprabhu (1486–1534) a lelki tanítómesterének fogadott el. Caitanya Mahāprabhu tanítását *gauḍīya*, azaz bengáli *vaiṣṇavizmusnak* is hívják, így a Tőle eredő tanítványi láncolatot – melyhez a Krisna-tudat Nemzetközi Szervezete is tartozik – hivatalosan Brahmā-Madhva-gauḍīya-vaiṣṇava *sampradāyának* nevezik.

• Kik az ācāryák?

Az *ācāryák* egy tanítványi láncolat azon fő lelki tanítómesterei, akik fontos és meghatározó szerepet játszanak az adott tanítás fennmaradásában, újraélesztésében, időszerű alkalmazásában. A Brahmā-sampradāya minden egyes tagját nehéz lenne felsorolni, ezért közülük csak a legfontosabbakat ismertetjük.



Śrī Caitanya és legfontosabb társai



- | | |
|----------------------|-------------------------------|
| 1. Krisna | 18. Vyāsa Tīrtha |
| 2. Brahmā | 19. Lakṣmīpati |
| 3. Nārada | 20. Mādhavendra Purī |
| 4. Vyāsa | 21. Īśvara Purī, |
| 5. Madhva | (Nityānanda, Advaita) |
| 6. Padmanābha | 22. Śrī Caitanya |
| 7. Nṛhari | 23. Rūpa, |
| 8. Mādhava | (Svarūpa, Sanātana) |
| 9. Akṣobhya | 24. Raghunātha, Jīva |
| 10. Jayatīrtha | 25. Krisnadāsa |
| 11. Jīānasindhu | 26. Narottama |
| 12. Dayānidhi | 27. Viśvanātha |
| 13. Vidyānidhi | 28. (Baladeva), Jagannātha |
| 14. Rājendra | 29. Bhaktivinoda |
| 15. Jayadharmā | 30. Gaurakīśora |
| 16. Puruṣottama | 31. Bhaktisiddhānta Sarasvatī |
| 17. Brahmānya Tīrtha | 32. A. C. Bhaktivedānta |
| | Swami Prabhupāda |

Śrī Caitanya Mahāprabhu

• *Ki volt Śrī Caitanya Mahāprabhu?*

Śrī Caitanya Mahāprabhu Krisna (Isten) legutóbbi földi alászállása a jelenlegi világekorszakban, a *Kali-yugában*. Śrī Caitanya 1486-ban jelent meg Navadvīpában, Nyugat-

A tanítómesterek láncolata

Bengálban. Ő terjesztette el széles körben Indiában a Krisna-tudat filozófiáját és gyakorlatát. Ő kezdte el a Hare Krisna-*mantra* – Hare Krisna, Hare Krisna, Krisna Krisna, Hare Hare, Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare – nyilvános éneklését. A védikus irodalom tökéletes értelmezését tanította, és megjövendölte, hogy Krisna szent neveinek éneklése az egész világon el fog terjedni.



• *Mi az Úr Caitanya tanításainak lényege?*

Minden élőlény Krisna örök szolgája, és a tökéletes boldogságot akkor tapasztalhatja meg, ha helyreállítja a Vele való elfelejtett kapcsolatát. Ezt a *bhakti-yoga* – a szeretetteljes, odaadó szolgálat – végzésével lehet elérni, melynek legfontosabb gyakorlatai: a Hare Krisna *mantra* éneklése, a *Śrīmad Bhāgavatam* tanulmányozása és Krisna *mūrti*-formájának az imádása. Legjobb mindezt egy szent helyen, más hívők társaságában végezni.

• *Kik voltak az Úr Caitanya legfontosabb követői?*

Az Úr Caitanya legfontosabb követői: a hat Gosvāmī, név szerint:



A hat Gosvāmī



Śrīla Bhaktivinoda Ṭhākura

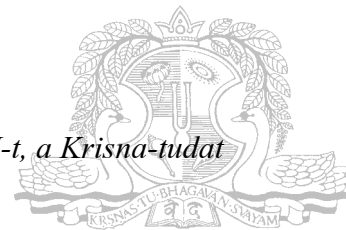
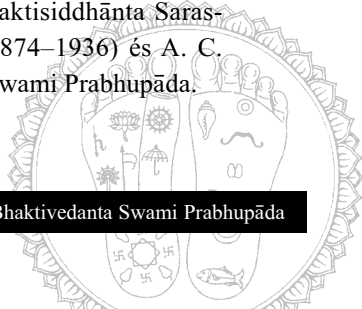


Śrīla Bhaktisiddhānta
Sarasvatī Ṭhākura



Ő Isteni Kegyelme A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda

Rūpa (1489–1564),
 Sanātana (1488–1558),
 Raghunātha Bhaṭṭa (1505–1579),
 Jīva (1513–1598)
 Gopāla Bhaṭṭa (1503–1578) és
 Raghunātha Dāsa (1495–1571).
 Ők foglalták írásba és részletezték az
 utókor számára az Úr Caitanya tanítá-
 sait. Folytatták a Krisna-tudat val-
 lásának terjesztését Indiában, és rái-
 rányították a figyelmet a szent helyek
 (Vṛndāvana, Navadvīpa, Jagannātha
 Puri) jelentőségére.
 Az őket követő legfontosabb *ācāryák*:
 Krisnadāsa Kavirāja Gosvāmī (Caita-
 nya Mahāprabhu legfontosabb élet-
 rajzának, a *Caitanya-caritāmṛt*ának
 a szerzője), Narottama dāsa Ṭhākura
 (1534–?), Viśvanātha Cakravartī
 Ṭhākura (1638–1708), Baladeva
 Vidyābhūṣana (1600–?), Jagannātha
 dāsa Bābāji Mahārāja (18–19. sz.),
 Bhaktivinoda Ṭhākura (1838–1914),
 Gaurakiśora dāsa Bābāji Mahārā-
 ja (1830–?), Bhaktisiddhānta Saras-
 vatī Ṭhākura (1874–1936) és A. C.
 Bhaktivedanta Swami Prabhupāda.



- *Ki alapította az ISKCON-t, a Krisna-tudat Nemzetközi Szervezetét?*

Az ISKCON-t (International Society for Krisna Conscio-
 usness), vagyis a Krisna-tudat Nemzetközi Szervezetét Ő
 Isteni Kegyelme A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupā-
 da (1896–1977) alapította meg 1966 júliusában. E világ-
 egyház célja az, hogy Śrī Caitanya Mahāprabhu tanítá-
 sai az egész világon elterjedhessenek. Śrīla Prabhupāda
 tehát nem egy új vallást alapított, hanem egy olyan világ-
 méretű szervezetet hozott létre, amely a világ minden
 részén lehetőséget nyújt az embereknek a *vaiṣṇava* filo-
 zófia megismerésére és az ezen alapuló vallásos életmód
 gyakorlására.

- *Miért fontos Śrīla Prabhupāda a világ számára?*

Śrīla Prabhupāda volt az, aki elhozta
 a nyugati világba az Úr Caitanya tanítá-
 sait. Lefordította angol nyelvre a
 Krisna-tudat legfontosabb szentírásait,
 a *Bhagavad-gītā*t, a *Śrīmad Bhāgava-
 tamot*, a *Caitanya-caritāmṛt*t és *Az
 odaadás nektárját*, így az egész világ
 számára hozzáférhetővé tette a védikus
 tudást, amely az emberi élet végső célját



hordozza. Létrehozta az ISKCON-t, amely az öt világrészen már az ő életében több mint száz központtal, éttermekkel és farmokkal rendelkezett. Ezzel mindenki számára lehetőséget adott az odaadó szolgálat megismerésére és gyakorlására, illetve arra, hogy ennek követésével élete végén bárki visszatérhessen Istenhez.

- *Ki következik Śrīla Prabhupāda után a tanítványi láncolatban?*



Az ISKCON-t Śrīla Prabhupāda alapította, ám még életében létrehozta a GBC-t (Governing Body Commission, Vezető Testület), amely a mozgalom legfelsőbb adminisztratív, majd Śrīla Prabhupāda halála után filozófiai és lelki

autoritása is lett. A Krisna-tudat mozgalmának minden tagja elfogadja e testület irányítását.

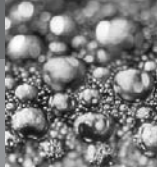
Śrīla Prabhupāda halála után több tanítványa is avató lelki tanítómesterré vált, így most ők a tanítványi láncolat következő képviselői, ám mindezt az ISKCON szervezeti rendszerén belül teszik. Jelenleg tehát nem egy személy, egy *ācārya* irányítja az ISKCON-t, hanem a GBC testülete, a lelki tanítómestereket pedig szintén ez az intézmény jelöli ki, illetve fogadja el.





II. A VAIŠNAVA TANÍTÁSOK

II. 1. AZ ANYAGI VILÁG ÉS ISTEN BIRODALMA



- *Hogyan mutatja be a védikus irodalom a világmindenséget?*

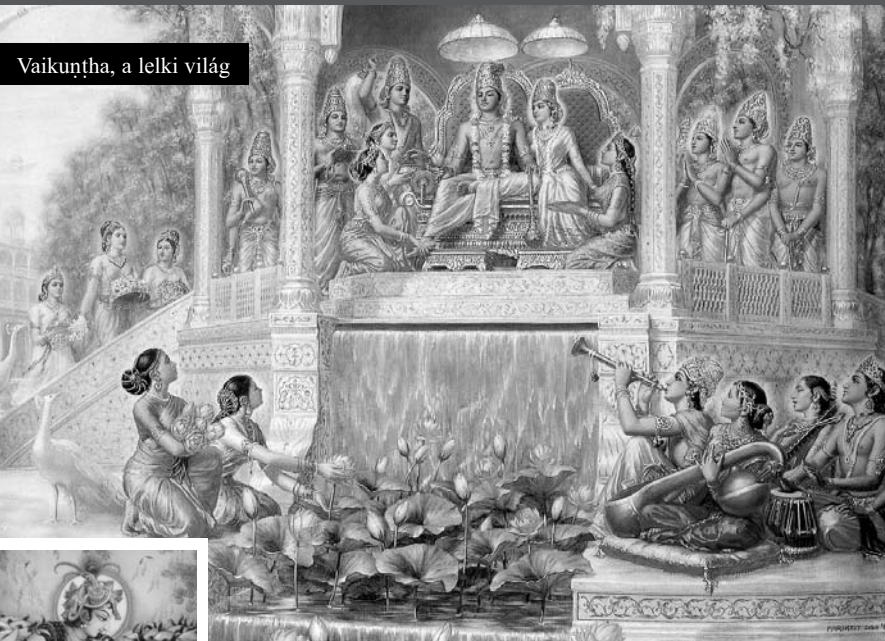
A Krisna-tudat alapvetően két részre osztja a világmindenséget: a lelki és az anyagi világra. A lelki birodalomban számtalan, önnön fényében ragyogó lelki bolygó található. A lelki világ jellemzője, hogy minden alkotóeleme *sat* (örökkévaló), *cit* (tudatos) és *ānanda* (boldogsággal teli).

Az anyagi világ a lelki égbolton lévő felhőhöz hasonlítható. Ezt a világot megszámlálhatatlanul sok univerzum alkotja. A miénk csak egy ezek közül a gömb alakú, vastag burokkal körülvett univerzumok közül, de mérete a mi lép-teink szerint így is óriási. E világ jellemzői: *asat* (átmenetiség), *acit* (tudatlanság) és *nirānanda* (boldogtalanság).



- *Kik laknak a lelki világban, és mi történik ott?*

A lelki világban örök, lelki testtel rendelkező élőlények élnek, akik mindannyian önzetlenül szeretik Istent. Számukra nem létezik születés, betegség, öregség és halál. A lelki világban lelki bolygók találhatók, melyeken



Krisna (Isten) személyes kiterjedései uralkodnak. A Vaikuṅṭha bolygókon Krisna négykarú formáját imádják, tiszteletteljes hangulatban.

A lelki világ legfelsőbb bolygóján, Goloka Vṛndāvanában lakik Krisna örök társaival együtt, s mindannyian állandóan örömteli, játékos eseményekben vesznek részt. Az Úr Krisna isteni lakhelyén transzcendentális

fuvolásán játszik, és örökké úgy él, mint egy tehénpásztorfiú. Abban a világban minden lépés tánc, minden szó egy ének, a tehenek korlátlan mennyiségű tejet adnak, az erdőket pedig kívánságteljesítő fák alkotják. Krisna szolgálói, szülei, barátai és szeretői társaságában véget nem érő, örökké megújuló kedvteléseinek hódol.

- *Kik élnek az anyagi világban?*

Az anyagi világban az Istentől elfordult lelkek laknak. Az itt élő lények egymás után öltik magukra az anyagi testeket, mindaddig, amíg úgy nem döntenek, hogy újra Isten felé fordulnak, és visszatérnek Hozzá. Az anyagi testek átmenetiek: megszületnek, megbetegszenek, megöregszenek, majd elpusztulnak.

- *Milyen kapcsolat áll fenn az anyagi és a lelki világ között?*

A szentírások szerint az anyagi világ a lelki világ torz tükörképe. Ahogyan az anyagi világban vannak formák és élőlények, úgy a lelki világban is vannak. Ott azonban minden transzcendentális, vagyis nem anyagi, hanem ideális, örök lelki természetű. (Az anyagi világban megnyilvánuló kéjvágy például az élőlények Isten iránti szeretetének eltorzult formája, amelyben az önérdék és az élvezetre való önző vágy dominál.) A lelki világ „nem anyagi” jellege



Rādhā és Kṛṣṇa örök társaik körében

Brahmā, az univerzum alkotója

azonban nem azt jelenti, hogy ott ne lennének változatos formák, színek, és önálló személyiséggel rendelkező élőlények. Sőt, ez a legváltozatosabb és legcsodálatosabb birodalom, amelyben minden lehetséges, amit Krisna szolgálata motivál vagy szükségessé tesz.

• Miként jötték létre ezek a világok?

A lelki világ kezdet nélkül, öröktől fogva létezik. Az anyagi világ megteremtésére pedig azok miatt a parányi élőlények miatt van szükség, akik Isten nélküli életre vágnak. Az anyagi világot Isten úgy alakította ki, mint egy börtönt, amely megbünteti az eltévelyedett élőlényeket, ugyanakkor azonban lehetőséget teremt nekik arra is, hogy megjavuljanak. Megértve a világ átmeneti és szenvedésekkel teli természetét, a felvilágosult lelkek a lelki élet gyakorlásába fognak, és visszatérnek eredeti helyzetükbe.

Az anyagi világ tehát teremtés útján jön létre. Vişnu (Krisna egyik személyes kiterjedése) hozza létre az univerzumok anyagi elemeit, és alkotja meg az univerzumokat. Az univerzumok belsejében Brahmā, az első teremtett lény folytatja a teremtést. Létrehozza a bolygókat,



a különféle élőlények testét, és első teremtményei segítségével fokozatosan benépesül a világegyetem. Az anyagi univerzum teremtése és pusztulása ciklikus, örökké ismétlődő folyamat.

• Illúzió az anyagi világ, vagy valóban létezik?

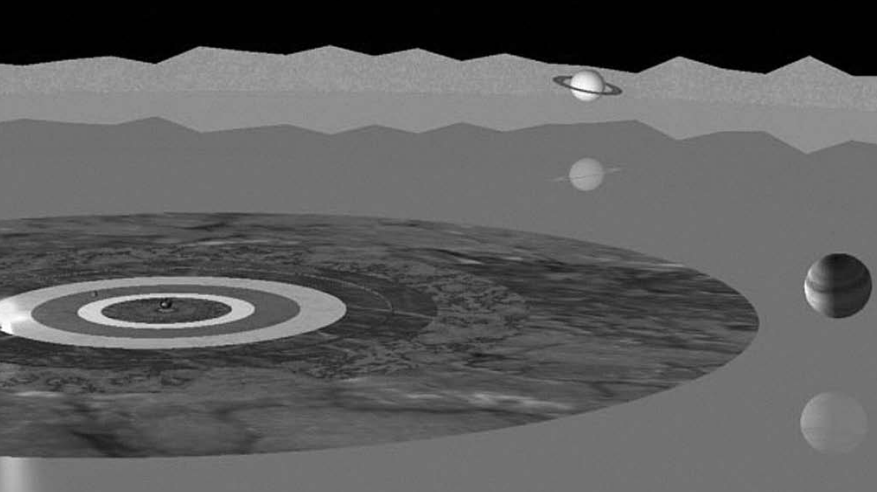
Az anyagi világ valóságos, hiszen Krisna egyik energiája. A teremtés és a pusztulás ciklikus folyamatában azonban időnként megnyilvánul, időnként pedig megnyilvánulatlaná válik. A világ tehát létező, de átmeneti. Illúzióknak azt a téves elképzelést nevezzük, amikor egy esendő, testbe zárt lélek azt gondolja, hogy ez az állandóan változó és átmeneti világ az eredeti otthona, s ő csupán ennek a világnak a része.



Vişnu, a teremtés forrása

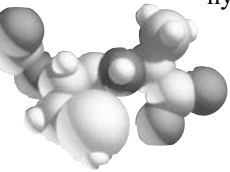
• Miért létezik az anyagi világ?

Az anyagi világot azért teremti Isten, hogy teret adjon az Istentől elfordult lelkeknek a látszólag független életre. Ugyanakkor ez a világ eszközként szolgálhat e lelkek felszabadulásához is, mert az anyagi világban élve megtanulhatják, hogy Istentől függetlenül sohasem lehetnek boldogok. Ha megfelelő módon élnek ebben a világban, akkor anyagi környezetük helyes használatával kiszabadulhatnak korlátokhoz kötött helyzetükből.



• *Mit jelent az, hogy az anyagi világ ideiglenes?*

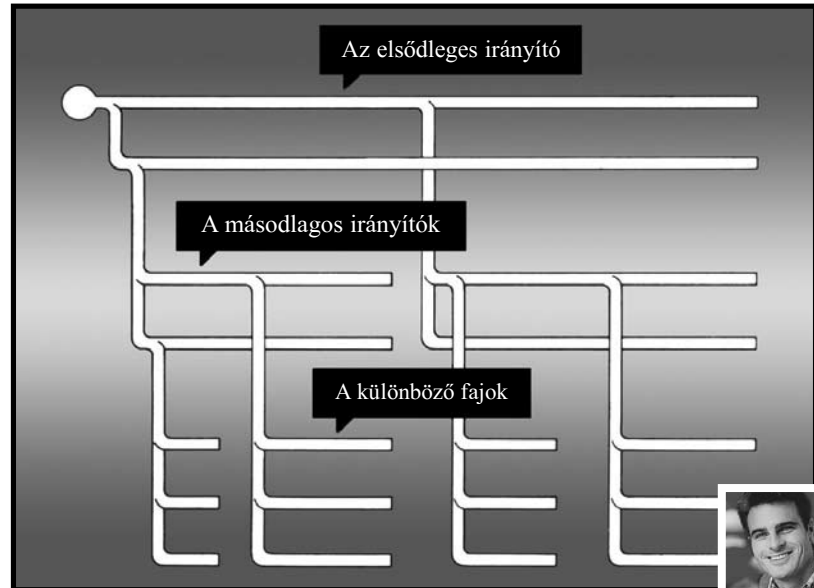
A teremtéskor megnyilvánulnak az univerzumok, a bolygórendszerek, az élőlények, az élőlények tettei és ezek eredményei. A szentírások szerint az anyagi világban semmi sem örök: idővel minden anyagi dolog tönkremegy, végül pedig (legkésőbb az univerzum megsemmisülésekor) elpusztul. Ilyenkor az anyagi világ megnyilvánulatlaná válik: a dolgok lebomlanak az



őket alkotó legkisebb elemekre, ezek pedig beleolvadnak az anyagi energia differenciálatlan ősállományába. Az újabb teremtéskor a folyamat előlről kezdődik.

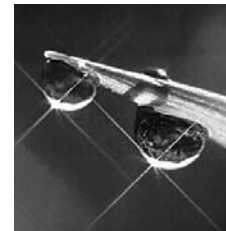
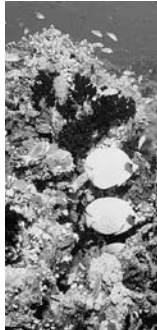
• *Hogyan jöttek létre a fajok?*

A Védák leírása szerint nyolcmillió négyszázezer létforma létezik az univerzumban, amelyek közül négyszázezer az emberi létforma. Brahmā, az első teremtett élőlény létrehoz néhány különleges lényt, akik azzal a



A különböző fajok magasabbrendű forrásból származnak

képességgel rendelkeznek, hogy el tudnak jutni más helyekre az univerzumban, és bármilyen – állati, növényi, stb. – utódot képesek nemzeni. Átjuk népesült be az egész univerzum. A lelki élőlények a lélekvándorlás törvényei szerint öltönek magukra különböző testeket.



Afajok alapvető jellegzetességei soha nem változnak meg



- *Laknak-e élőlények az univerzum más bolygóin?*

A védikus írások kijelentik, hogy gyakorlatilag minden bolygó lakott. A más égitesteken élők olyan testtel rendelkeznek, amely megfelel az adott bolygó környezeti viszonyainak. Azok a testek azonban eltérő anyagi összetételük miatt többnyire nem érzékelhetőek a más helyeken élők számára, így számunkra sem.

- *Milyen történeti korok léteznek a Krisna-tudat szerint?*

Alapvetően négy nagy világekorszak váltja egymást körforgásszerűen – a *Satya-yuga* (aranykor), a *Tretā-yuga* (ezüstkor), a *Dvāpara-yuga* (rézkor) és a *Kali-yuga* (vaskor) –, ezek azonban nem egyenlő hosszúak. A jelenlegi korszak a *Kali-yuga*, amely négyszázharminckétezer évig tart, és amelyből eddig mindössze mintegy ötezer év telt el. A négy korszak együttesen négymillió-háromszázhuszezer évig tart.



A védikus megközelítés szerint az univerzum különböző régióiban másféleképpen telik az idő. Például a négy földi korszak együttes hosszának ezerszerese mindössze tizenkét órát tesz ki Brahmának, az univerzum „mérnökének” életéből. Brahmā (a saját időszámítása szerint) száz évig él. Élete végén az univerzum megsemmisül. Ebből kiszámítható, hogy a földi időszámítás szerint az egész univerzum háromszáztizenegybillió-negyvenmilliárd évig áll fenn.

- *Mik a jelenlegi kor jellemzői?*

A jelenlegi vaskor – a *Kali-yuga* – legfőbb jellemzője az, hogy az emberek emlékezete, élethossza, vitalitása és fizikai ereje generációról generációra csökken. Egyre jobban elfordulnak a vallásos élettől, elfelejtik a szentírásokat, és ezeket figyelmen kívül hagyva, önfejlően cselekszenek. A kor előrehaladtával az emberek között egyre inkább erősödik a veszedék és a képmutatás.





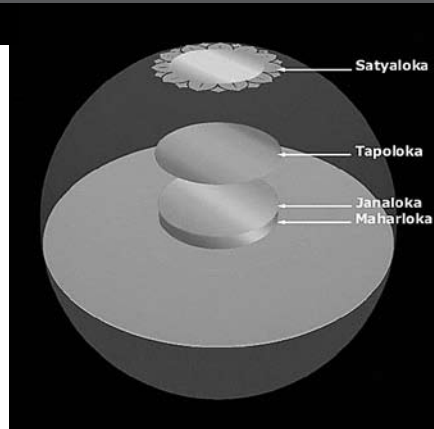
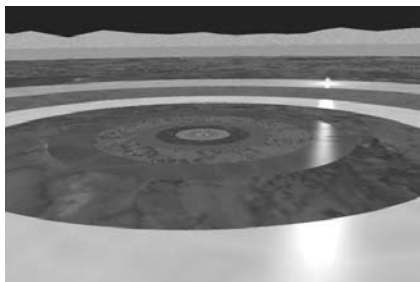
- *Létezik-e olyan özönvíz, amely az egész Földet elárasztja?*

Az indiai szentírásokban is szó esik kozmikus özönvizekről, de ezek a mi léptékeink szerint hatalmas időközönként következnek be. A legutóbbi ilyen vízözön körülbelül százhúszmillió ötszázezer évvel ezelőtt történt. Ilyenkor az univerzum teljes alsó részét elárasztja a víz, egészen a Föld szintjéig. Az univerzum Föld feletti régiójában található bolygókat viszont mindez nem érinti. Brahmá napjának végén (négybillió-háromszáz-húszmillió évenként...) a kozmikus özönvíz a legfelső bolygórendszerek kivételével a teljes univerzumot elárasztja, az élőlények kihalnak. Brahmá újabb napjának hajnalán az univerzum újra benépesül.

- *Hogy néz ki az univerzum?*

Az univerzumunk majdnem teljesen gömb alakú, és az anyagi elemekből álló, vastag burkok veszik körül. Végtelenül sok ehhez hasonló univerzum létezik, és nem lehet átlátni vagy átjutni az egyikből a másikba.

A gömbszerű univerzum alsó felét kozmikus víz tölti ki, a bolygók a felső felében lebegnek. Az égitestek bolygórendszereket alkotnak, amelyek egymás felett helyezkednek el. Földünk egy középső szintű bolygórendszerhez tartozik.



- *Mikor ér véget világunk létezése?*

Az univerzum élettartamának több mint a felén van túl. A védikus leírások szerint a „világvége”, az univerzum teljes pusztulása (a részletes számításokat

mellőzve) mostantól számítva százötvenötbillió-ötszáz-tizennyolcmilliárd év múlva fog bekövetkezni. Ekkor az összes univerzum, minden bolygójával együtt megsemmisül. Harminchatezer éven keresztül tartó, pusztító erejű kozmikus forróság, tűz, majd szakadatlan esőzés következik be, melynek során az anyagi univerzumon belül minden elpusztul. Végül az univerzumok alkotórészei visszakerülnek Vişnu testébe.

Amikor azonban elérkezik a megfelelő időpont, az anyagi világ ismét formát ölt. A teremtés és a pusztulás örökké, ciklikusan követi egymást.





II. 2. A lélekről szóló tudomány

- *Mi az élőlények valódi azonossága?*

Az élőlény – az egyéni lélek – eredeti énje egyáltalán nem azonos a látható anyagi testével. Valódi önazonosságát tekintve minden élőlény transzcendentális tulajdonságokkal rendelkező lélek, aki örök, sohasem született és nem is hal meg. A lelki világban élő lelkek eredeti, lelki testükben vannak ott jelen, az anyagi világban viszont fizikai testet öltenek magukra. A lélek azonban nem hal meg a test halálával, hanem mindig folytatja létezését.



- *Mit jelent az, hogy a lélek örök?*

A lélek sohasem született, keletkezésének nincs „dátuma”. Mindig létezett és létezik, s ennek nem vethet véget semmi és senki. Amikor ideiglenes növényi, állati, emberi testeket ölt fel és vet le, akkor úgy tűnhet, hogy megszületik és elpusztul, mindez azonban csak az anyagi testek váltakozása. Az anyag módosulásai ellenére ő mindvégig változatlan és egyéni tudattal rendelkező személy marad.





A lelkek eredeti helyzetükben, lelki testükben mindannyian Krisna kedvteléseinek részesei

- *A lelkek csak az anyagi testek különbözősége miatt tűnnek eltérő személyiségeknek, vagy egyéni tulajdonságaik is vannak?*

Eredeti helyzetében minden lélek tudással és boldogsággal teli örök lelki testtel és lelki érzékekkel rendelkezik. Az a közös bennük, hogy mindannyian Krisnát szolgálják. Mindezek mellett a különböző lelkek egyedi lelki testtel, különleges személyes tulajdonságokkal és érzékekkel rendelkeznek, s ennek megfelelően Krisnát is eltérő módon szolgálják. Bár a számuk végtelen, nincs két teljesen egyforma lélek.

- *Mi jellemzi a lelket eredeti helyzetében?*

A lélekre eredendően nincs hatással az anyagi energia. Tiszta lelki tudattal rendelkezik, így tisztában van vele, hogy ő Krisna, Isten örök szolgája. Ebben a helyzetében társaival, a többi lélekkel együtt szeretetteljes, személyes kapcsolatban szolgálja Őt, s ebből a kapcsolatból örökké fokozódó boldogságot merít.



- *Hogyan épül fel az élőlények anyagi teste?*

A testet öltött lélek anyagi teste két fő részből áll: a durvafizikai (látható) testből és a finomfizikai (érzékszerveinkkel nem tapasztalható) testből.

A durvafizikai testet a védikus írások szerint öt durvafizikai elem építi fel: a föld, a víz, a tűz, a levegő és az éter (az elemek nevei nem felelnek meg egy az egyben e kifejezések köznapi jelentésének). Ezekből az elemekből épül fel az élőlények látható teste.

A finomfizikai test az elméből, az értelemről és a hamis egóból áll. A finomfizikai test az alapja az élőlények pszichikai megnyilvánulásainak.

Az anyagi test mindkét része eszközként szolgál arra, hogy az egyéni lélek – vágyainak megfelelően – boldogságot próbáljon meríteni e világból.



- *Milyen jellemzői vannak a durvafizikai testnek?*

A lélekkel ellentétben a durvafizikai test változó és mulandó. A születés pillanatától kezdve egészen a halál beálltáig egyfolytában átalakulásokon megy keresztül. A születés, a növekedés, az élet „derekán”

A halál után a lélek újabb testet ölt magára



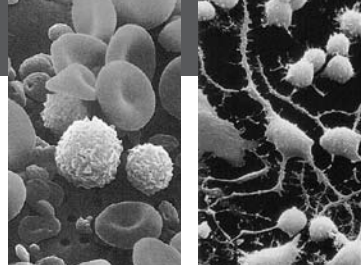
tapasztalható stagnálás, majd a reprodukció, az utódok létrehozása, aztán az öregedéssel járó leépülés, és végül a halál bekövetkezése is folyamatos változást jelent az állapotában. A halálkor a lélek elhagyja a durvafizikai testet, amely azonnal bomlásnak indul, anyagi összetevőire esik szét. A test csak a lélek jelenlétében mutat életjelenségeket.

• *Milyen tulajdonságok jellemzik a finomfizikai testet?*

A finomfizikai test, amelyet az elme, az intelligencia és a hamis ego épít fel, természeténél fogva túléli a durvafizikai test pusztulását. Mindaddig a lélekkel marad – pszichikai burokként véve körül azt –, amíg a lélek az anyagi világban tartózkodik. Így az egyik durvafizikai test elhagyása után a finomfizikai test szállítja a lelket a következő durvafizikai testbe.

Az elme funkciói a különböző pszichikai működések, a gondolkodás, az érzések és az akarat megnyilvánulásai. Az intelligencia szerepe az, hogy segít a tárgyak természetét felfedezni, megérteni és feldolgozni, vagyis megkülönböztető képességgel rendelkezik. Az intelligencia segít az érzékeknek és az elmének a választásban.

A hamis ego az a helytelen „én”-felfogás, amely miatt az élőlény az anyagi testével azonosítja magát. E hamis önazonosítás hatására az egyéni lélek az anyagi világ



Még a parányi sejtek is a lélek jelenléte miatt mutatnak életjelenségeket

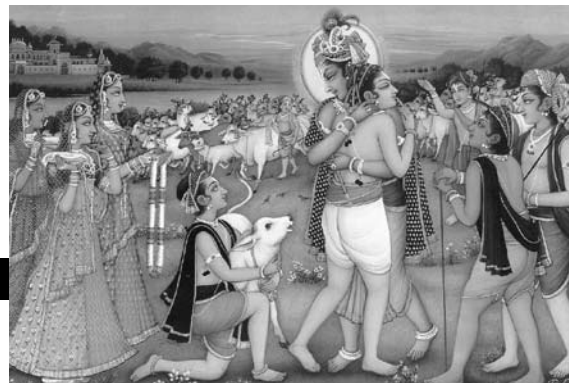
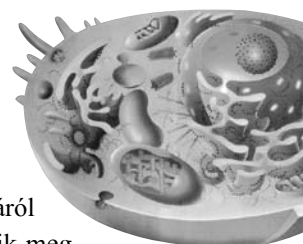
részének képviseli magát, így

elfeledkezik saját lelki természetéről és Istenhez fűződő kapcsolatáról. Magáról alkotott, helytelen énképe miatt jelenik meg az életében a félelem.

- *Ha nem a testünk vagyunk, akkor miért kell szenvednünk az anyagi testünk által elkövetett hibákért?*

A testet öltött egyéni lélek saját akaratából elfordult Krisnától, hogy kipróbálja, milyen Tőle függetlenül élni. Krisna az ilyen lelkek számára az anyagi világot biztosítja e „kísérlet” színhelyéül. A lélek hasonló boldogságra szeretne itt szert tenni, mint amit eredeti helyzetében, a lelki világban tapasztalt. Bár a tettek végrehajtásakor az anyagi test cselekszik, e tetteket mindig a parányi lélek vágyai ösztönzik. Más szóval, a tettek végső oka az egyéni lélek önző élvezetre való vágya. A lélek tehát felelős e világban elkövetett tetteiért, és mindig megkapja azok visszahatásait. A remélt boldogságot csak akkor éri el, ha

eredeti természetére szert, Krisna szolgálatát végezve él.





II. 3. LÉLEKVÁNDORLÁS ÉS KARMA

- *Mit jelent a lélekvándorlás fogalma?*

A lélekvándorlás azt jelenti, hogy az anyagtalan lélekszakra életről életre lecseréli anyagi testeit: leveti az addigi, öreg, elhasználódott testet, és újat fogad el helyette. A test tulajdonképpen már az élet folyamán is állandóan változik, míg a lélek ugyanaz marad. A halálkor nem történik más, mint hogy a változatlan lélek egy másik testbe költözik. A lélekvándorlás körforgásában minden élőlény részt vesz: a növények, az állatok és az emberek is.



- *Miért kell a léleknek sorozatosan más és más testekben megszületnie?*

A lélek saját döntésének köszönhetően került az anyagi világba, amelyben az a törvényszerűség uralkodik, hogy a testek mulandóak, a lélek pedig vágyai és tettei következtében egy megfelelő újabb testet kap.



- *Hogyan kerül a lélek emberi létformába?*

A védikus szentírások szerint nyolcmillió-négy-százezer létforma létezik a világban. A lélek az anyagba zuhanásakor először magasrendű testet kap, ám ha ezt anyagi vágyai beteljesítésére használja, akkor lezuhan a legalacsonyabb létformába, egy egysejtű testébe. Kilencszázezer típusú vízi élőlény, kétmillió növényfaj, egymillióegyszázezerféle rovar és puhatestű, egymillióféle madárfaj, hárommillióféle négy lábú, és négy százezerféle emberi faj létezik. A leesett lélek

az egyszerűbb testekből fokozatosan, egyesével halad a magasabb szintek felé. Ennek az automatikus lelki emelkedésnek a csúcán emberi testhez jut.

- *Ha a lélek egyszer elérte az emberi létformát, ezután megszülethet-e alacsonyabb fajban?*

Igen. A lélek újabb születésének mikéntjét az határozza meg, hogy milyen minőségű életet élt, milyen elmeállapotot teremtett magának halála pillanatára. Ha valaki viselkedésében, értékrendjében, táplálkozásában állatias elveket követett, akkor ennek hatására a következő életében állati testet kap. Ha pedig valaki élete során elkövetett tetteivel arra szolgál rá, akkor következő életében növényi testet is kaphat.

A lélek azonban meg is őrizheti emberi formáját, ha megfelelően tiszta életet élt, törekedett a szellemi fejlődésre, de nem ért el tökéletességet ebben a próbálkozásában.



- *Emlékezhetünk-e a korábbi életeinkre?*

Általában nem tudunk visszaemlékezni előző életeinkre. Mindez azért van így, mert ez akadályozna bennünket abban, hogy a jelenlegi helyzetünknek megfelelően cselekedjünk. Tudat alatt sok információ megőrződhet bennünk korábbi születéseinkből, de ezeket az újabb születés alkalmával elfelejtjük. Léteznek ugyan olyan emberek, akik képesek



A halálközeli élmények arra utalnak, hogy a test és a lélek valóban független egymástól

visszaemlékezni előző életükre vagy életeikre, ez azonban nagyon ritka, és az ilyen beszámolók hitelessége nehezen ellenőrizhető. A lélekvándorlás legfőbb bizonyítéka számunkra nem ez, hanem a szentírások kijelentései.



- *Ha ebben az életemben egy anyának a gyermekeként születtem meg, akkor a következőben is ő fog világra hozni?*

Ez elképzelhető, de nem szükségszerű. Az anyagi világban létező emberi kapcsolataink ideiglenesek. Az élőlények ragaszkodása és a *karma* törvénye egy időre (vagy akár több életre is) egymáshoz rendelhet egyes lelkeket. Általánosságban azonban elmondhatjuk, hogy egyszer az egyik, másszor egy másik anya méhéből születünk újra mindaddig, amíg ki nem szabadulunk a születés és halál körforgásából.

- *Ha egy hegedűművész a következő életében egy béka testébe kerül, akkor a béka is zenei képességekkel születik majd?*



Természetesen nem. Az állati fajok képességei, ösztönei az adott fajra jellemzően korlátozottak. Az emberi képességek jóval szélesebb skálán mozognak. A művészi

és egyéb tevékenységekre vonatkozó tehetség múltbeli tetteinknek köszönhető, de csak az emberi élet folyamán tud megjelenni.

- *Hogyan működik a karma törvénye?*

A *karma* a hatás és visszahatás törvényszerűsége az emberi cselekedetek területén, amely áttekinthetetlenül szövevényes. Alapelve, hogy minden tett egy ugyanolyan súlyú, de ellentétes irányú következményt von maga után. Ha valakivel jót teszünk, akkor a jövőben (akár későbbi életeink valamelyikében) ugyanolyan jó fog történni velünk. Ha viszont valakinek ártunk, akkor

később nekünk is pontosan ugyanolyan ártalmat kell elszenvednünk. Így a saját múltbeli cselekedeteink alakítják ki a jelenlegi sorsunkat, és a jelenlegi tetteink határozzák meg a jövőnket. A tettek jó és rossz minősítését a szentírások törvényei határozzák meg. Isten mindenki szívében jelen lévő formája, a Felsőlélek biztosítja, hogy előbb vagy utóbb (akár sok-sok élet után) mindenki megkapja saját cselekedetei visszahatását.



Paramātmā, a Felsőlélek

- *Ha az ember életét a karma törvénye befolyásolja, létezik-e szabad akarat az anyagi világban?*

Igen, létezik. Az alacsonyabb rendű, növényi és állati létformákban azonban a szabad akarat teljesen eltűnik. Ezek az élőlények a természet törvényeinek engedelmeskedve csupán az ösztöneiket követik. Lassan, fokozatosan egyre magasabb létformákba kerülnek, míg végül eléri az emberi létformát, amelyben szabad akaratokat, döntési lehetőségeiket kihasználva ismét befolyással lehetnek a sorsuk alakulására. A döntés lehetősége minden ember számára adott, és mindenki felelős a döntéseiért. Múltbeli tetteink és vágyaink azonban nagymértékben befolyásolják, milyen döntésekre vagyunk hajlamosak. A legmegfelelőbb döntéseket úgy hozhatjuk, vagyis úgy használhatjuk leghasznosabban a szabad akaratunkat, ha elhatározásainkat az írásokban rejlő tudásra alapozzuk.



- *Miért szerencsésebbek vagy szerencsétlenebbek egyes emberek, mint mások?*

Eltérő karmájuknak köszönhetően, amit saját korábbi cselekedeteikkel alapoztak meg. A jámbor tettek eredménye az, hogy valaki viszonylagos anyagi jólétben és békességben élhet, míg a helytelen tettek következménye minden szenvedés, betegség, baleset és természeti csapás.

- *Miért mennek keresztül az anyagi világban élő lelkek annyi szenvedésen?*

Szabad akaratunk helytelen használata miatt vagyunk az anyagi világban. Hogy valakinek mennyit kell itt szenvednie, az elkövetett cselekedetei minőségétől függ. Ha valaki Istennek tetsző, jámbor életet él, ennek eredményeképpen viszonylag jó módban, békében élhet.

Ha azonban egy élőlény önkényesen, Isten vágyait figyelmen kívül hagyva cselekszik, akkor ennek következménye fokozott szenvedés lesz. Az anyagi világbeli boldogulásért tett erőfeszítések csak rövid ideig tartó „boldogságot” eredményeznek, és idővel nem lehet elkerülni az újabb szenvedést. Az anyagi világ természete az, hogy átmeneti és szenvedésekkel teli. Ezt megértve a szenvedést olyan figyelmeztetésnek tekinthetjük, ami arra emlékeztet, hogy vissza kell térnünk eredeti, szenvedésektől mentes, lelki otthonunkba.

- *Ha az emberek saját maguk felelősek a sorukért, akkor érzéketlennek kell-e lennünk mások fájdalmával szemben?*

Semmiképpen sem. A bölcs ember együtt érez másokkal, és lehetőség szerint igyekszik enyhíteni mások szenvedésén. Ugyanakkor megérti, hogy a legfőbb baj az, hogy a lélek az anyagi világ rabja, és tudatlanná vált. Problémáit csak akkor oldhatja meg, ha megérti lelki mivoltát, és lépéseket tesz Isten felé. Ha csupán mások testi szenvedése miatt érzünk fájdalmat, az olyan, mintha egy fuldoklónak csak a ruháját sajnálnánk, és nem vennénk tudomást a benne lévő személyről.

- *Van-e mód arra, hogy az élőlény a karma törvénye fölé emelkedjen?*

Igen, van. A *vaišṇava* szentírások leírják, hogy az emberi élet valódi célja az, hogy kiszabaduljunk a cselekedetek és visszahatások láncolatából. Ha egy hiteles lelki folyamatot, vallást követve a lélek nem követ el karmikus tetteket, akkor megszabadul múltbéli tetteinek visszahatásaitól.



A tettek karmikus következményei akkor kerülhetők el, ha valaki tiszta, önzetlen, szeretetteljes odaadó szolgálatot végez Istennek. Ha valaki Istennek szentelt életet él, (akár szerzetesként, akár családos hívőként), akkor nem áll sem a pozitív, sem a negatív *karma* befolyása alatt, így nem kell újra megszületnie, hanem visszatérhet a lelki világba.

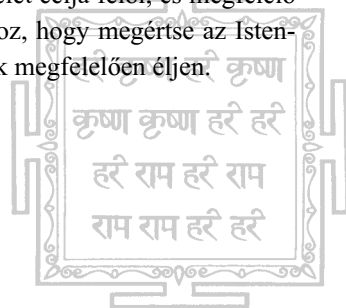
- *Miért különleges az emberi létforma?*

Azért, mert egyedül az emberi létforma nyújtotta képességekkel lehet véget vetni az állandóan, értelmetlenül ismétlődő születésnek és halálnak. Csak ebből a létformából juthat vissza a lélek Istenhez, a lelki világba. Az állati testekben a lélek arra kényszerül, hogy csupán az evés, az alvás, a védekezés és a szaporodás cselekedeteivel foglalkozzon. Az emberi testben azonban megnyilvánul a lélek szabad akarata és intelligenciája. Ebben a helyzetben képes saját maga dönteni a cselekedeteiről.



Választani tud, hogy milyen utat követ, milyen értékrend szerint éli az életét. Bár a *karmája* által meghatározott helyzetben van, rendelkezik azzal a képességgel, hogy felelős döntéseket hozzon a saját életével kapcsolatban.

Az emberi élet legnagyobb haszna az, hogy emberként a lélek képes tudakozódni az élet célja felől, és megfelelő értelemmel rendelkezik ahhoz, hogy megértse az Isten-től származó tudást, és annak megfelelően éljen.

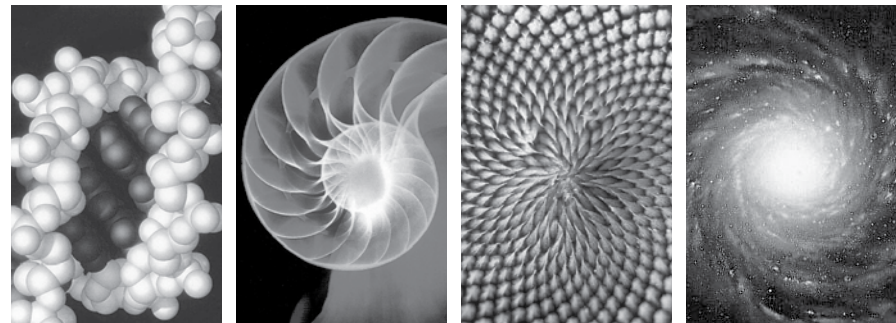


II. 4. KÉRDÉSEK ISTENRŐL

- *Hogyan lehet Istent megtapasztalni az anyagi világban?*

Krisna az energiái révén mindenütt jelen van ebben a világban. A *Bhagavad-gītā*ban (7.8–10) a következőket mondja: „Óh, Kuntī fia! Én vagyok a víz íze, a nap és a hold fénye, az om szótag a védikus *mantrákban*, a hang az éterben és az emberi képesség. Én vagyok a föld eredeti illata, a tűz heve, minden élő léte és minden aszkéta vezeklése... Én vagyok minden lét eredeti magja, az értelmesek értelme és a hatalmasok bátorsága!”

Világunkban mikroszkopikus és kozmikus méretekben egyaránt tökéletes rend uralkodik. E rend eredete, tervezője is Krisna, így a világ összetettségét és rendezettségét szemlélve ráébredhetünk a Teremtő létére. Megfelelő lelki tudattal az ember képes lehet így látni a világot. A szentírások azt is elmondják, hogy azoknak az embereknek, akik nagy odaadással szolgálják Őt, Krisna személyesen is megmutathatja Magát. Az odaadó szolgálat ereje által az ember képessé válhat arra, hogy meg-lássa Istent.





- *Személytelen és formátlan-e Isten?*

A *vaiṣṇava* szentírások, például a *Śrīmad Bhāgavatam* elmondja, hogy Istennek több arculata van, és mindenki a saját lelki fejlettségi szintjének megfelelően láthatja Őt. Isten egyik formája a személytelen energia-ként mindent átható, mindenütt jelen lévő Brahman-arculata. Ez voltaképpen Krisna lelki testének mindenhová eljutó, ragyogó sugárzása. Isten másik aspektusa a Paramātmā (Felsőlélek). Ebben a személyiséggel rendelkező formájában Isten minden élőlény szívében és minden atomban is jelen van. Isten legteljesebb, eredeti arculata az Ő személyes, kétkarú formája (Bhagavān Krisna). Ő a Brahman- és a Felsőlélek-arculat forrása is. Ha Istent a naphoz hasonlítjuk, akkor a Brahman olyan, mint e nap ragyogása, a Felsőlélek pedig, mint a földön heverő tükörcserepekben visszatükröződő napok sokasága. Végso soron tehát Isten egy személy, ám a kevésbé fejlett lelki gyakorlatok olykor személytelen energiáját vagy a Felsőlelket hiszik minden dolog végső forrásának.



- *Kicsoda Krisna?*

Krisna az Istenség Legfelsőbb Személyisége. A „Krisna” név arra utal, hogy Ő mindenki számára vonzó. Ő a legfelsőbb élőlény, Aki minden más dolog forrása, Neki magának azonban nincs más eredete. Ő az anyagi és a lelki világ, minden energia és tudás oka, és Belőle származik minden egyes lélek is. Eredeti, örök, tudással és boldogsággal

teli transzcendentális alakjában – kékesfekete színű, elbűvölő, fuvolázó fiúként – mindig lelki-világbeli lakhelyén tartózkodik. Személyes kiterjedése in és energiáin keresztül azonban egyszerre mindenhol jelen van, és mindenről tud.

- *Milyen viszonyban van Isten a teremtett világgal? Magára hagyja a teremtés után, vagy beleszól a működésébe?*

Krisna az anyagi világ teremtését nem közvetlenül végzi, hanem aktív teremtő formáin (*puruṣa-avatāráin*) keresztül. Közülük Mahā-Viṣṇu az univerzumok összességét teremti meg, Garbodakaśāyī Viṣṇu pedig az univerzumokon belüli bolygórendszereket és a félisteneket



megteremtő első félistent, Brahmāt hozza létre. Brahmā azután fokozatosan élőlényekkel népesíti be a világot. Krisna kiterjedései és a félistenek örök törvények szerint működtetik az univerzumot. Ksírodakaśāyī Vişņu (a Felsőlélek) szintén Krisna személyes kiterjedése, Aki minden élőlény szívében jelen van, és azok segítőtje-

ként, tanácsadójaként, vágyainak beteljesítőjeként, valamint *karmájuk* „felügyelőjeként” működik. Tehát e formája révén az Úr Krisna állandó kapcsolatban áll teremtésével és teremtményeivel, miközben eredeti formájában örök hajlékán tartózkodik.



A Felsőlélek: az Úr a szívében

- *Ha Isten jóságos, miért engedi, hogy annyi szenvedés és katasztrófa történjen a világban?*

Krisna jóságos, és mindenki legkedvesebb barátja, de nem akadályozza az élőlényeket szabad akaratuk gyakorlásában. E szabad akaratú visszaélés, az életek során elkövetett bűnök eredményezik mindazt a szenvedést, amelyben az élőlényeknek részük van. Nem Isten felelős tehát az élőlények sorsáért, hanem ők maguk. A testi és mentális fájdalom, a betegségek, a háborúk, a természeti csapások mind-mind csupán múltbeli cselekedeteink eredményei. Végső soron minden szenvedés Krisna segítségével, hogy jó útra térítse a feltételekhez kötött lelkeket. Időnként egy szerető apának is meg kell büntetnie a gyermekét, ha meg akar neki tanítani valamit – azonban e büntetés oka csupán a gyermeke iránt érzett szeretete.

- *Meg szokott-e jelenni Isten az anyagi világban?*

Igen, a védikus írások beszámolnak róla, hogy Krisna eredeti alakjában és inkarnációi formájában időről időre eljön az anyagi univerzumokba. Alászállásának egyik célja az, hogy megbüntesse a bűnösöket. Célja az is, hogy bemutassa a lelki világban





Śrī Krisna tíz legfontosabb inkarnációja

zajló kedvteléseket, és ezáltal hazahívja az itt élő lényeket. Alászállásakor megjutalmazza a híveit, és visszaállítja a vallás elveit. E célok megvalósítása érdekében nem mindig személyesen jön el, hanem olykor más lelkeket küld maga helyett, akik emberi formát öltve hirdetik az Úr dicsőségét és akaratát a különböző korokban és kultúrákban.

- *Milyen inkarnációi vannak Krisnának?*

Krisna e világbéli megnyilvánulásait „inkarnációknak” nevezik, arra utalva, hogy bár Isten sokféle formában jelenhet meg, valójában mindig ugyanaz a Legfelső Személy marad. A szentírások szerint Krisna végtelen formában és alkalommal jelenik meg az anyagi világban. Egyes megjelenési formájának a célja a világ megteremtése és működtetése, más inkarnációi egy adott korszak vallásos gyakorlatát nyilvánítják ki, más formái pedig isteni kedvteléseinek bemutatása érdekében jönnek el. Ezek közül tíz jelentőset emelnek ki: Matsya (hal), Kūrma (teknős), Varāha (vadkan), Narasimha (emberoroszlán), Vāmana (törpe *brāhmaṇa*), Paraśurāma („csatabárdos Ráma”), Rāmacandra (a tökéletes király), Balarāma (Krisna bátyja), Buddha és Kalki. Ez utóbbi inkarnáció a jelenlegi világkorszak végén jön el, több mint négyszázezer év múlva, hogy véget vessen a kápramatatás és nézeteltérések korszakának.



- *Alászállásai során Isten is anyagi testet ölt magára, és másokhoz hasonlóan cselekszik?*

Nem. Ő saját, transzcendentális testében száll alá e világba, és különböző alakokat ölthet. E formáit, inkarnációit ezért *avatārának* is nevezik, ami annyit jelent, hogy „aki alászáll”. Teste soha nem anyagi, nem öregszik és nem pusztul el. Az

anyagi világba való látogatása olyan, mint amikor egy király elmegy megnézni a börtönt. Látszólag a börtönben van, de ez nem jelent kötöttséget a számára. Istennek tehát soha nincs *karmája*, és az anyagi világ illúziókeltő hatása Rajta egyáltalán nem érvényesül, hisz az egész teremtés az ő irányítása alatt áll.

Az Úr Krisna és cselekedetei tökéletesen lelkiek. Bárki, aki kapcsolatba kerül Vele, elérheti a felszabadulást. Már az is megtisztítja az élőlényeket, ha Krisna tulajdonságairól és cselekedeteiről hallanak. Krisna így beszél erről a *Bhagavad-gītában* (4.9): „Óh, Arjuna! Aki ismeri megjelenésem és cselekedeteim transzcendentális természetét, az teste elhagyása után nem születik meg újra ebben az anyagi világban, hanem eléri az Én örök hajlékomat”.

II. 5. AZ ANYAGI VILÁG, AZ ÉLŐLÉNYEK ÉS KRISNA KAPCSOLATA

- *Mit jelent az, hogy a lélek eredeti helyzetében Isten szolgálja?*

A lélek eredeti természete szerint Isten szolgálja, ez elválaszthatatlan tulajdonsága. Ahogy a tűz elidegeníthetetlen tulajdonsága, hogy meleg, úgy a lélek lényegi jellemzője az, hogy Isten alárendeltje. Amikor az egyéni lélek a lelki világban, eredeti otthonában tartózkodik, mindig Istent szolgálja a legkülönbözőbb módokon, és nincs más vágya, mint hogy elégedett tegye Őt. Nincsenek önző vágyai vagy Isten érdekével ellentétes motívációi. Isten elégedettségét szolgálva az egyéni lélek saját maga is a létező legnagyobb örömet tapasztalja. Attól boldog, hogy Krisna boldog.



- *Miért jönnek el egyes lelkek a lelki világból, ha ott állandó boldogságot tapasztalnak?*

Bár a lélek eredeti helyzetében teljes tudással és boldogsággal rendelkezik, ugyanakkor szabad akarata is van. Ez lehetővé teszi számára, hogy ha akar, elfordulhasson Istentől. Kíváncsiságból, irigységből ki akarja próbálni, hogy milyen Istentől függetlenül élni, „Istent játszani”.

A lélek tökéletes helyzetben volt, ám mivel ő maga parányi és tévedésre hajlamos, erre a lépésre szánja el magát. Illúzióba esik, és az anyagi világban próbálja megvalósítani önös terveit.

Azok a szerencsés lelkek, akik életek millióin át tartó szenvedés után visszatérnek a lelki világba, tapasztalataik birtokában már nem vágnak ide, ezért nem térnek vissza többé az anyag birodalmába.



- *A lélek a lelki világban Isten alárendeltje. Szabad lehet-e teljesen az ember az anyagi világban, elkerülheti-e azt, hogy másokat szolgáljon?*

Bár a feltételekhez kötött lelkek azt gondolhatják magukról, hogy



Ha nem találunk mást, akkor a kutyánkat szolgáljuk

senkinek sem a szolgái, a gyakorlat mégis azt mutatja, hogy mindig valakinek a szolgálatát végzik. A gyermekek a szülőkét, a szülők a gyermekekét, a beosztott a főnökét, a főnök az ő felettesét, és így tovább. Mivel az élőlény alapvetően alárendelt, ezt a helyzetét az anyagi világban sem kerülheti el, bár általában megpróbálja ezt figyelmen kívül hagyni. Az ember sohasem válhat a világ irányítójává, hiszen legalább az anyagi világ törvényeinek engedelmeskedni kényszerül.



Minden testet öltött élőlényre igaz, hogy állandó rabja és szolgája saját érzékeinek. Gondolatait és tetteit többnyire az ércek kielégítésének vágya vezérli. A nyelv, a gyomor és a nemi szervek készleteseinek ellenállni nem tudó emberek így válnak az érceik szolgáivá.

- *Miért van az élőlény ebben a világban?*

Az egyéni lelkek saját akaratukból, függetlenségre való vágyuk miatt születtek meg az anyagi világban. Valójában azonban itt sem függetlenek, hanem az anyagi energia rabságában vannak. Amikor a lélek eljön az anyagi világba, azt gondolja magáról, hogy az anyagi testével azonos, vagyis nem más, mint egy kémiai anyagokból álló, ideiglenes dolog. Ennek következtében a testet öltött lények erősen ragaszkodnak az anyagi világ különböző tárgyaihoz. Bár helyzetük a partra vetett haléhoz hasonló, az illúzió hatására mégis ezt a világot tekintik otthonuknak.

- *Mi minden köti ide a lelkeket?*

A parányi lelkek elsősorban önzésük miatt vannak itt. Feledékenységüknek köszönhető, hogy nem tudnak valódi helyzetükről. Cselekedeteik *karmát* (visszahatásokat) szülnek, s emiatt újra és újra meg kell születniük. A világban élve három finomszintű „kötőerő” is hatással van az élőlényekre: a jóság, a szenvedély és a tudatlanság. Ezek a kötőerők az elnevezésüknek megfelelő cselekedetekre ösztönzik az élőlényeket. E kötőerők még akkor is eltéríthetik az embert a helyes útról, ha teljesen tisztában van azzal, hogy mit kellene cselekednie. Az érzéktárgyakkal és más személyekkel kapcsolatba kerülve az élőlényben számtalan ragaszkodás alakul ki, melyeket nem akar feladni. Ezen kívül az anyagi világ

természete, hogy mindig boldogságot ígér, ám az embernek mindig csalódnia kell. Az illúzióban lévő parányi lélek azonban hiábavalóan tovább reménykedik vágyai majdani beteljesülésében.

Tehát főként alábbi tényezők tartják e világban az élőlényeket: az önzés, a feledékenység, a *karma*, a kötőerők, a ragaszkodás és az illúzió.

- *Kapcsolatban áll-e a lélek Istennel ebben a világban?*

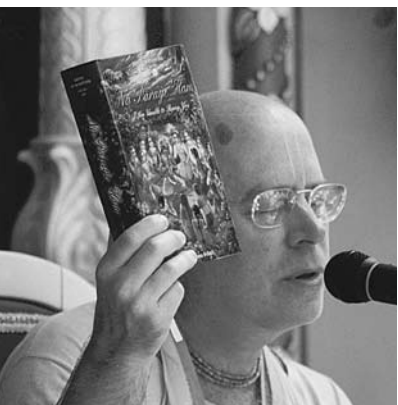
Bár az anyagi világban testet öltött lélek elhagyta a lelki világot és Krisna szolgálatát, Ő nem hagyja magára az élőlényeket. Az egyéni lélek mellett Isten mindenki szívében jelen van, úgynevezett Felsőlélek formájában. Ő minden tettünkről tud. Felügyeli, hogy életei során mindenki megkapja korábbi tettei következményeit, s vágyaiknak és *karmájuknak* megfelelően segíti a lelkeket anyagi vagy lelki céljaik elérésében.



- *Hogyan viszonyul Krisna a parányi, illúzióban lévő lelkekhez?*

Krisna a *Bhagavad-gītā*ban elmondja, hogy Ő az élőlények legfőbb jóakarója és jótévője. Nagy szeretetet és könyörületet érez minden anyagi világban szenvedő lélek iránt, ezért sokféle lehetőséget teremt, hogy visszatérjünk Hozzá. A szentírásokban adott tanításaival, valamint tiszta hívein és a lelki tanítómestereken keresztül bátorítja a lelkeket, hogy a valódi, lelki értékek után kutatva éljenek tiszta, odaadó életet. Krisna arra vár,

hogy a megtisztult lelkek életük végén örökre visszatérjenek Hozzá, eredeti otthonukba. A lelki élet gyakorlatát végző *bhaktákat* a szentírások formájában, a szent emberek és lelki tanítók társaságával, valamint a szívben lakozó Felsőlélekként segíti előrehaladásukban.

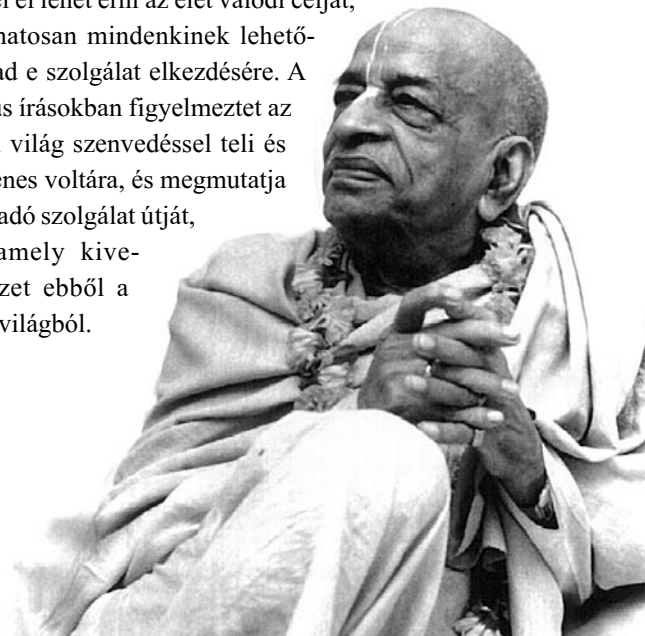


- *Krisna mindenható, és végtelenül szereti az élőlényeket. Ha együtt érez velük a szenvedésük miatt, akkor miért nem viszi őket vissza rögtön a lelki világba?*

Krisna és az élőlények kapcsolatának lényege az önkéntes szeretet. Az élőlények szabad akarattal rendelkeznek. Az anyagi világban élve elfelejtik Krisna szolgálatát, és saját vágyaikat helyezik előtérbe. A legtöbb embernek nincs szándékában hazatérni Istenhez. Krisna tiszteletben tartja ezeket a vágyakat, és senkit nem kényszerít a szeretetére, csupán lehetőséget teremt a lelkek számára szeretetük felélesztésére.

Mivel az odaadó szolgálat az a módszer, amelynek segítségével el lehet érni az élet valódi célját, folyamatosan mindenkinek lehetőséget ad e szolgálat elkezdésére. A védikus írásokban figyelmeztet az anyagi világ szenvedéssel teli és ideiglenes voltára, és megmutatja az odaadó szolgálat útját,

amely kivezet ebből a világból.





II. 6. MEGKÖTÖTTSÉG ÉS FELEMELKEDÉS

- *Mi számít bűnnek?*

Minden olyan tett bűn, amelyet Isten, illetve a Tőle származó szentírások helytelennek ítélnék és ezért tiltanak. A bűn fogalma nem relatív; nem az éppen uralkodó társadalmi felfogás határozza meg, hogy mi helyes és mi helytelen, hanem Isten örök törvényei. Elkerülendő bűnös tettek például: a húsevés, a kábító- és mámorítószerek fogyasztása, a szexuális szabadosság és a szerencsejátékok üzése.

- *Milyen következményei vannak a bűnös tetteknek?*

Ha valaki bűnös tetteket követ el, akkor számolnia kell ezek hosszú távon kedvezőtlen hatásaival, a szenvedéssel, a boldogtalansággal, illetve a halál utáni, következő testekben megkapott büntetéssel. A bűnös tettek hátrányos következménye még, hogy erősítik az újabb bűnök elkövetésére való hajlamot.

- *Meg lehet-e szabadulni megbánással a bűnök következményeitől?*

Csak abban az esetben, ha a megbánás után valaki minden erejével arra törekszik, hogy ne kövessen el újabb



bűnöket, és odaadó szolgálatot végez Istennek. Ez a szeretetteljes szolgálat fokozatosan megszabadít múltbeli cselekedeteink *karmájától*.

Azonban pusztán a bűn bevallásával vagy megbánásával nem lehet megmenekülni az adott tett *karmájától*. Különösen helytelen, ha valaki a bűnbánat után abban a tudatban követ el újabb elítélendő cselekedeteket, hogy későbbi vezeklésével majd ezektől is megszabadul. Ez a rossz felfogás lehetetlenné teszi a lelki fejlődést. Nem

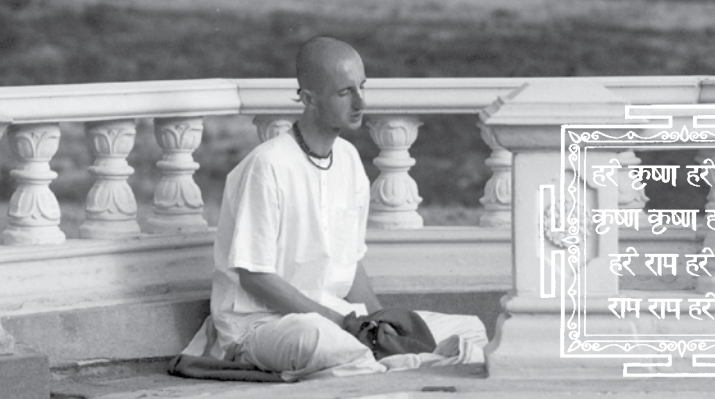
csak az egyes bűnök következményeitől kell megszabadulni, hanem a bűnös tettek elkövetésére való beteges hajlamunk alapvető okától. Attól, hogy tudatlanságunkban a testünkkel azonosítjuk magunkat, és azt képzeljük, hogy Istentől függetlenül cselekedve boldogok lehetünk.



- *Milyen gyakorlatokkal lehet közelebb kerülni Istenhez?*

A védikus szentírások szerint Krisna odaadó szolgálata az egyetlen eszköz arra, hogy elérjük Őt. Ennek több formája van, amelyek közül a legfontosabbak a következők: (1) Krisna szent neveit hallgatni, illetve az Ő cselekedeteiről, a Vele kapcsolatos témákról hallani, (2) Krisnáról beszélni és énekelni, szent neveit ismételni, (3) Krisnára emlékezni.

A legfontosabb alapelv az Úr szent neveinek éneklése, mivel ennek során egyszerre beszélünk és hallunk Róla, valamint emlékezünk is Rá. A szentírások szerint a jelen korszakban Krisna szent neveinek legfontosabb kombinációja a Hare Krisna *mahā-mantra*, az anyagi világból való felszabadulás leghatásosabb imája: Hare Krisna, Hare Krisna, Krisna Krisna, Hare Hare, Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare. E *mantra* éneklésével megszabadulunk rossz tulajdonságainktól és előző



életeink visszahatásaitól, szívünkben pedig felébred a transzcendentális istenszeretet. E szeretet erősödésével egyre közelebb kerülünk Krisnához.

- *Miért fontos a meditáció?*

A meditáció az elme egy adott dologra való koncentrációját jelenti, és minden jóga-folyamat elengedhetetlen része. A Krisna-tudatot *bhakti-yogának*, a szeretet és odaadás jógájának is nevezik. Ennek célja Isten megismerése, és a Vele való elfelejtett kapcsolatunk felelevenítése. Annak érdekében, hogy az elménkben felmerülő anyagi vágyak ne téríthessenek el ettől, a gondolatainkat célszerű Krisnára és lelki témákra irányítani. Ennek egyik hatékony módja Krisna szent neveinek ismétlése.

- *Miért fontos a szentírások tanulmányozása?*

A szentírások tartalmazzák mindazt a transzcendentális tudást, amely Isten megismeréséhez szükséges. Isten megismerése nélkül nem ébredhet vágy a szívünkben arra, hogy elérjük Őt – ha pedig nem vágyunk Krisna elérésére, akkor továbbra is csupán az anyagi világ élvez-

zetére tudunk törekedni, magasabb rendű cél nélkül. A szentírások mutatják be az élet célját és azt, hogy ezt hogyan lehet elérni.

Mindezek mellett a védikus írások transzcendentálisak, így pusztán rendszeres hallgatásukkal, olvasásukkal is automatikusan tisztulunk, azaz fejlődünk a lelki életben.

- *Szükséges-e mély filozófiai tudás a felszabadulás eléréséhez?*

Śrīla Prabhupāda könyveinek tanulmányozásával és egy hiteles lelki tanítómester segítségével a hatalmas



védikus tudás lényege mindenki számára felfoghatóvá válik. A lelki tökéletesség eléréséhez nem szükséges kiemelkedő intelligencia vagy bármilyen más anyagi képesség, csupán az, hogy valaki őszintén vágyjon a lelki életben való fejlődésre, Krisna szolgálatára. Krisna maga mondja a *Bhagavad-gītā*-ban (10.10), hogy „akik szüntelen odaadással és szeretettel szolgálnak Engem, azoknak megadom azt az értelmet, amellyel eljuthatnak Hozzám.”

- *El lehet-e érni a tökéletességet a hindu pantheon más személyiségeinek imádatával?*

Nem, a lelki világba csak Krisna, vagy teljes kiterjedése, Višnu, és más teljes inkarnációinak imádatával lehet eljutni. A hinduizmusban tisztelt más istenségeket (Brahmā, Ganeśa, Indra stb.) „félisteneknek” nevezik, akik halandó anyagi testtel rendelkeznek, de bizonyos feladatok ellátása érdekében felsőbbrendű hatalmat kaptak Krisnától. A félistenek imádatával csupán átmeneti, anyagi áldásokat lehet kapni. Krisna a Legfelsőbb Úr, minden félisten forrása. A *Śrī Īsopaniṣad* szerint az okok legfelsőbb okának imádata más eredményhez juttatja az embert, mint az az imádat, amely nem a Legfelsőbbre irányul.

- *Hány félisten létezik, és kik közülük a legfontosabbak?*

Harminchárommillió félisten van, akik az anyagi világ természeti törvényeinek irányításáért felelősek. Krisna felhatalmazására ők ellenőrzik az élőlények különböző életfolyamatait is.

A legfontosabb félistenek: Brahmā az univerzum és az élőlények testének teremtője, valamint a többi félisten őse. Śiva az univerzumot elpusztító félisten.



Śiva és Pārvatī



Sūrya a Nap, Vāyu a szél, Varuṇa a vizek, Agni a tűz félistene. Indra az eső és a vilámlás ura és a félistenek királya.

- *Létezik-e kiválasztott nép vagy társadalmi osztály a védikus írások szerint, vagy mindenki elérheti a felszabadulást?*

Az emberiségnek nincs olyan csoportja, amely lelki szempontból megkülönböztetett helyzetben lenne. A Krisna-tudat gyakorlása nem függ etnikai hovatartozástól, kortól, nemtől vagy a bőr színétől. Ez a lélek vallása, amelyet gyakorolva – evilági helyzetétől függetlenül – bárki elérheti a tökéletességet.



हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे / हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे

- *Szerepel-e a védikus irodalomban a sátánhoz hasonlítható személy, aki eltérítheti a gyakorlókat a jó útról?*

A védikus szentírások szerint nincs olyan lény, aki Isten egyenrangú ellenfele lehetne. Senki sem lehet egyenlő Vele vagy nagyobb Nála.

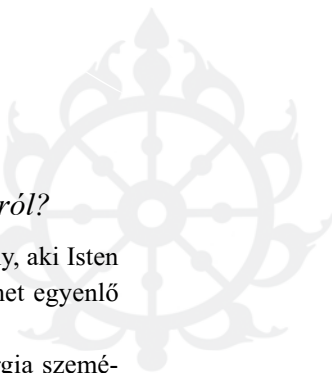
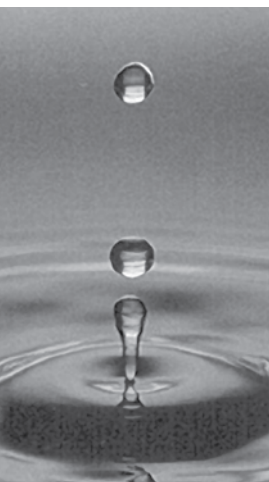
Azonban az anyagi világban az anyagi energia személyisége, Māyā-devī gyakorol hatást az élőlényekre. Lehúzza őket az anyagi lét mocsarába, és illúzióval fedi be őket, így azok (saját vágyuknak megfelelően) teljesen megfélemeznek Istennel való örök kapcsolatukról. Māyā számtalan hamis élvezetet kínál az anyagi világban, amelyek elterelik a lélek figyelmét Istentől.

Māyā-devī azonban mindezt Krisnának végzett szolgálatként teszi: ily módon tartja távol a hűtlen és önző lelküket Krisna birodalmától. Ha azonban valaki őszintén szeretné elérni a lelki világot, és meghódol Krisna előtt, akkor Māyā-devī többé nem tud rá hatással lenni.

- *Istenné válhat-e az ember?*

Nem, az egyéni lélek helyzete az, hogy Isten örök szolgálója, aki sohasem válhat Istenné.

A parányi lélek minőségileg hasonló Istenhez (transzcendentális), mennyiségileg, nagysága és képességei szempontjából azonban örökké különbözik



Tőle. Egy csepp tengervízet ugyanolyan minőségi tulajdonságok jellemeznek, mint magát a tengert, mégsem mondhatjuk, hogy a kettő azonos lenne. Ehhez hasonlóan a lélek rendelkezik Isten bizonyos tulajdonságaival, de képességei terén sohasem közelítheti meg Őt.

- *Mi történik azzal, akinek már nem kell megszületnie egy újabb anyagi testben?*



A lélek a felszabadulás után is megőrzi egyéni mivoltát. Halála után visszatérhet a lelki világba. Durva- és finomfizikai testét elhagyva, visszanyeri eredeti lelki testét, és ismét Krisna társa lesz. Ebben a helyzetben örök, örömteli kedvtelésekben vesz részt Krisna és az Ő végtelen számú szolgálói körében. Ez a lélek tökéletes helyzete.



III. A KRISNA-TUDAT GYAKORLATA

III. 1. KÜLSŐ MEGJELENÉS

- *Milyen ruhát viselnek a hívek?*

A központokban élő hívők, lelkészek általában tradicionális indiai ruhát viselnek, míg a világi hívek többnyire nyugati viseletben járnak. Az egyház központjaiban lakó férfiak a védikus hagyományoknak megfelelő, bő vászonnadrágra emlékeztető *dhótit* és egyszerű szabású inget (*kurtát*) hordanak. A nők *szárit* viselnek, egy 4–5 méter hosszú, színes anyagot, amit meghatározott módon tekernek maguk köré.

Kiegészítő ruhadarab a *csadar*, egy téglalap alakú anyag, melyet mindkét nem képviselői a vállukon átvetve vagy felsőtestükre csavarva hordanak. A hívek mindennap tiszta, frissen mosott ruhát vesznek magukra.



- *Mit jelentenek a hagyományos öltözet színei?*

A nők tarka színű *szárit* hordanak, és az ő esetükben általában nincs jelentősége a színeknek és a mintáknak. A teljes cölibátusban, nőtlenül élő férfiak sáfrányszínű, a házások és a házasulandók pedig fehér színű ruhát viselnek.



mára a ruházat abban is segít, hogy jobban azonosuljanak vallásukkal, ahogy minden egyenruha elősegíti, hogy viselője a szerepének megfelelően gondolkodjon és cselekedjen. A felismerhetőség

azt is lehetővé teszi, hogy a ruha viselőjétől mások is érdeklődhessenek a lelki értékekről.

- *Miért kopaszok a férfiak?*

A fej kopaszága a világi élvezetekről és ragaszkodásokról való lemondásra utal, a tarkón meghagyott hajtincs pedig az egyistenhit szimbóluma. Azon filozófiai és vallási iskolák – például a buddhizmus – szerzetesei, akik személytelen felfogással rendelkeznek az abszolútumról, teljesen leborotválják a fejüket, míg a Krisna-hívők a személyes Istenbe vetett hitük jeleként hátul megőriznek hajukból egy kerek, borotvátlan területet.



- *Kötelező-e az utcán is hordani az indiai öltözéket?*

A védikus ruhák viselése nem elsőrangú és nem elengedhetetlen szempont a Krisna-tudat gyakorlásában. Nem a *dhótítól* vagy a *száritól* lesz valaki Krisna-hívő. Ennél sokkal fontosabb a szív és a tudat tisztítása, a vallás alapelveinek követése.

Az egyszerű, hagyományos öltözet viselése a *vaiṣṇava* hagyományhoz való tartozásra és az egyszerű életvitelre utal, ugyanakkor mindenki számára láthatóvá teszi, hogy az illető Istennek szentelte az életét. A hívők szá-



- *Milyen jel látható a Krisna-hívők homlokán?*

A homlokon lévő jel neve *tilaka*, melyet a hívők minden zuhanyzás után a felsőtest további tizenegy pontjára is felfestenek. A homlok közepén húzódó két függőleges vonal Krisna lábnyomát jelképezi, az orron húzódó levélforma pedig a szent *tulasī* növény levelét. A *tilaka* valamely szent hely vagy folyó földjéből, agyagából készül, és felfestésekor az Úr megfelelő neveit szokás ismételni. A test szent jelekkel való díszítése arra is utal, hogy testünk a szívünkben is jelen lévő Úr temploma, melyet az Ő szolgálatára kell használnunk.

A házas hölgyek homlokának közepén egy piros színű pötty is látható, ami férjzettségüket jelöli.

- *Mi a nyaklánc jelentősége?*

A nyakban viselt rövid, egyszerű lánc szintén azt jelzi, hogy a hívek Istenhez tartozónak tekintik magukat. A nem avatott hívek egy- vagy kétsoros, az avatottak háromsoros nyakláncot hordanak. A lánc szemeit a szent *tulasī* növény szárából faragják. Aki halála pillanatában ilyen nyakláncot visel, az a Védák szerint következő életében bizonyosan kedvezőbb helyzetben születik meg.



III. 2. ÉLETMÓD



- *Melyek a Krisna-tudat fő erkölcsi elvei?*

A védikus vallásbölcselet szerint a tisztaság, a lemondás, az igazmondás és a kegyesség a vallás négy egyetemes alapelve. Ezek következetes alkalmazása a vallási gyakorlatok végzésével együtt biztosítja az ember lelki felemelkedését, elutasításuk pedig erkölcsi és lelki hanyatláshoz vezet. Az erkölcsi alapelvek szellemében a Krisna-hívők négy szabály követését tartják különösen fontosnak:

1. a húsevés beszüntetése könyörületesség az állatok iránt, ugyanakkor fejlesztí az együttérzésre való képességet;
2. a kábító- és mámorítószerektől való tartózkodás a lemondásnak, a mértékletes életmódnak kedvez;
3. a korlátolatlan nemi élet elkerülése biztosítja a belső tisztaságot;
4. a szerencsejátékok és a pénzügyi spekuláció elkerülése pedig abban segít az embernek, hogy igazmondó és becsületes maradjon.



- *Miért vegetáriánusok a Krisna-hívők?*

A vallás egyik fő alapelve az erőszaknélküliség, mert nem lehet hatékony vallásos életet élni, ha az ember erőszakot követ el más élőlények ellen, vagy ha elfogyasztjuk által bűnrészessé válik ebben az erőszakos cselekedetben. Az állatok is lelkek, Isten gyermekei, és az embernek nincs joga elvenni az életüket pusztán azért, hogy kielégítse telhetetlen nyelve vágyait. A *vaišņava* írások a vegetáriánus ételek (zöldségek, gyümölcsök, gabonafélék, olajos magvak, cukor, tejtermékek) fogyasztását írják elő az ember számára. A *vaišņava* konyha az ilyen alapanyagokból készült, tápláló ételek gazdag választékát kínálja.

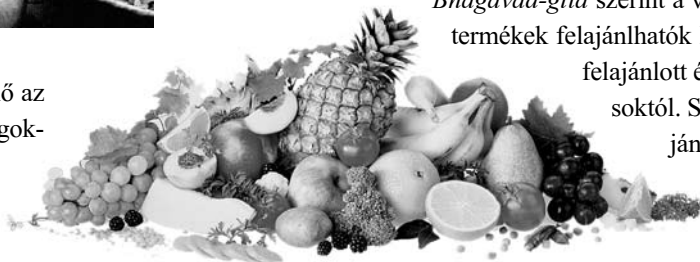
- *A növények elpusztítása nem bűn?*

A növények elpusztítása is bűn. Egy élőlény az anyagi világban csak úgy tudja fenntartani magát, ha más élőlényeket pusztít el. Ez a természet törvénye, de arra kell törekednünk, hogy a lehető legkevesebb erőszakot kövessük el.



Lelki szempontból minden élőlény egyenlő, hiszen mindannyian örök lelkek. Ám a növényi testben az idegrendszer és az érzékek fejletlenebbek, mint az állatok testében, és a lélekvándorlás hierarchiájában is alacsonyabb fokon helyezkednek el. Ebből következően elpusztításuk kevesebb erőszakkal és fájdalommal jár, illetve kisebb mértékű karmikus következményeket von maga után, mint az állatok lemészárlása. A növényi eredetű táplálékok megszerzéséhez sokszor nem is kell elpusztítani a növényt: ha almát szeretnénk enni, nem kell kivágnunk az almafát.

A táplálkozás tökéletessége azonban az, ha vegetáriánus ételünket rövid ima kíséretében felajánljuk az Úrnak. A *Bhagavad-gītā* szerint a vegetáriánus ételek és a tejtermékek felajánlhatók Istennek, aki megtisztítja a felajánlott ételleket a bűnös visszahatásoktól. Sőt, az ilyen Krisnának felajánlott ételek – amelyet *prasādanak*, Isten kegyének neveznek – lelkileg tisztító hatásúak.





- *Milyen problémát jelentenek a kábító- és mámorítószerek?*

A kábító- és mámorítószerek – ezek közé tartozik a kávé és a tea is – befolyásolják az ember tudatát, és függőséget okoznak. Fogyasztásuk szenvedélyessé tesz, és megnehezíti a vallás egyik legfontosabb alapelveinek, a lemondásnak a követését. A Krisna-tudat célja az elme megtisztítása, az alkohol és a különféle drogok azonban éppen ellentétes hatást váltanak ki: tompítják az ember tudatát és beszennyezik a gondolkodásmódját.



- *Hogyan lehet elkerülni a korlátozatlan nemi életet?*

A szexuális szabadosság beszennyezi a gondolatokat, ezáltal pedig rombolja a tisztaság vallásos elvét, és erősíti az anyagi világhoz fűző ragaszkodásokat. Az avatott Krisna-hívők ezért csak házasságon belül, gyermeknemzés céljából élnek nemi életet. A házasságon kívüli vagy nem a gyermeknemzést szolgáló szexualitás



tiltott nemi életnek számít. Ennek elkerülése elősegíti, hogy az ember Istenre rögzítse a tudatát, és minél inkább távol tartsa magát az érzékek kielégítésétől. A szexualitás ilyen mértékű korlátozása elmélyült vallási gyakorlatok végzésével könnyebben megvalósítható (például *mantra*-meditációval, a szentírások tanulmányozásával, az Úr Krisnának végzett odaadó szolgálattal), mert ezek a tevékenységek természetesen csökkentik a testi élvezetek iránti vágyat, és magasabb rendű örömmel töltik el gyakorlójukat.

- *Mi a baj a szerencsejátékokkal?*

A szerencsejátékok megzavarják a nyugodt gondolkodást, a tudat tisztaságát – a kaszinók és játéktermek pedig sokféle más bűn forrásai is. Még az ártalmatlanabbnak tűnő szerencsejátékok üzése is csökkenti a becsületes munkára való hajlandóságot, erősíti a mohóságot és a csalásra való hajlamot, valamint hátráltatja az igazmondás, az igazságosság és a becsületesség jellemvonásainak kifejlesztését.



- *Milyen tisztasági szabályok vonatkoznak a hívőkre?*

A Krisna-hívők felkelés után lezuhanyoznak és tiszta ruhát vesznek. A lelkesítő feladatot ellátó *brāhmaṇák* naponta még kétszer zuhanyoznak, ha erre lehetőség adódik. A mindennapok során (például az öltözködésben, étkezéskor) követendő kisebb tisztasági szabályokról, illetve a templomi előírásokról a *vaiṣṇava* illemszabályok pontos leírással szolgálnak. Ezeket a hívek a gyakorlat során a lelki tanítómestertől, egymástól, illetve erre vonatkozó könyvekből sajátítják el.

- *Hol laknak az egyházi szolgálatot végző hívek?*

Azok a *bhakták*, akik valamely templom vagy központ számára végeznek szolgálatot, az adott központ erre a célra kialakított helyiségeiben, illetve közeli szálláshelyeken laknak. A férfiak és a nők számára külön lakóhelyeket tartanak fenn, melyeket *āśramoknak* neveznek.



III. 3. Vallásgyakorlat

- *Mi jelent az, hogy „odaadó szolgálat”?*

Az odaadó szolgálat az Istennek önzetlenül, odaadóan és szeretettel végzett cselekedeteket jelenti. Istent az ilyen módon végzett cselekedetekkel tehetjük elégedetté, és ennek segítségével érhetjük el Őt.



Az odaadó szolgálatnak kilenc alapvető módja van. Ezek a következők: 1. hallani az Úrról, 2. az Úr dicsőségét énekelni, 3. Rá és cselekedeteire emlékezni, 4. szolgálni a lótuszlábjait, 5. imádatot végezni Neki, 6. imákat felajánlani Neki, 7. szolgálni az Urat, 8. barátkozni az Úrral, 9. teljes valónkkal meghódolni Neki.

Az is odaadó szolgálat, ha Krisna híveit szolgáljuk, mert a szentírások szerint ezzel még elégedettebbé tehetjük az Urat, mint ha Őt magát szolgálnánk. Az odaadó szol-





gálat biztosítja a lelki fejlődést, azáltal, hogy megtisztítja szívünket az olyan anyagi szennyeződésektől, mint a kéjvágy, a düh, az irigység, a mohóság, a büszkeség és az illúzió.

- *Az odaadó szolgálat mindegyik módszerét gyakorolni kell?*

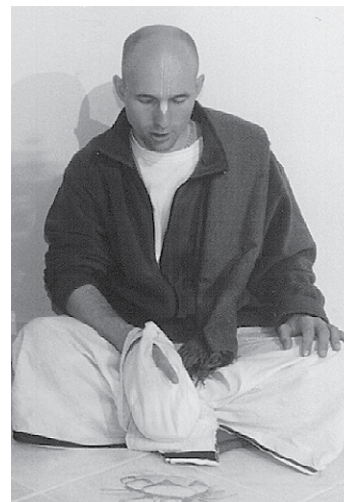
Ha az odaadó szolgálat kilenc folyamata közül bármelyiket gyakoroljuk, sikert érhetünk el a lelki életben. A *bhakták* azonban lehetőség szerint minél több módszert gyakorolnak ezek közül. A legfontosabb gyakorlat az Úr

कृष्ण कृष्ण हरे हरे
हरे राम हरे राम
राम राम श्री श्री

dicsőségének éneklése és hallgatósa. Hallhatunk és beszélhetünk Krisna transzcendentális cselekedeteiről, vagy hallgathatjuk és ismételhetjük szent neveit a Hare Krisna *mahā-mantra* formájában. E gyakorlatok segítségével a Krisna iránti szeretet hamar felébred az ember szívében.

- *Mi a Krisna-tudat legfontosabb vallási gyakorlata?*

A legfőbb gyakorlat a szent nevek, a *mahā-mantra* éneklése: Hare Krisna, Hare Krisna, Krisna Krisna, Hare Hare, Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare. Krisna neveinek éneklése megtisztítja a tudatot az anyagi szennyeződésektől, és lelki boldogságot eredményez. Krisna neveit ismételhetjük egyedül (*japa*), másokkal közösen énekelve (*bhajana*), és közösen táncolva (*kīrtana*). A szent név éneklésének végső célja az önzetlen, tiszta istenszeretet elérése.





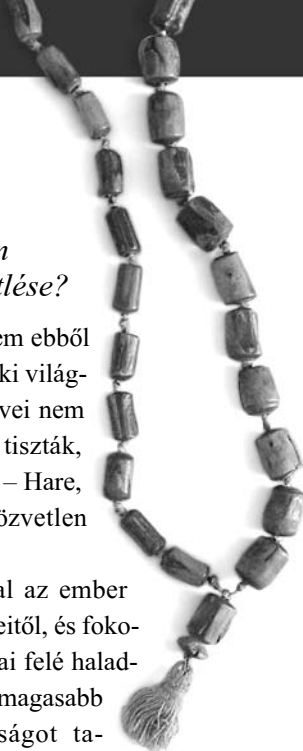
- *Miért olyan fontos Isten neveinek éneklése, ismétlése?*

Isten nevei transzcendentálisak, lelkiek. Nem ebből az anyagi világból származnak, hanem a lelki világból, Isten hajlékáról. Mivel Ő abszolút, nevei nem különböznek Tőle, ugyanolyan lelkiek és tiszták, mint Ő Maga. Ha valaki kimondja a neveit – Hare, Krisna, Rāma, Gaurānga stb. –, akkor közvetlen kapcsolatba kerül Vele.

Isten neveinek éneklésével, kimondásával az ember megszabadul múltbeli tettei következményeitől, és fokozatosan elveszíti anyagi vágyait. Lelki céljai felé haladva a szent név éneklésének köszönhetően magasabb

rendű boldogságot tapasztal. Ily módon fokozatosan megtisztul, és halála pillanatában képes lesz Istenre gondolni. Teste elhagyása után eljut Isten birodalmába, ahonnan már nem kell visszatérnie az anyagi világba.

A védikus írások kijelentése szerint Isten neveinek rendszeres ismétlése, éneklése nélkül jóformán lehetetlen előrelépést tenni a lelki fejlődés útján.



- *Mit jelent a japázás?*

A *japázás* azt jelenti, hogy a szent neveket ismétljük, és kérjük Istent, hogy fogadjon minket a szolgálatába: Hare Krisna, Hare Krisna, Krisna Krisna, Hare Hare, Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare. A *japa*-meditáció közben nagyon fontos a szavak tiszta kiejtése és figyelmes hallgatása.

A japázáshoz egy 108 golyóból álló imafüzért, a *japa*-láncot használjuk, amit a *japa*-zsákban tartunk, amelynek alakja egy nyíló lótuszra hasonlít. A zsákot a kezünkön tartva, a 108 láncszemen egyenként elmondjuk a *mahā-mantrát*, ezt nevezik „egy kör” *japázásnak*. Az avatott hívek számára napi tizenhat kör *japázás* kötelező, ami másfél-két óráig tart. A nem avatott hívek a számukra megfelelő számú kört ismétlik el naponta.



- *Milyen formában imádják a Krisna-hívők Istent a templomaikban?*

A Krisna-templomok oltárán egy képet vagy szobrot (szanszkritul *mūrti*) láthatunk, amely Krisnát vagy valamilyen inkarnációját ábrázolja. A hívők



mindennap imádatot mutatnak be *mūrti*-formáknak: ételt ajánlanak Nekik, felöltöztetik Őket, a szertartások során pedig füstölőt, lángot, vizet és virágokat ajánlanak fel Nekik szeretettel.

A *mūrti* nem bálvány. A védikus szentírások tanúbizonysága szerint Isten a hiteles módon elkészített *mūrti*-formáin keresztül elfogadja és viszonozza hívei szeretetét, ily módon segítve őket a lelki életben való fejlődésben. Anyagi érzékeinkkel nem vagyunk képesek látni Istent, de Ő kegyesen megjelenik szobor vagy kép formájában, hogy láthassuk és szolgálhassuk Őt.

A Krisna-templomok oltárán leggyakrabban Śrī Caitanya és Śrī Nityānanda, vagy Śrī Krisna és örök társa, Śrīmatī Rādhārāṇī formái láthatók.

- *Mit jelent a pūjā szó?*

A *pūjā* az imádati ceremónia elnevezése. Ennek lényege, hogy a hívő kimutatja szeretetét Isten iránt. A *pūjā* során körkörös mozdulatokkal különféle füstölőket, ételeket, virágokat, ruhákat ajánlunk fel Istennek. Neki valójában nincs szüksége ezekre a dolgokra. Isten egyedül a szeretetünkre vágyik, amit ezeknek a keléseknek a felajánlásával fejezünk ki. Isten iránti szeretetünket az erkölcsi szabályozóelvek követésével és az imádat pontos és tiszta bemutatásával is kimutatjuk.

- *Mi a különbség a szerzetesi és a világi lelki gyakorlatok között?*

Ha valaki odaadóan, szeretettel végzi lelki gyakorlatait, akkor az egyetlen különbség csupán maga a helyszín.





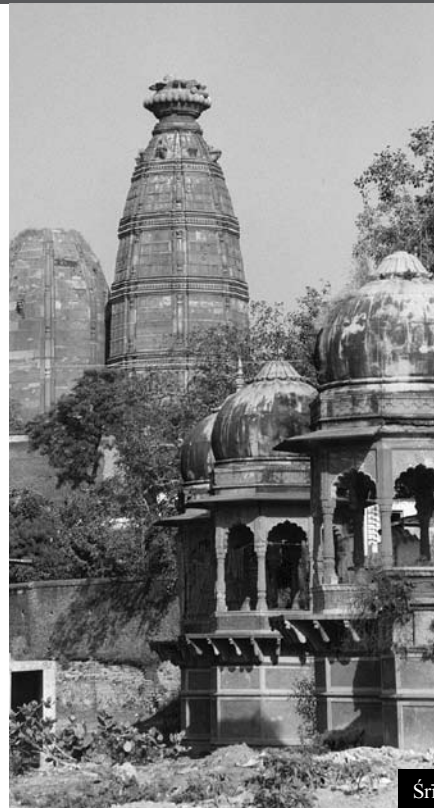
Az, hogy valaki a templomban vagy saját házában él, és ott gyakorolja a vallását, részletkérdés. A fő szempont a Krisna felé irányuló odaadás.

A templomokban perc-pontosan megszabott napirend működik, és a szertartások részletei

is pontosan elő vannak írva. Az otthonukban élő hívek követhetik mindezeket az előírásokat, vagy annyit alkalmazhatnak belőlük, amennyit kinek-kinek a körülményei lehetővé tesznek. Az otthonukban és a központokban élő *bhakták* számára egyaránt fontos a Hare Krisna *mantra* napi, rendszeres éneklése. Javasolt, hogy azok a hívők, akik otthon gyakorolják a lelki életet, folyamatos kapcsolatot tartsanak más hívekkel, illetve a templomban élő *bhaktákkal* is.

• *Vannak-e szent helyei a Krisna-tudatnak?*

Igen, vannak ilyen helyek, és általában Indiában található. Olyan területek ezek, amelyek valamilyen kapcsolatban állnak Krisnával vagy Śrī Caitanya Mahāprabhuval. Közülük a két legfontosabb a Delhitől nyolcvan kilométerre, délre fekvő Vṛndāvana (Krisna gyermekkorának helyszíne) és a Nyugat-Bengáliában található Māyāpur (Śrī Caitanya szülőhelye).



Śrī Vṛndāvana dhāma



Ezek mellett minden olyan hely vagy templom szentnek számít, ahol szent emberek élnek, és Istent szolgálják. Ezek látogatása is lelki cselekedetnek, odaadó szolgáltatnak minősül.



Śrīdhāma Māyāpur



IV. A KRISNA-HÍVŐK VÉLEMÉNYE EGYES TÁRSADALMI KÉRDÉSEKRŐL, A TUDOMÁNYRÓL ÉS MÁS VALLÁSOKRÓL

- *Magyarország társadalmi berendezkedéséről, a parlamentáris demokráciáról és a magyar állam törvényeiről*

Tiszteletben tartjuk a modern demokrácia alapelveit. Mivel hazánk demokratikus berendezkedésének fontos alapja az alkotmány és a törvényesség, természetesen a magyar állam törvényeit betartva gyakoroljuk vallásunkat.

- *A művészetről*

Vallásfilozófiánk szerint a lelki világban „minden lépés egy tánc, minden szó egy ének”, vagyis Isten birodalmában minden cselekedet művészi. Az evilági művészet igazi feladatának Isten dicsőítését tekintjük. Mindazok



a művészeti megnyilvánulások, melyek erre töreksenek, közelebb vihetik az embert az Abszolút Igazság megismeréséhez. A Krisnának végzett odaadó szolgálat művészi kifejeződése pedig Isten örömét szolgáló, lelki cselekedetnek minősül, amely elősegíti a hívő lelki fejlődését.

• *A tömegkommunikációról*

Úgy látjuk, hogy a tömegkommunikációs eszközök által közvetített legtöbb információ nem segíti elő az emberek lelki fejlődését, a reklámok és a materialista értékrendet közvetítő filmek éppen az anyagi vágyakat erősítik. A lelki értékek hangsúlyozása érdekében azonban rendszeres kapcsolatban állunk az írott és az elektronikus médiával. Egyházunk hivatalos képviselői és más tagjai is gyakran szerepelnek különböző újságokban, illetve a televízióban és a rádióban. A napjainkban rólunk és tevékenységeinkről megjelenő anyagok általában tárgyilagos vagy pozitív hangvételűek. Arra törekszünk, hogy a kommunikációs eszközök segítségével mások-



kal is megismertessük az általunk képviselt kultúrát, elmondjuk a véleményünket a világ eseményeiről, és elősegítjük a társadalom lelki felemelkedését. Közösségünk kiadásában negyedévente jelenik meg a *Vissza Istenhez* magazin, egyházi honlapunk pedig a www.krisna.hu címen olvasható.



ve a televízióban és a rádióban. A napjainkban rólunk és tevékenységeinkről megjelenő anyagok általában tárgyilagos vagy pozitív hangvételűek. Arra törekszünk, hogy a kommunikációs eszközök segítségével mások-

• *A modern tudományról*

A modern tudomány hatalmas mennyiségű információt szerzett az anyagi világról, ám ezek feldolgozása nem lehet tökéletes, mégpedig azért, mert érzékszerveink, elménk és az általuk kifejlesztett eszközök is tökéletlenek. A tudomány segítségünkre lehet a technika fejlődésében, ám hiába kísérel meg választ adni olyan alapvető kérdésekre, mint a világ keletkezése, az élet létrejötte, a fajok kialakulása vagy a tudat eredete. A modern tudomány csak egy aspektusból vizsgálja a világot és az embert,



a létezés materialista alapon nem értelmezhető része azonban rejtve marad előtte. A valóság leglényegesebb területeit – például a világ eredetét, a lélek jellemzőit és halál utáni sorsát, Istent és a transzcendentális birodalmat – nem lehet megérteni a tapasztalati tudomány módszereivel. Ezért a szentírásokból származó örök tudást fontosabbnak tekintjük, mint a világi tudomány folyton változó, és csupán az anyagra koncentrááló ismereteit.

- *A technikai fejlődésről*

A technikai fejlődés valamelyest kényelmesebbé teheti az életet az anyagi világban, de ha öncéllá válik, csak az anyagi világhoz való ragaszkodásunkat erősíti. A gépek és műszerek tökéletesítésével nem lehet megszüntetni az öregséget, a betegséget és a halált. Álláspontunk szerint egy civilizációt nem a technológia fejlettsége, hanem a benne élők lelki emelkedettsége tesz valóban fejletté.



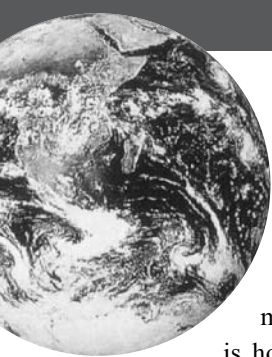
A technikai eszközök használatáról

Csak olyan mértékben használunk technikai eszközöket, amennyiben azok elősegítik a Krisnának végzett szolgálatainkat. A különböző berendezésekhez felhasznált anyagok, az elektromos áram, az intelligencia, amellyel megalkották őket, közvetve mind Istentől származnak. Ezeket akkor használjuk megfelelően, ha ezt Krisna elégedettsége érdekében, nem pedig egyéni élvezetünk kedvéért tesszük.

Városi környezetben a szükséges mértékben használjuk a modern technikai eszközöket (háztartási gépek, magnó, autó, számítógép), annak érdekében, hogy különböző tevékenységeinket – az ételosztást, a könyvnyomtatást, az oktatást stb. – hatékonyabbá tegyünk. A technika e lelki célzatú felhasználását elfogadhatónak tartjuk.

A somogyvámosi Krisna-völgyben ugyanakkor arra törekszünk – a védikus civilizáció szemléletét követve –, hogy minimalizáljuk a modern technikától





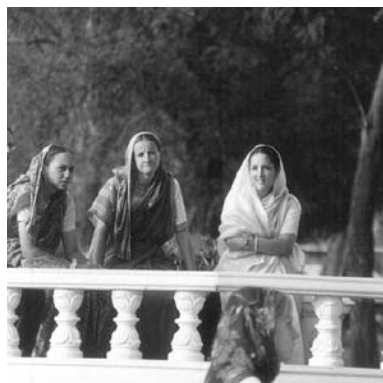
való függésünket, ezért itt nem vezettük be az áramot. A felvállalt „egyszerű életmód, emelkedett gondolkodás” elve ahhoz is hozzásegít, hogy ne szennyezzük tovább az amúgy is tűrőképessége határára került természetet.

• *A női egyenjogúságról*

A védikus filozófia szerint minden lélek Isten egyrangú kiterjedése, ezért lelki szempontból nem teszünk különbséget férfiak és nők között, hiszen a nemek csak az ideiglenes test jellemzői. Természetesen a nők és a férfiak társadalmi és családi szerepe különbözik. Ezen a téren az ősi indiai hagyományokat követjük, ahol a nők legfőbb feladata a háztartás megszervezése, irányítása és a gyermeknevelés volt. Vallásunkban a hölgyek ugyanúgy kaphatnak lelkészi (*brāhmaṇa*) avatást, mint a férfiak.

• *Az abortuszról*

Helytelen és bűnös cselekedetnek tekintjük az abortuszt. A lélek a fogantatás pillanatában költözik be a testbe, az embrió tehát a kezdettől fogva teljes jogú élőlénynek tekintendő, melynek elpusztításához senkinek sincs joga.



A magzat megölése a gyilkosság egyik legborzasztóbb formája, mert egy védtelen élőlény az áldozata. E tevékenység kedvezőtlen karmikus következményei a jövőben egyaránt utolérlik az abortuszban részt vevő orvosokat, valamint az azt kérő és támogató családtagokat.

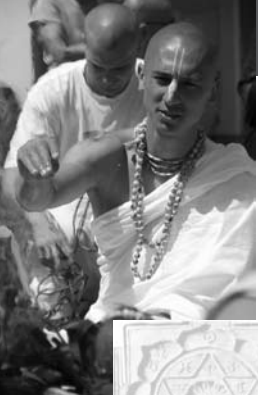
• *Az eutanáziáról*

Az élet – a lélek – Krisnától származik. Senkinek sem áll jogában, hogy egy lelket jelenlegi teste elhagyására kényszerítsen, vagy másokat megbízzon saját maga megölésével. Ha valaki megöl egy szenvedő embert, annak a következő életében ugyanazokon a szenvedéseken kell átesnie, amelyeken most kellett volna. Vagyis nem mentettük meg a szenvedéstől, csupán elodáztuk azt. Aki pedig megöl egy embert (legyen az akár idős, vagy súlyos beteg), az a *karma* törvénye szerint ebben vagy a következő életében szintén gyilkosság áldozata lesz.

• *Az asztrológiáról*

Az asztrológia a védikus tudás része. Részletes elsajátítása lehetővé teszi a szertartások kedvező időpontjának meghatározását a bolygók állása szerint, illetve fontos információkat nyújt arra vonatkozóan, hogy a bolygók milyen hatással vannak az adott





egyénre. A napjainkban mind jobban terjedő, népszerűsítő asztrológia azonban távol áll az eredeti tudománytól, ezért nem tekinthető hitelesnek és megbízhatónak.

- *A környezetvédelemről*

Fontosnak tartjuk a környezet védelmét. Meggyőződésünk, hogy a természeti környezettel való harmonikus együttélés csak akkor valósítható meg, ha elismerjük, hogy a természet birtokosa Isten, és csupán a létünk fenntartásához feltétlenül szükséges javakat szabad felhasználnunk. A materialista alapú környezetvédelem örökké gondokkal küzd, mert nem képes megfékezni az emberi mohóságot, csupán annak



következményeit próbálja enyhíteni. A környezet védelme automatikusan megvalósul, ha az emberek tudatára ébrednek annak, hogy örök lelki lények, és hogy a valódi élvezet nem az anyagi világ kihasználásából, hanem lelki forrásokból táplálkozik.



- *Más vallásokról*

Hisszük, hogy – bárhogy is nevezzük –, egyetlen Isten létezik. A hiteles vallások mind ettől a lénytől származnak, ezért alapvető üzenetük azonos: Isten megismeréséhez és szeretetéhez segítik közelebb az embert. Isten a különféle történelmi korokban a földrajzi hely, a kor és a körülmények figyelembevételével nyilatkoztatta ki a lelki tudás kisebb vagy nagyobb részét – szent tanítókon, küldötteken és a szentírásokon keresztül. Más vallások híveit ezért nem akarjuk eltéríteni lelki gyakorlatuktól, hanem azt hangsúlyozzuk, hogy minden hívő embernek saját vallása előírásait kell hűen követnie. Meggyőződésünk szerint az isteni kinyilatkoztatás legrészletesebb és legtökéletesebb formája a védikus irodalom, amelynek követésével az ember a lehető legkönnyebben érheti el Istent – ezért követjük mi a Krisna-tudat filozófiáját és gyakorlatát.



- *A vallásos képi ábrázolásokról*

A védikus írások végkövetkeztetése szerint az Abszolút Igazság, Isten egy személy, aki formával és tulajdonságokkal rendelkezik. A Legfelsőbb Úr formája lelki, ám hogy számunkra megközelíthető legyen, a védikus művészetben képi és szobor (*mūrti*) formában egyaránt ábrázolják. Ezek az ábrázolások – mivel az Úr jelenik meg általuk – transzcendentális formák, melyek szemlélése és tisztelete segíti a hívőt Isten iránti ragaszkodásának kifejlesztésében és lelki céljai elérésében. Isten ábrázolásának azonban a védikus írásokból származó, hiteles információkon, nem pedig emberi elképzelésen kell alapulnia.



V. GYAKORI KÉRDÉSEK

- *Ha a védikus kultúra olyan nagyszerű, akkor miért van szegénység a mai Indiában?*



A mai Indiában sajnálatos módon már nem követik hűen az ősi védikus kultúra alapelveit, ezért az eredeti isteni kultúrának már csak halvány nyomai fedezhetők fel benne. A különböző hódítások szétzilálták az eredeti indiai kultúrát. A korábbi angol gyarmatosítás, valamint a fogyasztói társadalom napjainkban megfigyelhető terjedése fokozatosan lerombolja India lelki értékeit. A védikus alapelvek (könyörületesség, tisztaság, lemondás, igazságosság) háttérbe szorultak, az ország gazdasági berendezkedése ugyanakkor nyugati szempontból kezdetleges. India hiányosságait tehát nem a védikus kultúra, hanem éppen annak elhanyagolása okozza.





• *Milyen társadalmi rendek alkotják a védikus társadalmat?*

A védikus társadalom négy *varṇából*, azaz társadalmi rendből áll: 1. a *brāhmaṇák* a társadalom szellemi vezetői, a királyok, miniszterek tanácsadói, a papok, akik jártasak a szentírások tanulmányozásában, és életüket a Legfelsőbbnek szentelték. 2. A *ksatriyák* az uralkodók, a tisztviselők és a katonák. 3. A *vaiśyák* a kereskedők, akik a társadalom pénzügyeivel foglalkoznak, valamint a tehénvédő-állattartók és a földművesek. 4. A *śudrák* a kétkezi munkások, akiket a védikus társadalomban munkájukért cserébe a többi rend tartott el.



• *Milyen élet-szakaszokra osztható egy ember élete a védikus társadalomban?*

Alapvetően négy *āśrama*, azaz lelki rend létezik. A *brahmacārik* az 5–25 éves, nőtlen tanulók. A *gṛhasthák* azok a 25–50 éves, valami-

lyen kereső foglalkozást űző házasemberek, akik adományaikkal segítik a többi lelki rendet. A *vānaprasthák* az 50–75 év közötti, családos életről lemondott emberek, akik a szentírások tanulmányozásával felkészülnek arra, hogy életük alkonyát Istennek szenteljék. A *sannyāsik* a 75 évesnél idősebbek, akik Isten szolgálatába ajánlva magukat, teljes lemondásban élnek. Az egyén lelki fejlettségétől és körülményeitől függően az életkori határok módosulhatnak.

• *Mi a különbség a védikus társadalom és a kasztszisztem között?*

Az emberi társadalom négy osztályát Krisna teremtette az emberekre jellemző tulajdonságok szerint. Az Indiában napjainkban is létező kasztszisztem ennek az ősi, ún. *varṇāśrama*-rendszernek az idők során eltorzult változata. A torzulás akkor következett be, amikor a társadalom vezető rétege az adott társadalmi rendeket nem az isteni törvényben lefektetett egyéni rátermettség, hanem a születés alapján határozta meg. Eredetileg

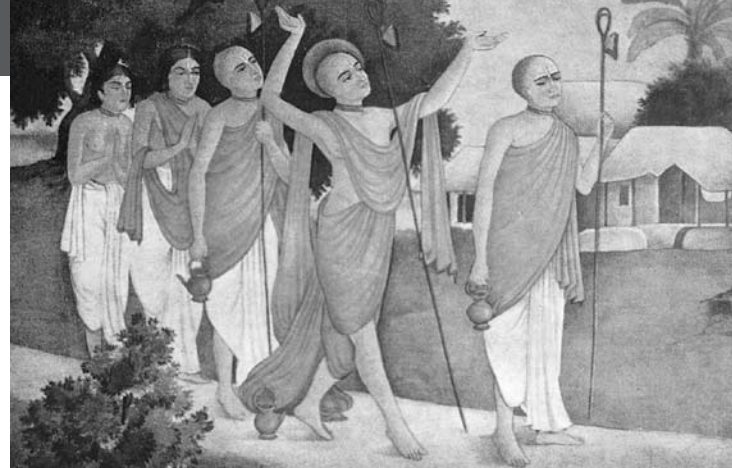


a különféle társadalmi osztályokba az adottságai és a megfelelő képzés által került valaki. Ma azonban az egyéni képességeket és képzettséget figyelmen kívül hagyva, pusztán a születés alapján döntenek el, hogy ki milyen kaszthoz tartozik. Ez ellentétben áll a védikus szentírások előírásaival.

- *Mi köze lehet az európai embereknek egy indiai valláshoz?*

A védikus szentírások önmeghatározása szerint a bennük foglalt tudományos, erkölcsi és metafizikai tanítások egyetemesek és örökérvényűek. Az Abszolút Igazság, valamint az Istenszeretet elérésének tudománya és gyakorlata minden ember számára azonos, függetlenül attól, hogy hol él és milyen nemzetiségű. A lélek nem indiai, nem európai vagy amerikai, hanem egy örök lelki lény, Isten parányi szolgálója. A Krisna-tudat ennek az egyete-

mes egyenlőségnek a megértését és az ebben a szellemben való cselekvést jelenti, bárhol is éljen az ember.



- *Mennyiben ősi és mennyiben modern a Krisna-tudatú vallás?*

A Krisna-hívők filozófiájukban, elveikben és az életmódot meghatározó alapvető szabályok tekintetében teljes mértékben az ősi *vaiṣṇava* tradíciót képviselik nyugaton és Indiában egyaránt. A vallás „modernsége” csupán abban áll, hogy Isten szolgálatában és a védikus tudás bemutatása során a hívek a nyugati világ eszközeit és lehetőségeit is alkalmazzák – ez azonban minden más világvallásról is elmondható.



- *Milyen szervezeti keretek között működik a Krisna-tudatú közösség?*

A Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közössége 1989 óta bejegyzett egyház Magyarországon. A közösség kapcsolatban áll a Krisna-tudat Nemzetközi Szervezetével (ISKCON), de jogilag és működésében önálló. A magyarországi közösség vezető testülete az Országos Tanács, az egyház elnöke Szilaj Péter.



Az egyház vezető lelkésze Śrīla Śivarāma Svāmī Mahārāja, aki a Krisna-tudat Nemzetközi vezető testületében Magyarországot képviseli.

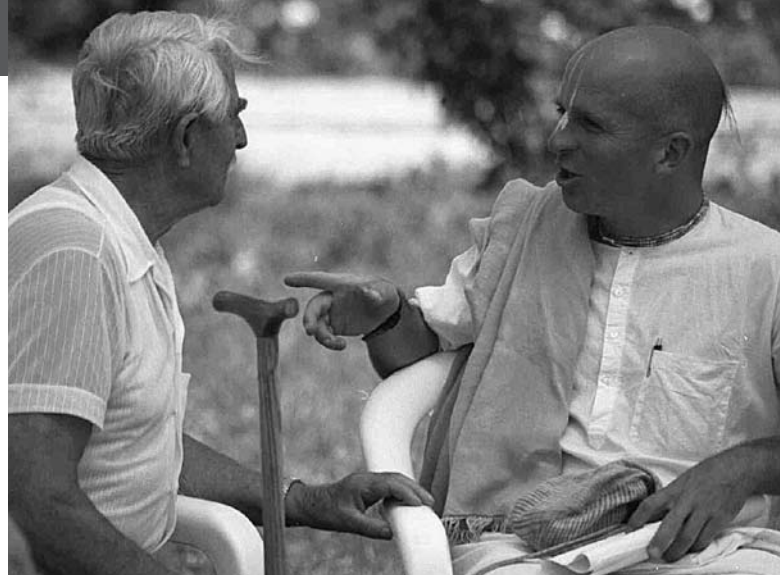
- *Kap-e az egyház külföldi támogatást?*

A somogyvámosi biofarm építéséhez érkeztek alkalmi hozzájárulások külföldről, azonban a magyarországi közösség gazdaságilag független más országoktól. Legfőbb bevételi forrását a

gyülekezeti tagok anyagi támogatása, illetve a könyveért kapott adományok jelentik.

- *Mi a feladata az egyház vezetőinek?*

Nagyobb templomaink és kisebb közösségeink élén olyan vezetők állnak, akik a felmerülő kérdésekben az Országos Tanács és az Operatív Bizottság gyűlésein döntenek. A vezetők feladata, hogy ellenőrizzék a Krisna-tudatos alapelvek betartását központjainkban, illetve biztosítsák az egyház működésének gördülékenységét és hatékonyságát. Emellett segítik az egyháztagok mindennapi problémáinak megoldását.



- *Hány Krisna-hívő él Magyarországon, és mit dolgoznak általában?*

A Krisna-hívők kisebbik része központokban él, többségük pedig világi hívő, gyülekezeti tag. A körülbelül háromszáz, központokban élő *bhakta* különböző egy-

házi szolgálatokat lát el: könyvterjesztéssel foglalkozik, vagy irodai, konyhai, templomi, szervezői, éttermi szolgálatot végez.

A húszezer fős, tágabb gyülekezet tagjai otthonukban élve, munkájuk végzése vagy tanulmányaik folytatása mellett gyakorolják vallásukat. A világi hívők különböző elkötelezettségi szinten állnak, foglalkozásuk pedig sokféle lehet – munkájukkal azonban nem sérthetik meg a vallás erkölcsi szabályait: például nem dolgozhatnak a húsiparban, vagy nem kereskedhetnek alkohollal, cigarettával.



- *A Krisna-tudatos életmód nem jelent-e menekülést a világ problémái elől?*

Ellenkezőleg. A komoly, magas erkölcsi mércével folytatott vallásos élet az egyén és a világ problémáinak valódi megoldását segíti elő. A Krisna-hívők csupán a felesleges, bűnös tettek által okozott problémáktól tartják távol magunkat. A Krisna-tudatos életmód nem menekülés, hanem egy pozitív alternatíva a kilátástalan, materialista életmóddal szemben.

A Krisna-hívőknek – akár egyházi szolgálatot teljesítenek, akár világi munkájuk mellett gyakorolják a vallá-



sukat – ugyanúgy szembesülniük kell a személyes élethelyzetekkel és döntésekkel, mint bárki másnak. A hívők többsége a jövőben megházasodik, vagy már házas, s így maga

gondoskodik családjá eltartásáról. A Krisna-hívők is a társadalomban élnek, részt vesznek annak működésében – ám eközben igyekeznek távol tartani magukat az erőszaktól, mások kihasználásától, a korrupciótól, a bűnözéstől, az önmérgezéstől, a karrierizmustól, a házastársi hűtlenségtől és sok más negatívumtól, amelyek sajnos erőteljesen jelen vannak napjaink társadalmában.

- *Megköveteli-e a hívek életmódja a világi örömekről való lemondást?*



A védikus írások szerint a testi élvezetek hajszolása megnehezíti az önmegvalósítás folyamatainak gyakorlását. Az érzéki élvezetek csak az anyagi világ iránti ragaszkodást erősítik, és tovább fokozzák a vágyakat – tartós boldogságot azonban sohasem eredményeznek.

Az érzékek mohóságát viszont csak akkor tudja csökkenteni az ember, ha a pillanatnyi élvezetekenél magasabbrendű, belső örömet tapasztal. E célt szolgálják a lelki gyakorlatok, és az, ha az érzéseket Krisnára, minden boldogság forrására irányítjuk: ha Krisnának felajánlott ételeket fogyasztunk, Istent dicsőítő zenét hallgatunk és játszunk, csodáljuk Isten művészi ábrázolásait, az Ő örömeért cselekszünk, és így tovább. Mivel a lélek Isten parányi szikrája, ha Őt elégedetté teszi, azzal automatikusan saját maga is boldoggá válik. Ezáltal tiszta, lelki élvezetet tapasztal, amely természetessé teszi számára a felszínes, testi örömeiktől való eltávolodást.





- *Egészséges-e a vegetáriánus táplálkozás?*

Igen. A tejtermékekkel kiegészített, jól összeállított növényi étrend – a közhiedelemmel ellentétben – teljesen kielégítő a test számára, mert minden fontos összetevőt – fehérjéket, zsírokat, szénhidrátokat, vitaminokat, nyomelemeket stb. – tartalmaz. A védikus írások a gabonafélék, a tej, a tejtermékek, a gyümölcsök, a zöldségek és az olajos magvak fogyasztását javasolják, nyers és főtt ételek formájában egyaránt. Az ősi indiai konyha végtelenül gazdag választékát kínálja az ilyen egészséges alapanyagokból készült ételeknek. A hús fogyasztás ellenben számtalan betegség forrása, ugyanakkor erőszakot igényel, gazdaságtalan, és a lelki fejlődést is akadályozza.



- *Nem szűkül-e be a hívők látásmódja?*

Természetes, hogy a lelki étellel foglalkozók érdeklődési köre megváltozik, és nyitottabbá válik a spirituális témák iránt, szemben az olyan témákkal, mint a céltal-

an szórakozás, a vagyonszerzés, a tévézés vagy a politika. A Krisna-hívők igyekeznek felhagyni az olyan cselekedetekkel és időtöltésekkel, amelyek nem segítik elő a lelki fejlődésüket. Ez azonban nem „beszűkülést” jelent, hanem az életminőség javítását. A védikus tudás iránt érdeklődők előtt egy új, lelki kultúra tárul fel, amely rendkívül mély és szerteágazó. A hívek érdeklődésüknek megfelelően e kultúra számos részletével megismerkedhetnek: a konyhaművészetrel, a zenével, a művészetekkel, a filozófiával vagy az irodalommal. A tudományok iránt érdeklődők számára pedig a társadalom- és természettudományok új területei válnak érdekessé. Tehát nem elzárkózásról, sokkal inkább az érdeklődési kör módosulásáról van szó. Mivel pedig valásuk iránt érzelmileg elkötelezettek, a Krisna-tudat gyakorlatába kezdők gyakran érdeklődőbbé és tudás-szomjasabbá válnak, mint életük korábbi szakaszában.



- *Mi történik, ha egy hívőnek csökken az elkötelezettsége e vallás iránt?*

Ahogy e vallás választása és követése a hívek önkéntes döntése, úgy bármikor fel is hagyhatnak a gyakorlásával, vagy több engedménnyel követhetik azt. A Krisna-

Az *āyurveda* nem csak a testet gyógyítja, hanem az energiaközpontokat is szabályozza

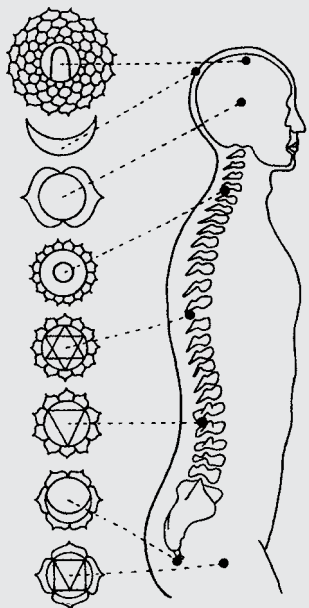
tudat elfogadása és gyakorlása teljes egészében a hívők szabad akaratán alapszik, és a saját javukat szolgálja. Ebből minden hívő annyit épít be az életébe (vagy hagy el belőle), amennyit jónak lát, vagy amennyit a körülményei lehetővé tesznek.

- *Milyen gyógymódokat használnak a Krisna-hívők?*

Amikor csak lehet, előnyben részesítik a természetes gyógymódokat, különösen a védikus eredetű *āyurvedát*. Amennyiben ilyen kezelésre nincs mód, vagy az adott betegséget nem lehet ezekkel a módszerekkel kezelni, akkor elfogadják a modern orvostudomány lehetőségeit, például a gyógyszereket vagy a műtétet.

- *Néznek-e televíziót a Krisna-hívők?*

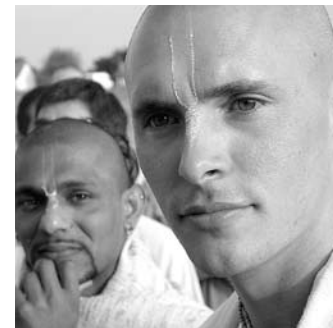
A televízióban számtalan olyan műsor látható, amely mellett, hogy rabolja az ember idejét, kedvezőtlenül befolyásolja az értékrendjét is. Az erőszak, a bűnös tettek és a reklámok beszennyezik az elmét, és felesleges



anyagi vágyakat ébresztenek. Így a televíziózást nem tekintjük hasznos időtöltésnek, e médiából inkább csak a mindennapi eseményekről tájékozódunk.

- *Miért van szükség az olyan külsőségekre, mint a különleges öltözet, a hajviselet és a homlokjel?*

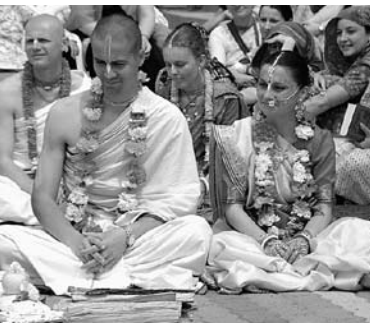
Ezek nem elengedhetetlen kellékei a Krisna-hitnek. A szerzetesek és a központokban élő hívők viseletükkel és a homlokfestéssel azt jelzik, hogy a *vaiṣṇava* tradíció követői, s hogy életüket Isten szolgálatára szentelik. A felismerhető megjelenés arra is lehetőséget nyújt, hogy



a lelki témák, a védikus tudás iránt érdeklődők további információkért a közösség jellegzetes viseletű tagjaihoz fordulhassanak.

- *Milyen kapcsolatban állnak a Krisna-hívők a családtagjaikkal?*

A Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közösségének központjaiban csak rendezett családi viszonyokkal rendelkező, nagykorú tagok élhetnek, akik családtagjaikkal rendszeres kapcsolatot tartanak. Tisztelettel és szeretettel viszonyulnak a szüleikhez és más családtagjaikhoz, a rokonaikkal világnézetüktől függetlenül jó kapcsolatra törekszenek.



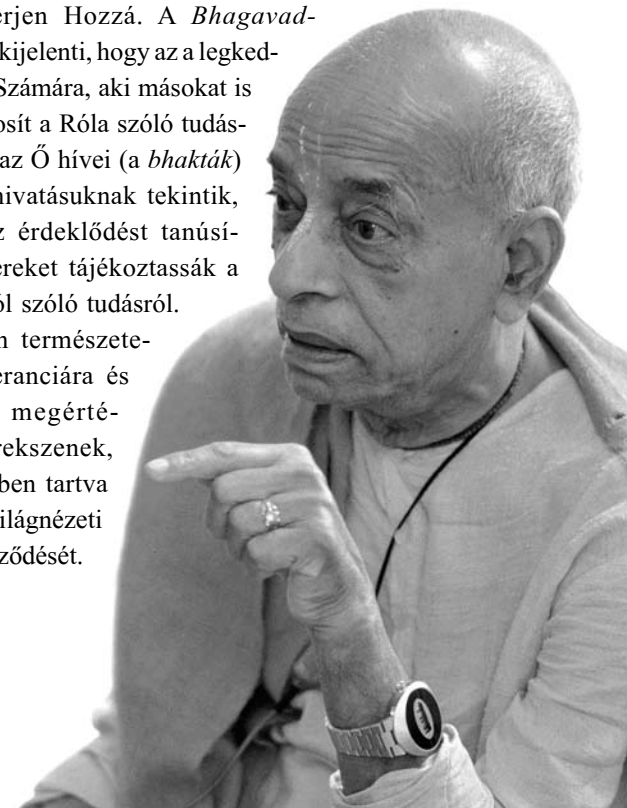
- *Házasodhatnak-e e vallás gyakorlói?*

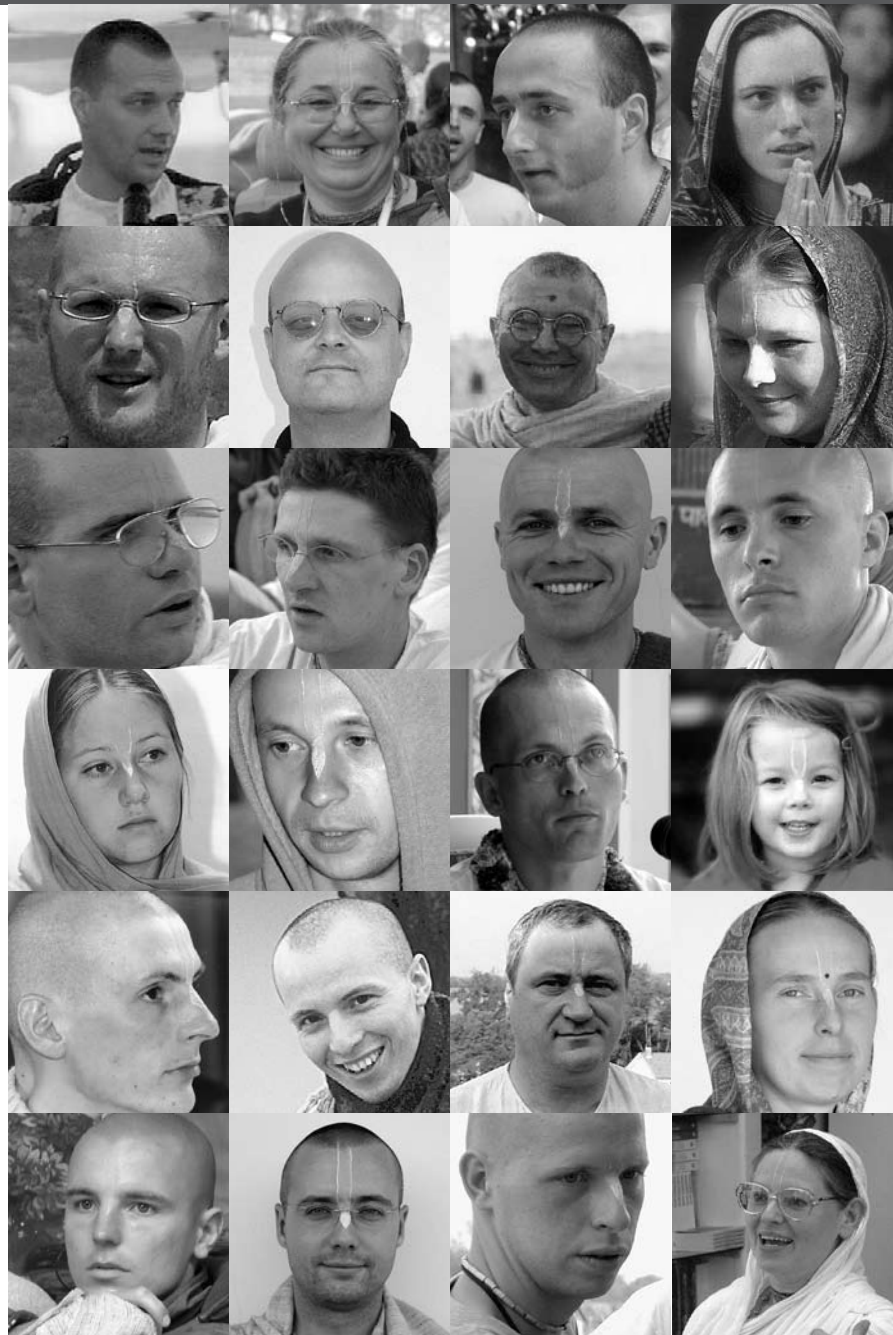
Igen, a Krisna-tudat támogatja a házasság intézményét. Javasolt, hogy a hívek házastársnak is Krisna-hívőt válasszanak. Azonban ha valaki már házasságkötése után vált Krisna-hívővé, a világnézeti különbség miatt nem kell megszakítania házasságát. Amennyiben a közösség tagjai közül valakik össze sze-

retnének házasodni, egy-két év alatt eldönthetik, hogy valóban megfelelő párt választottak-e. Ezután polgári esküvőt köthetnek, és a védikus szokások szerint indiai házassági ceremóniát is tartanak. A védikus esküvő után a házasság egy életre szól, a válás nem megengedett.

- *Miért fontos a Krisna-hívők számára, hogy másoknak is beszéljenek a Krisna-tudatról?*

Krisna arra vágyik, hogy minden élőlény visszatérjen Hozzá. A *Bhagavad-gītā*-ban kijelenti, hogy az a legkedvesebb Számára, aki másokat is felvilágosít a Róla szóló tudásról. Így az Ő hívei (a *bhakták*) fontos hivatásuknak tekintik, hogy az érdeklődést tanúsító embereket tájékoztassák a Krisnáról szóló tudásról. Eközben természetesen toleranciára és mások megértésére törekszenek, tiszteletben tartva mások világnézeti meggyőződését.





• *Folytatnak-e a hívek missziós tevékenységet?*

Igen, folytatnak. E misszió egyik alapvető célja, hogy a nyilvánosság számára magyar nyelven hozzáférhetővé tegye a védikus irodalom alapvető műveit, például a *Bhagavad-gītā*t és a *Śrīmad-Bhāgavatamot*.

A *vaiṣṇava* filozófia szerint a lelkek hiányos tudásuk miatt szenvednek az anyagi világban. E szentírásokból azonban bárki megismerheti Krisna tanításait, s így az anyagi világban töltött sok-sok élet után lehetőséget kap az Istenhez való hazatérésre.



VI. A KRISNA-HIT MEGJELENÉSI FORMÁI A MAGYAR TÁRSADALOMBAN

KÖNYVTERJESZTÉS



Néhány Krisna-hívő utcákon, tereken vagy lakásokat meglátogatva terjeszti a védikus filozófiát ismertető könyveket. A könyvek Ő Isteni Kegyelme A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda szentírásfordításait és az ezekhez fűzött filozófiai és gyakorlati magyarázatait tartalmazzák. A könyvterjesztés célja, hogy a magyar társadalom minél szélesebb rétegei ismerkedhessenek meg a Krisna-tudattal és a védikus kultúrával. A könyveket megkülönböztetés nélkül mindenkinek, adományok fejében adják.

NYILVÁNOS ÉNEKLÉS

Śrī Caitanya nyilvános utcai felvonulások során terjesztette el a Hare Krisna *mantra* éneklését Indiában, a 16. században. Ezt a hagyományt folytatva Śrīla Prabhupāda is bevezette az énekes felvonulásokat, amely során még a járókelőknek is módjukban áll Isten neveit hallgatni és énekelni, s így ők is fejlődhetnek a lelki életben. A szent nevek hallgatása mindenkit megtisztít múltbeli tettei visszahatásától, a közös éneklés által pedig az emberek



szívében felébred az Isten iránti szeretet. Krisna neveinek zenés-táncos felvonulás keretében történő éneklését *harināmának*, a meghitt, általában ülve végzett közös éneklést pedig *bhajanának* hívják.

NYILVÁNOS PROGRAMOK

Krisna templomaiban és központjaiban heti egy délután az érdeklődők részt vehetnek egy védikus hagyományokon alapuló programon. Ennek keretében megismerkedhetnek az indiai meditációs zenével, a Krisna-tudat filozófiájának alapjaival, választ kaphatnak kérdéseikre, majd egy zenés, táncos templomi szertartás és egy többfogatásos lakoma zárja a programot. Az összejövetelek időpontját a helyi központok határozzák meg. Ezeket a

nyílt programokat nem csak az elkötelezett hívők vagy a vallás iránt komolyan érdeklődők látogatják, hanem olyanok is, akik személyes tapasztalataik alapján szeretnének képet alkotni a Krisna-hívők életmódjáról.

FESZTIVÁLOK, ÜNNEPEK

A nagyobb *vaiṣṇava* ünnepnapokon fesztiválokra kerül sor, ami szintén lehetőséget biztosít másoknak arra, hogy kapcsolatba kerüljenek a Krisna-tudattal. Ilyen ünnep például Śrī Caitanya Mahāprabhu megjelenési napja, azaz a Gaura-pūrṇimā március elején-közepén, vagy Krisna születésnapja, a Śrī Krisna Jammāṣṭamī augusztus



végén. Rendszeresen megrendezésre kerül Jagannātha – Śrī Krisna, a Világmindenség Ura – tiszteletére a Rathayātrā indiai szekérfesztivál, amin több ezer ember szorított részt venni. A hatalmas szekeret éneklő tömeg kíséri végig a városon, délután pedig egy szabadtéri színpadon kulturális programokra kerül sor.

ÉTELOSZTÁS

A Krisna-tudat Nemzetközi Szervezetének alapító lelki tanítómestere, Śrīla Prabhupāda arra vágyott, hogy a Krisna-templomok körül 10 km-es körzetben ne legyen éhező ember. Az „Ételt az életért” világméretű ételosztó programunk célja az, hogy segítsen a rászorulókon. Ez az étel azonban nem csak táplál, hanem a fogyasztók lelki fejlődését is segíti, hiszen aki Istennek felajánlott ételt eszik, az fokozatosan megszabadul múltbeli karmikus tettei visszahatásaitól.

BHAKTIVEDANTA
HITTUDOMÁNYI FŐISKOLA

A Magyarországi Krisna-tudatú Hívók Közössége felsőoktatási intézménye a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, melynek állami akkreditációja 2004-ben megtörtént. A Főiskola a hinduizmus világvallása *vaiṣṇava* ágának, az emberiség egyik legősibb filozófiájának és kultúrájának megismertetését, illetve a *vaiṣṇava* teológia szakembereinek képzését és továbbképzését tekinti céljának. Információ: www.bhf.hu.

• Oktatás

A Főiskola *vaiṣṇava* teológus képzést nyújt nappali és levelező tagozaton, 2008-tól bolognai rendszerű, 3 éves BA-szak keretében. A Főiskola felekezeti és világnézetű hovatartozástól



függetlenül minden érdeklődő számára nyitott, aki a *vaiṣṇava* vallásbölcselet szakirány keretében a *vaiṣṇava* filozófia, tudomány- és művészetfelfogás és hitgyakorlat megismerésére törekszik. A teológia szakirány az MKTHK lelkészeinek képzését biztosítja. A képzés fő területei: 1. A *vaiṣṇava* szentírások és szanszkrit nyelv; 2. A *vaiṣṇavizmus* tanrendszerének tudományos megis-

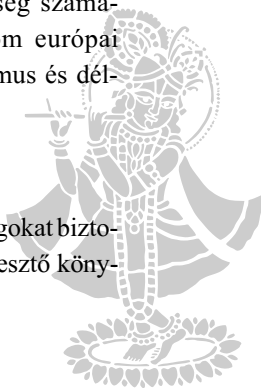


merése (szentírások és filozófia); 3. Kultúra- és társadalomismeret (irodalom, történelem, politológia, szociológia, pszichológia, kommunikáció, matematika, zene, művészetek); 4. Szertartástan és hitgyakorlat. A nappali és levelező szakos hallgatók egyaránt félévenként, vizsgák keretében adnak számot az elsajátított ismereteikről. A Főiskola 2009-től új, *vaiṣṇava* jógamestereket képző BA-szakot indít. A Főiskola oktatói az egyház, különféle tudományterületeken egyetemi diplomával és PhD-fokozattal rendelkező tagjai. A tanárok rendszeresen vállalnak ismeretterjesztő előadásokat fővárosi és vidéki közép- és felsőfokú oktatási intézményekben, illetve különböző kulturális rendezvényeken is.

A Főiskola könyvtára biztosítja az oktatási és tudományos kutatói tevékenységéhez szükséges szakirodalom hozzáférhetőségét, és nyitott a nagyközönség számára is. A Könyvtár a *vaiṣṇava* szakirodalom európai gyűjtőkönyvtára, és további célja a hinduizmus és dél-Ázsia szakkönyvtárává válni.

• Kiadványok

A Főiskola jegyzetformájú oktatási segédanyagokat biztosít a kurzusokhoz, tudományos és ismeretterjesztő köny-



veket, valamint *vaiṣṇava* szentírásokat ad ki, a nagyközönségnek is bemutatva a hindu-*vaiṣṇava* filozófiát és kultúrát. A Főiskola évente megjelenő tudományos folyóirata a TATTVA (szanszkritul: igazság, tény), amely a vallás és a tudomány párbeszédének fórumául szolgál. On-line formában is olvasható: www.tattva.hu.

• Rendezvények

A Főiskola által rendezett konferenciák, kerekasztal-beszélgetések és klubprogramok tudósok, teológusok és közéleti személyiségek nyilvános eszmecserejére adnak lehetőséget. Ezt szolgálta az évente megrendezett három napos Nyári Egyetemünk, amit 2005-től felváltott az egynapos Létkérdés Konferencia, amelyet novemberben, a Magyar Tudomány Ünnepe rendezvénysorozat kerében rendezünk meg. E több száz fős hallgatóságot vonzó konferencián a természet- és társadalomtudományok neves képviselői és a Magyarországon honos vallások teológusai vitatják meg az igazi „létkérdéseket”, mint például: „Van-e természetfölötti?” (2005), „Meddig terjed a szabad akarat?” (2006), „Együtt-lét: A kapcsolatok természetrajza.” (2007). A konferencia témája 2008-ban: „Meghalunk, valóban?” Információ: a www.letkerdes.hu honlapról.



KRISNA-VÖLGY

Indiai Kulturális Központ és Biofarm

Śrīla Prabhupāda egyik célkitűzése az volt, hogy a Krisna-tudatú hívők az „egyszerű élet, emelkedett gondolkodás” elvét megvalósítva, mindennapi munkájuk végzése mellett intenzíven gyakorolják a lelki életet, és rendszeresen énekeljék a Hare Krisna *mantrát*. Ebben mutatnak közösségi példát a Krisna-hívők Somogyvámoson, ahol egy 150 hektáros területen felépült és folyamatosan fejlődik Krisna-völgy, az Indiai Kulturális Központ és Biofarm. Itt tiszta életvitel mellett, természetes körülmények között gazdálkodva mutatják be a látogatóknak a védikus kultúra jellegzetességeit.



• A templomépület

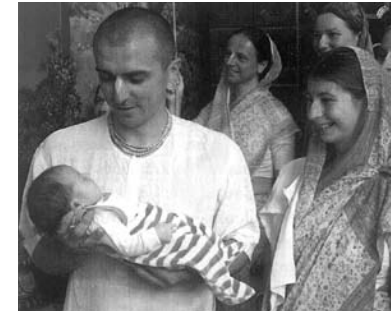
A Közép-Európában is egyedülálló Krisna templomot 1996 szeptemberében szentelték fel. Az 1500 m² alapterületű épület stílusa sajátosan ötvözi a hazai és a hindu hagyományokat. A falak a magyar vidéken jól bevált vályogból készültek, míg a télikert, a kerengő, a díszítés, a domborművek és a freskók az indiai kultúrát idézik.



Ebben a központi épületben található a gazdagon díszített szentély, ahol a tradicionális templomi szertartások folynak. A faragott márványoltáron megtekinthetők Krisna és örök társa, Śrīmatī Rādhārāṇī gyönyörű formái.

• Élet Krisna-völgyben

Jelenleg mintegy százötven hívő él Krisna-völgyben. Többségük családos, ám vannak köztük szerzetesek is. Életükben Isten szolgálata áll a középpontban, minden tevékenységet az Ő örömére végeznek. A közösség tagjai már korán reggel a templomban találkoznak, hogy a templomi imádat, meditáció, a szentírásokban való elmélyülés és a szent nevek éneklése által dicsőítsék az Urat.



A reggeli lelki program után mindenki saját munkájához lát. Vannak, akik a földeken dolgoznak, vagy az állatokat látják el, mások a művészeti stúdióban, a pékségben,



a konyhán vagy a méhészetben végzik munkájukat. Néhányan irodai munkát végeznek, mások pedig a Krisna-völgybe ellátogató vendégeket fogadják. A *vaiṣṇava* kalendárium jeles ünnepei alkalmával a mindennapokat egyházi fesztiválok teszik színesebbé.

• Biogazdálkodás és tehenvédelem

A somogyi birtokon 1993 ősze óta folyik a biogazdálkodás. A sokféle termés, zöldség, gyümölcs és fűszer termesztését vegyszermentes eljárással végzik a farm lakói. Az önellátásra törekvő biofarm egyik alapvető célja, hogy a közösséget elegendő vegetáriánus élelmiszerrel lássa el. A tehenvédelem a Krisna-hívők vallásos kötelessége. A védikus szentírások szerint anyáinkként kell tisztelnünk őket, mivel éltető tejet kapunk tőlük. Krisna-völgyben

a kézzel fejt tehének elegendő tejet adnak a közösség ellátására, az ökrök pedig kocsikat húznak és a szántásban, vetésben segítenek. Az állatok sosem kerülhetnek a vágóhídra, mert a tehénölés a védikus szentírások szerint nagyon súlyos bűn.



• Oktatás

A védikus rendszerű általános iskola 1996 őszen indult el. Az iskola a Nemzeti Alaptanterv által előírt tárgyak tanítása mellett erkölcsi és filozófiai oktatásban is részesíti a gyerekeket, valamint egyéni érdeklődésüknek megfelelően zenére, nyelvekre, művészetekre és praktikus ismeretekre is oktatja őket.





• Turizmus

Ma már Krisna-völgyet évente több mint húszezer látogató keresi fel, köztük családok, általános és középiszkolai osztályok, klubok, egyesületek és külföldi turisták. Az idegenvezetők bemutatják a vendégeknek a farm látványosságait, majd a templom épületében megnézhetnek egy tradicionális templomi szertartást, és az érdeklődéstől függően megismerkedhetnek az indiai kultúra különböző aspektusaival.

A kulturális központ és biofarm egyházi és civil kezdeményezésű konferenciáknak, nyári táboroknak, egyéb rendezvényeknek is helyet ad. A legismertebb kulturális programok a hagyományosan június végén megrendezett intellektuális fórum, a Nyári Egyetem, valamint a júliusi Krisna-völgyi Búcsú.

A központi épületben kapott helyet egy indiai ajándéküzlet, ahol ajándéktárgyak mellett az indiai vallási és kulturális tradícióval foglalkozó könyvek kaphatók. A szintén az épületben található vegetáriánus étterem kínálata az egyszerű fogásoktól a változatosan fűszerezett indiai ételkülönlegességekig terjed.

A természeti szépségekben gazdag környezetben fekvő, tizenhat férőhelyes, 3–4 ágyas szobákból álló vendégház és a kemping – világnézeti hovatartozástól függetlenül – sok kikapcsolódásra vágyónak nyújt felüdülést.

• Öko-völgy

Az éghajlatváltozás problémája napjainkra globális méreteket öltött. Felismerve a felelősségvállalás fontosságát a társadalmi szintű problémák megoldásában,





elindítottuk az Öko-völgy programot. A Program egy faluméretű kísérlet, amelyben százötven önkéntes és közel ötven különböző intézmény vesz részt: saját kutatásaikkal, tapasztalataikkal, élményeikkel járulnak hozzá a programhoz, és bemutatják, milyen eredményeket lehet elérni, ha a környezettudatosság a mindennapi gyakorlatban is jelen van egy közösség életében. A projekt a faluközösség mindennapjain keresztül mutat alternatívát nem csak a környezeti, hanem az égető nemzeti szintű társadalmi és gazdasági problémák kezelésére is. A környezetvédelem, a szemléletformálás és a vízkészlet védelme mellett célul tűztük ki a preventív egészségügy alkalmazását, a falu teljes lakosságának foglalkoztatását, a bűnmegelőzést, valamint a szenvedélybetegségek és a depresszió kezelését is.



VII. KRISNA-TUDAT OTTHON

A védikus írások által javasolt lelki folyamat örömteli eredménye könnyen megtapasztalható azok számára, akik néhány gyakorlati tanács követésével a lelki fejlődés ösvényére lépnek.

- *A táplálkozás yogája*

A *bhakti-yoga*, az odaadás jógája folyamatát összegezve az Úr azt mondja: „Óh, Kuntí fia, ajánld fel Nekem mindazt, amit cselekszel, eszel, felajánlasz vagy elajándékozol, valamennyi vezekléssel együtt!” (Bg. 9.27) Ezért az étel felajánlása Krisnának szervesen hozzátartozik a *bhakti-yoga* rendszeréhez.

Az Úr azt is leírja, milyen felajánlásokat fogad el: „Ha valaki szeretettel és odaadással áldoz Nekem egy levelet, egy virágot, egy gyümölcsöt vagy egy kevés vizet, Én elfogadom azt.” (Bg. 9.26) Krisna egyértelműen nem említi a felsorolásban a húst, a halat és a tojást, így hát a *bhakták* nem ajánlanak fel Neki ilyen ételeket. A *bhakták* – szeretetből – csak a legtisztább, legjobb minőségű ételeket ajánlják fel Krisnának, s ezek semmiképpen nem tartalmazzák levágott állatok húsát vagy a tyúk esetleges embrióját, a tojást.





A Krisna-tudatos *bhakta* azért ajánl fel ételt Krisnának, hogy Iránta érzett szeretetét kifejezhesse. Még az egyszerű emberi kapcsolatokban is tapasztalhatunk olyat, hogy valaki ebédet készít szeretete jeléül. Ilyenkor nem csak az étel az, amit az illető elfogad, hanem a szeretet és az odaadás, amellyel az ételt készítették. Éppen így, amikor Krisnának ajánlunk fel ételt, annak az a célja, hogy segítsen bennünket Krisna iránti szeretetünk és odaadásunk kifejlesztésében.

Természetesen nagyon nehéz szeretni valakit, akit még sohasem láttunk. A védikus Isten-felfogás azonban mentes a bizonytalanságtól. A védikus írások – a világon egyedülálló módon – nagy részletességgel írják le Isten személyes jellemvonásait. Más nagy vallások írásaiban csak röviden úgy említik meg Istent, mint a Legfelsőbb Atyát, de meglepően kevés információt adnak személyéről. Jézus magá-

Isten sokféle formában jelenik meg, olykor pedig küldöttei jönnek el a Földre

ról úgy beszélt, mint Isten fia; Mohamed Isten prófétája volt; de kicsoda Maga Isten? Csak közvetve jelenik meg – mint egy hang az égből, egy égő bokor stb. Ha belátjuk, hogy Isten teremtett bennünket, akkor ésszerűen nem tagadhatjuk, hogy ő Maga is rendelkezik egy személy minden jellemző tulajdonságával: sajátos formával és megjelenéssel, a különböző érzékek és szervek minden energiájával és képességével. Logikátlan azt feltételeznünk, hogy Isten teremtményei bármilyen módon felülmúlhatják Teremtőjüket. Ha Isten nem rendelkezne sajátos formával és személyiséggel, mint ahogyan mi, akkor ebben a tekintetben magasabb szinten állnánk, mint Ő. Ahogyan mi személyek vagyunk, Isten szintén egy személy – a Legfelsőbb Személy, egy végtelen képességekkel rendelkező lelki formában, de mégis személy. Úgy mondják, Isten saját képére és hasonlatosságára teremtett bennünket.

A nyugati világ művészei általában erős testű, szakállas, idős embernek képzelték el és festették meg Istent. India védikus írásai azonban közvetlen információkat





adnak Isten megjelenéséről és személyéről, melyekről sehol máshol nem találhatunk leírást. Isten örökké fiatal, és olyan csodálatos lelki tulajdonságokkal rendelkezik, amelyek még a fel szabadult lelkek szívét és elméjét is vonzzák. Ő a legkiválóbb művész és a legkiválóbb zenész. Csodálatosan beszél, kinyilvánítva határtalan intelligenciáját, humorát és lemondását. Ezen

felül egyedülálló transzcendentális kedvteléseket mutat be örök társaival. Vége-hossza nincs a Védákban található leírásoknak, melyek az Istenség Legfelsőbb Személyiségének vonzó tulajdonságait írják le. Ezért nevezik Istent Krisnának, „mindenkit vonzó”-nak. Ha megértjük Isten személyes létét, sokkal könnyebben tudunk meditálni Rajta, különösen amikor ételt ajánlunk fel Neki.

Mivel Krisna a leghatalmasabb, és tökéletesen lelki, minden, ami kapcsolatba kerül Vele, szintén tökéletesen tiszta és lelki lesz. Még a fizikai természet világában is vannak dolgok, amelyek képesek megtisztítani a különféle anyagokat. A nap például erős sugaraival képes friss, tiszta vizet desztillálni a beszennyezett tóból. Ha egy anyagi



objektum – a nap – erre képes, akkor elképzelhetjük az Istenség Legfelsőbb Személyiségének tisztító erejét, aki könnyedén tud teremteni millió és millió napot.

• *A lelki étel*

Határtalan energiájával Krisna valóban képes az anyagit lelkivé változtatni. Ha egy vasrudat a tűzbe tartunk, a vasrúd hamarosan izzani kezd, és magán viseli a tűz minden lényeges jellemvonását. Ugyanígy a Krisnának felajánlott anyagi lényegű étel is lelkivé válik. Az ilyen ételt nevezik *prasādamnak*, amely szanszkrit szó, s azt jelenti: Isten kegye.

A *prasādam* evése a *bhakti-yogában* alapvető gyakorlat. A jóga más fajtáiban az embertől elvárják, hogy mesterségesen korlátozza az érzékeit, de a *bhakti-yoga* megengedi az embernek, hogy érzékeit különféle kellemes tevékenységekben használja – a nyelvét például arra, hogy az Úr Krisnának felajánlott csodálatos ételeket megízlelje. Az ilyen cselekedetek által az érzékek fokozatosan lelkivé válnak, s automatikusan vonzódni kezdenek a lelki élvezetekhez, amelyek felülmúlnak minden anyagi tapasztalatot.

A védikus írások sok leírást tartalmaznak a *prasādamról* és annak hatásáról. Az Úr Caitanya, az Istenség Legfelsőbb Személyiségének inkarnációja a következőket mondta a *prasādamról*: „Mindenki megízlelte már ezeket az alapanyagokat régebben. Mégis, ezekben az éte-





lekben különleges ízeket és illatokat érezhetünk. Már az illata önmagában – az ízéről nem is beszélve – kielégíti az elmét, és minden más édes ízt elfeledtet az emberrel. Ezért meg kell értenünk, hogy ezeket az ételeket Krisna ajkainak nektárja érintette meg és változtatta minden tulajdonságukat lelkivé.” A vegetáriánus táplálkozás végső tökéletessége az, ha már nem eszünk mást, mint Krisnának felajánlott ételt. Rengeteg vegetáriánus állat van – a galamb, a majom stb. –, így hát vegetáriánussá válni önmagában még nem egy nagy dolog. A Védák arról tájékoztatnak bennünket, hogy az emberi élet célja feleleveníteni a lélek eredeti kapcsolatát Istennel.

- *Hogyan főzzünk, és hogyan ajánljuk fel az ételt?*

Tudatosságunk a vegetarianizmus célját illetően ott kezdődik, amikor vásárolni indulunk, hogy kiválasszuk azokat az élelmiszereket, amelyeket fel fogunk ajánlani Krisnának. Minden étel osztható az anyagi természet három kötőereje (jóság, szenvedély és tudatlanság) alapján – mondja Krisna a *Bhagavad-gītā*-ban. A tejtermékek, a gabona, a cukor, a zöldségek, a gyümölcsök, a magvak mind a jóság minőségében vannak, s felajánlhatjuk őket Krisnának. Általános szabály, hogy a szenvedély és a tudatlanság minőségében lévő ételeket nem lehet felajánlani Krisnának, aki azt mondja a *Bhagavad-gītā*-ban (17.9), hogy az ilyen ételek fájdalmat, aggodalmat és betegségeket okoznak, bűzösek, rothadók és tisztátlanok. Könnyű megérteni, 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 Krisnának felajánlani. Gyűjthetünk vagy vásárolhatunk gyógynövényeket, s ezzel helyettesíthetjük a teát és a kávé.



Vásárlás közben tisztában kell lennünk azzal, hogy néha húst, halat, tojást találunk más élelmiszerekbe keverve, ezért figyelmesen tanulmányoznunk kell az összetételt, s megkérdezhethetjük az eladót vagy akár a gyártót is, ha valami kétségünk támad. Néhány joghurt- és tejföl-fajta például zselatint tartalmaz, amelyet leölt állatok szarvából, patájából, csontjaiból készítenek. Meg kell győződnünk továbbá arról is, hogy a vásárolt sajt nem tartalmaz-e állati oltót, mert az egy olyan enzim, melyet a borjú gyomrának szövetéből állítanak elő.

A legelőnyösebb, ha olyan ételeket eszünk, amelyet Krisna *bhaktái* készítettek. A természet finomfizikai törvényei alapján a szakács tudata

hatással van az ételre, nemcsak fizikai, de finomfizikai értelemben is, így az étel közvetíti ezt a finom- fizikai hatást a tudatunkra. Hogy egy példát is említsünk erre, egy festmény nem csupán ecsetvonások halmaza a vásznon, hanem kifejezi a festő elmeállapotát is, s a festményt néző személy ebben a

szellemi tartalomban is elmélyed. Hasonlóan, ha olyan ételt eszünk, amelyet olyan ember főzött, akinek nincs lelki tudata, akkor biztos, hogy

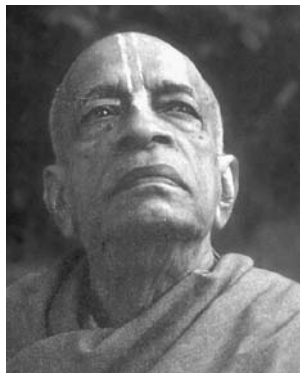


jókorá adag anyagi szennyeződésben részesevünk. Amennyire lehetséges, csak friss, természetes élelmiszereket használjunk!

Főzés közben a tisztaság a legfontosabb alapelv, hiszen „a tisztaság fél lelki élet”. Semmi tisztátlan dolog nem ajánlható fel Krisnának, ezért a konyhát nagyon tisztán kell tartanunk. Mindig alaposan mossunk kezet főzés előtt! Miközben főzünk, semmit se kóstoljunk meg! Ez része a meditációnak: nem egyszerűen magunknak főzünk, hanem Krisna örömére, s Neki kell először megkóstolnia és élveznie az ételt. Ha kipróbált, biztos recepteket követünk, biztos, hogy nem követünk el hibát. Amikor az étel kész, felajánlhatjuk Krisnának.

Jó, ha van egy olyan tálcánk és olyan kis tányérjaink, amelyeket csak arra használunk, hogy ételt ajánljunk fel benne Krisnának. A legjobb az, ha új, senki által nem használt tányérokot használunk. Amikor az étel kész, Krisna tányérjára teszünk egy szokásos adagot. A felajánlás legegyszerűbb formája, ha csak így imádkozunk: „Kedves Krisna, kérlek, fogadd el ezt az ételt!” Az igazi cél kimutatni szeretetünket és hálánkat az Úr iránt, maga az étel, amit felajánlunk, csak másodlagos. E nélkül az odaadó érzés nélkül a felaján-

lásunkat Krisna nem fogadja el. Isten teljes önmagában, Neki semmire nincs szüksége. A felajánlás számunkra egyszerűen azt jelenti, hogy kimutatjuk szeretetünket és hálánkat iránta. A felajánlást követően énekeljük néhány percig a Hare Krisna, Hare Krisna, Krisna Krisna, Hare Hare, Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare *mantrát*. Ezután a *prasādamot*, amely azt jelenti: Isten kegye, felszolgálhatjuk. Minden étel, amit készítettünk, most már *prasādam*, de az a *prasādam*, amelyik Krisna tárgyán van, a legkülönlegesebb, ezért ezt *mahā-prasādam* nevezik. Mindenkinek adnunk kell ebből egy keveset saját *prasādamja* mellett, hogy megízlelhessen a *mahā-prasādamot* is. Próbáljuk meg értékelni a *prasādam* lelki tulajdonságait, s emlékezzünk



arra, hogy megszabadít bennünket a *karma* hatásától. Mindenekfölött azonban élvezzük a *prasādamot*.

Ha még hitelesebbé akarjuk tenni a felajánlást, kövessük azt a folyamatot, amelyet a Hare Krisna mozgalom alapozott meg azok számára, akik otthonukban kívánják gyakorolni a Krisna-tudatot. Ehhez készítenünk kell egy oltárt, amely három képből, egy Śrī Krisnát, egy Śrī Caitanyát és egy Śrīla Prabhupādát, az



ISKCON alapító lelki tanítómesterét ábrázoló képből áll. A másik különbség a fentebb említett felajánlás és a hivatalosabb felajánlás között az elmondott imákban van, melyekkel az ételt felajánljuk. A hivatalosabb felajánlásban három szanszkrit imát kell elmondania az ajánlást végzőnek, miközben leborul az oltár előtt, ahová a felajánló tálat helyezte. Miután elmonduk az imákat, hagyjuk a tálat tíz-tizenöt percig az oltáron, hogy az Úr elfogyaszthassa az ételt. Ezalatt a *bhakták kīrtanát* (közös éneklést) mutathatnak be.

A három *mantra* a következő:

**nama om viṣṇu-pādāya kṛṣṇa-preṣṭhāya bhū-tale
śrīmate bhaktivedānta-svāmin itī nāmine
namas te sārāsvate deve gaura-vāṇi-pracāriṇe
nirviṣeṣa-śūnyavādi-pāścātya-deśa-tāriṇe**

„Tiszteletteljes hódolatomat ajánlom Ó Isteni Kegyelme A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupādának, aki nagyon kedves az Úr Krisnának, s az Ó lótuszvirág lábainál keresett menedéket. Tiszteletteljes hódolatomat ajánlom Neked, óh, lelki tanítómester, Sarasvatī Gosvāmī tanítványa! Az Úr Caitanyadeva üzenetét prédikálok, s felszabadítod a nyugati világ imperszonalizmussal és nihilista filozófiával telített országait.”

**namo mahā-vadānyāya kṛṣṇa-prema-pradāya te
kṛṣṇāya kṛṣṇa-caitanya-nāmne gaura-tviṣe namaḥ**

„Felajánlom tiszteletteljes hódolatomat a Legfelsőbb Úrnak, Śrī Krisna Caitanyának, aki minden más *avatā-ránál* nagylelkűbb, még Krisnánál is, mert ingyen adja nekünk azt, amit eddig még soha senki: a Krisna iránti tiszta szeretetet.”

**namo brahmaṇya-devāya go-brāhmaṇa-hitāya ca
jagad-dhitāya kṛṣṇāya govindāya namo namaḥ**

„Hadd ajánljam tiszteletteljes hódolatomat az Úr Krisnának, aki minden *brāhmaṇa* imádott Ura, aki a tehenek és a *brāhmaṇák* jóakarója, s aki örökké az egész világ javát akarja!”

• *Hogyan énekeljük
a Hare Kṛṣṇa mahā-mantrát?*

A Hare Kṛṣṇa *mahā-mantra* éneklésének nincsenek nehéz és szigorú szabályai. A *mantra* meditációban az a legcsodálatosabb, hogy az ember bármikor és bárhol végezheti: otthon, munkahelyen, autót vezetve, buszon vagy metrón utazva.

A *mahā-mantra* éneklésének két alapvető típusa van. A személyes meditációt, amikor a *japa*-lánc segítségével *mantrázunk*, *japának* nevezzük. Amikor másokkal együtt, felváltva énekeljük a *mahā-mantrát*, azt *kīrtanának* hívjuk. A *kīrtanát* általában hangszerekkel és tapssal

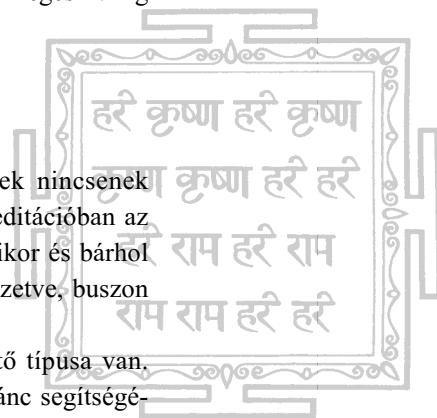


kísérik. A meditáció mindkét formája egyaránt ajánlott és áldásos.

A meditáció első típusának végzéséhez csak a felfűzött *japa*-golyókra, a *japa*-láncra van szükség. Ha *japa*-láncot akarunk készíteni, a következő egyszerű útmutatást kell követnünk:

- (1) Szerezzünk be 109 darab nagy (kb. 1–2 cm) átmérőjű fából készült gyöngyöt, melyekben lyuk van, hogy fel tudjuk fűzni őket. Szükség van egy 3–5 méter hosszú műanyag zsinagréra is.
- (2) Kössünk csomót a zsinagréra, kb. 15 centiméterre az egyik végétől, és fűzzük fel a gyöngyöket egyenként úgy, hogy közéjük egyszerű vagy kettős csomót kötünk, attól függően, milyen vastag a zsinagréra.
- (3) Ha 108 gyöngyöt felfűztünk, az utolsó gyöngyön fűzzük keresztül egy irányban a zsinagréra két végét.
- (4) Ezt az utolsó gyöngyöt Krisnagyöngynek nevezzük, s ha lehet, ez nagyobb legyen a többinél. Miután a zsinagréra két végét átfűztük ezen a gyöngyön, kössünk csomót. A maradék zsinagréra levágva elkészült a *japa*-láncunk.

Japa-láncon történő meditáláskor tartuk a Krisnagyöngy mellett



gyöngyöt jobb kezünk hüvelyk- és középső ujjá között, s mondjuk el a teljes *mahā-mantrát*: Hare Krisna, Hare Krisna, Krisna Krisna, Hare Hare, Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare. Folytaszuk ezt mind a száznyolc gyöngyön keresztül, a Krisna-gyöngy körül. Ezen a gyöngyön ne haladjunk át, és ne *japázzunk* ott, hanem az utolsó gyöngynél forduljunk vissza az ellenkező irányba, s így *japázzunk* tovább. A *japa*-láncon történő *mantrázás* különösen hasznos, mert lefoglalja a tapintóérzékét a meditáció folyamatában, s még jobban segít, hogy a *mantrára* koncentrálhassunk.

Aki számon akarja tartani, hány kört *japázt* (ha például fogadalmat tett bizonyos számú kör *japására*), az fűzzen egy kisebb gyöngyökből álló egyenes láncot, annyi gyönggyel, ahány kört *japázik* egy nap. A számoló gyöngyök fonalán nem kell csomókat kötnünk minden gyöngy között, csak a zsinag két végén, hogy a gyöngyök ne csússzanak le. Amint egy kört befejeztünk, húzzunk egy gyöngyöt a fonal végére.



*Japázn*i lehet otthon vagy az otthonunkon kívül bárhol. Olyan hangosan – vagy épp halkán – *japázzhatunk*, ahogy nekünk tetszik, de nagyon fontos, hogy a *mantrát* tisztán ejtsük ki, s elég hangosan ahhoz, hogy hallható legyen. Az elme hajlamos arra, hogy más dolgokra gondoljon *japás* közben, hiszen csapongó és ingatag, s mindig talál valamit, amire gondolni lehet. Próbáljunk meg mindig a Hare Kṛṣṇa *mahā-mantrára* koncentrálni, s arra, hogy a *mantra* minden szavát jól halljuk.

*Japázn*i bármilyen időpontban lehet, de a védikus írások megjegyzik, hogy a nap bizonyos órái kedvezőbbek a lelki cselekedetek végzésére. A kora reggeli órák a leghasznosabbak a lelki fejlődés érdekében. Sokan azt is nagyon hasznosnak tartják, ha mindennap ugyanabban az időpontban félrevonulnak egy meghatározott időre *japázn*i. A *japás*zt egy-két körrel ajánlatos kezdeni, majd fokozatosan emeljük addig a napi körök számát, míg el nem érjük a tizenhat kört. Ez az ajánlott mennyiség annak, aki komolyan szeretne *japázn*i, és Kṛṣṇa *bhaktája* akar lenni. A *japa* személyes, a *kīrtana* pedig együttes meditáció. A *kīrtanát* végezhetjük otthon családuknk, barátaink körében, mások otthonában vagy épp az erdőben. A *kīrtanát*

egy ember vezeti, egyedül énekelve a Hare Krisna *mahā-mantrát*, a többiek pedig válaszolnak, együtt énekelve a *mantrát* úgy, ahogyan a



vezető énekelte. Így újra és újra, folyamatosan ismételve a *mahā-mantrát*, a *kīrtana* egyre növekvő lelki boldogságot nyújt a résztvevők számára.



Kīrtana közben azon kívül, hogy figyelünk arra, amit mi magunk énekelünk, az is nagy áldás, hogy a többiek *mantrázását* hallgatjuk. A *mantrát* bármilyen dallammal lehet énekelni. Szép, ha hangszerekkel is kísérjük, de ez nem szükséges. *Kīrtanához* hagyományos indiai hangszereket használunk, *mṛdaṅgát* (dobot) és *karatālát* (kis cintányért). Ha ezeket nem tudjuk beszerezni, bármivel helyettesíthetjük, amit otthon találunk. Bármilyen dobozt

használhatunk dobként (ha dobhoz hasonló hangja van), s bármilyen fémtárgy helyettesítheti a *karatālát*. Más hangszerek – zongora, orgona, fuvola, gitár stb. – is használhatók, s a tapskíséret is nagyon szép lehet. A gyerekek is velünk énekelhetnek, s így ők is lehetőséget kapnak a lelki fejlődésre. Nagyon jó, ha naponta – vagy amilyen gyakran csak tudunk – összegyűlünk *kīrtanázni*.

A Hare Krisna éneklésekor egyre nagyobb és nagyobb ízt tapasztalhatunk. Ha teszünk egy próbát, és megpróbáljuk egyre csak azt ismételtetni, hogy „Pepsi-Cola”, még ha csupán néhány percig tesszük, akkor is gyakorlatilag elviselhetetlenné válik. Nincsen benne semmi



élvezet, s nem elégít ki bennünket. Krisna neve azonban transzcendentális, s amint valaki énekelni kezdi, mind többet és többet akar majd *mantrázni*.

- *A japázás tökéletesítése*

Bármilyen körülmények között énekelje az ember a *mahā-mantrát*, nagy lelki áldásban lesz része. Azok a nagy szentek és bölcsek azonban, akik hiteles források a *mantrázást* illetően, bizonyos gyakorlati dolgokat ajánlanak a *japázóknak*, amelyek erősítik a *japázást*, és gyorsabb eredményhez juttatják az embert.

Minél többet *japázik* valaki, annál inkább képes lesz arra, hogy az alább felsorolt elveket kövesse, mert amint valaki *mantrázik*, lelki erőre tesz szert, s kifejlődik benne egy magasabb rendű élvezet iránti íz. Ha valaki egyszer megízleli a *japázásból* származó lelki gyönyört, annak – feladva minden rossz szokást, amelyek addig akadályt okoztak – a lelki fejlődés sokkal könnyebb lesz.

(1) Azoknak, akik komolyan és őszintén akarnak fejlődni a lelki életben, ajánlatos követniük az alábbi szabályokat:



- tilos a hús, a hal, a tojás fogyasztása;
- tilos az alkoholfogyasztás és a kábítószeres használata (beleértve a koffeines kávét és teát, valamint a cigarettát is);
- tilos a szerencsejáték;
- tilos a házasságon kívüli szexuális élet (és házasságon belül is csak gyermeknemzés céljából engedélyezett).

Az említett négy szabályt követve az ember nagyon gyors fejlődést érhet el a lelki életben. Ha nem követjük ezeket a szabályokat, a fejlődés nagyon nehéz lesz, mert e szabályok nélkül az anyagi dolgokhoz való ragaszkodásunk csak növekszik. A Hare Krisna *mahā-mantra* azonban olyan erőteljes, hogy bárki, bármilyen körülmények között elkezdheti énekelni, s ez segíteni fogja abban, hogy fejlődést érhesen el.

(2) Rendszeresen olvasnunk kell a védikus írásokat, különösen a *Bhagavad-gītā*t és a *Śrīmad-Bhāgavatamot*. Ha valaki pusztán hall Krisnáról, csodálatos tetteiről és transzcendentális kedvteléseiről, szíve megtisztulhat az anyagi világgal való társulás okozta szennyeződésektől. Rendszeresen hallva Krisnáról és a lelki világról, ahol Krisna örök kedvteléseit élvezzi *bhaktáival*, az ember tökéletesen megértheti a lélek természetét, az igazi lelki cselekedeteket, valamint a teljes folyamatot, mellyel elérhetjük, hogy megszabadulunk az anyagi világ szennyező hatásától.

(3) Annak érdekében, hogy még teljesebb védelmet élvezhessünk az anyagi szennyeződésekkel szemben, csak olyan vegetáriánus ételt szabad fogyasztanunk, amely a Legfelsőbb Úrnak, Krisnának felajánlva már lelkivé vált. Ha valaki elpusztít egy élőlényt, akár növényt is, annak visszahatása van (*karma*). Ám Krisna azt mondja a *Bhagavad-gītā*ban, hogy ha valaki felajánl Neki bármilyen vegetáriánus ételt, Ő megsemmisíti az abból származó visszahatásokat (lásd az ételfelajánlásról szóló részt).

(4) Az embernek fel kell ajánlania munkája eredményét a Legfelsőbb Úrnak, Śrī Krisnának. Ha valaki saját elégedettségéért és élvezetéért dolgozik, el kell szenvednie a tetteiből származó visszahatásokat. De ha valaki Krisnáért dolgozik, az Ő elégedettségéért, akkor annak nincsen visszahatása. Az olyan munka, amelyet az Úr szolgálatában végzünk, nem csupán mentes a *karmától* (visszahatástól), hanem felébreszti Krisna iránti szunnyadó szeretetünket is. Az ember dolgozhat saját foglalkozásának megfelelően, de van néhány olyan munka, amely nem ajánlott. El kell kerülnünk azokat a munkákat, amelyekkel közvetve vagy közvetlenül megszegnénk a fentebb említett négy szabályt.

(5) Aki komolyan éneklő a Hare Krisna *mahā-mantrát*, annak a legjobb, ha hasonló gondolkodású emberek társaságát keresi. Ez nagy lelki erőt ad. Mindenhol megfigyelhetjük, hogy az ember átveszi azoknak a tulajdonságait, akikkel barátkozik. Ha valaki például orvos vagy ügyvéd szeretne lenni, orvosokkal és ügyvédekkel kell



kapcsolatot kialakítania. Nagyon figyelmesen kerüljük el azoknak a társaságát, akik akadályozzák a lelki életet (például akik materialisták, vagy nem érdeklődnek a lelki dolgok iránt). Azoknak a társasága azonban, akik a *mahā-mantra* éneklésével és a négy szabály követésével igyekeznek fejlődést elérni a lelki életben, a legjobb és leghasznosabb társulás annak érdekében, hogy gyorsan haladhassunk a haza, Istenhez vezető úton.



VIII. SZANSZKRIT SZÓJEGYZÉK

- *A Krisna-hívők által gyakran használt szanszkrit szavak és nevek jelentése*

ācārya – lelki tanítómester, aki példamutatással tanít.

ahiṁsā – az erőszakmentesség védikus alapelve.

Arjuna – az öt Pāṇdava fivér egyike. Az ő harci szekerét hajtotta Krisna a kuruksetrai csata idején, s neki mondta el a *Bhagavad-gītā*.

āśrama – az emberi élettartamnak a lelki fejlődés szerinti négyes felosztása a Védák alapján, amely arra szolgál, hogy a lelki tökéletesség szintjére emelje az embert. Az ember a *brahmacarya* (tanuló) rendtől fejlődik a *gṛhastha* (házas) és *vānaprastha* (visszavonult) rendeken keresztül a *saṁnyāsāig*, a világi életről való lemondásig.

avatāra – „aki alászáll”; a Legfelsőbb Úr vagy képviselője megjelenése a Földön.

Bhagavad-gītā – a védikus hagyomány legfőbb szentírása, amely az Úr Krisna *bhaktájához*, Arjunához intézett tanításait tartalmazza.

Bhagavān – a Legfelsőbb Úr, aki minden fenség (szépség, gazdagság, erő, hírnév, tudás és lemondás) birtokosa.

bhajana – szó szerint: imádat. Krisna neveinek éneklése oly módon, hogy a hívek leülnek, és az előénekes énekére válaszolnak.

bhakta – a Legfelsőbb Úr híve.

bhakti-yoga – a Legfelsőbb Úrnak végzett odaadó szolgálat gyakorlata.

Bhaktisiddhānta Sarasvatī (1874–1936) – Ő Isteni Kegyelme A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda lelki tanítómestere, Bhaktivinoda Ṭhākura fia.

Bhaktivedānta – cím, melynek jelentése: „aki megvalósította, hogy minden tudás végső célja a Legfelsőbb Úr szolgálata”.

Bhaktivinoda Thākura (1838–1915) – a *vaiṣṇava* tanítványi láncolat kiemelkedő lelki tanítómestere, Śrīla Bhaktisiddhānta Sarasvatī édesapja.

Brahmā – az univerzum első teremtménye; ő teremti az életformák, bolygók, életfeltételek sokaságát, a Legfelsőbb Úr felügyelete alatt.

brahmajyoti – a Legfelsőbb Úr testének kisugárzása.

Brahman – a Legfelsőbb Úr személytelen, mindent átható kiterjedése.

Caitanya Mahāprabhu – Krisnának azon megjelenése, amikor saját *bhaktájának* tünteti fel magát. Azért szállt alá, hogy az Úr szent neve közös éneklésének folyamatán keresztül az istenszeretetet tanítsa.

dharma – vallás, az élőlény örök kötelessége.

dhóti – a Krisna-hívő férfiak által viselt nadrágszerű ruhadarab, melyet megfelelő módon hajtogatva vesznek fel.

Jagannātha Puri – a kelet-indiai Orissza tartomány tengerpartján fekvő város, az Úr Jagannātha („a világmindenség ura”) *mūrtijának* és templomának szent városa.

jīva (vagy *ātmā*) – az egyéni élőlény, aki a Legfelsőbb Úr parányi, örök része.

Goloka – a legfelsőbb bolygó a lelki világban.

gopik – az Úr Krisna tehénpásztorlány barátnői, akik a leginkább meghódolt és legbensőségesebb *bhakták*.

Gaurāṅga – Caitanya Mahāprabhu egyik neve.

Gosvāmik – az a hat *vaiṣṇava* lelki tanítómester, akik az Úr Caitanya Mahāprabhu követői voltak, és tanításait rendszerbe közreadták. Név szerint: Jīva Gosvāmī, Gopāla Bhaṭṭa Gosvāmī, Ragunātha Bhaṭṭa Gosvāmī, Ragunātha Dāsa Gosvāmī, Rūpa Gosvāmī, Sanātana Gosvāmī.

Govinda – az Istenség Legfelsőbb Személyiségének egyik neve, melynek jelentése: „Aki örömet ad a földnek, a teheneknek és az érzékeknek”.

guru – lelki tanítómester, aki kizárólag a szentírások szerint beszél és cselekszik.

gurukula – a védikus oktatás iskolája.

Hari – az Istenség Legfelsőbb Személyiségének neve, melynek jelentése: „Aki minden akadályt elhárít a lelki fejlődés útjából”.

harināma – „Hari neve”, Krisna neveinek együttes éneklése utcai felvonulás formájában.

japa – Krisna nevének ismétlése a 108 golyóból álló *japa*-lánc segítségével, melyet a *japa*-zsákbak tartanak.

jñānī – aki a spekulatív tudás művelése által próbálja meg elérni a Legfelsőbb Abszolútót.

Kali-yuga – a jelenlegi védikus történeti kor (a negyedik és utolsó a négy korszak körforgásában), amelyet csökkenő lelki tudás, és ennek következtében az emberi civilizáció hanyatlása jellemez.

kāma – anyagi vágy; kéjvágy.

karma – cselekedet az anyagi világban, amely miatt mindig valamilyen jó vagy rossz visszahatásba bonyolódik az ember.

karmī – olyan ember, aki anyagi cselekedetei eredményét próbálja élvezni.

kīrtana – a Legfelsőbb Úr énekes vagy prózai dicsőítése. Lásd még: *samkīrtana*.

Krisna – az Istenség Legfelsőbb Személyisége eredeti kétkarú formájában, minden más formájának és inkarnációjának az eredete.

kaṅṭhi-mālā – a Krisna-hívők nyakláncja, mely védelmet biztosít viselőjének.

kurta – egyszerű szabású ing.

Mahābhārata – Vyāsadevának az ősi Indiáról írt epikus története, amelybe belefoglalta a *Bhagavad-gītā*t.

mahā-mantra – „Hare Krisna, Hare Krisna, Krisna Krisna, Hare Hare, Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare” – a nagy *mantra*, amely magában foglalja minden más *mantra* lényegét. Jelentése: Ó, Uram, ó, Uram energiája, kérlek, fogadjatok szolgálatotokba!

Māyā – az anyagi energia, az Úr illúziókeltő energiája, melynek hatása alatt az élőlény elfelejti eredeti, lelki természetét.

māyāvāda – monista filozófia, amely szerint nincs különbség Isten és az élőlények között.

mantra – szótag, szó vagy vers, amely különleges lelki energiával rendelkezik, és amelyet ismételve vagy amelyen medítva felébredhet lelki tudásunk.

mātāji – a Krisna-hívő nők megszólítása, jelentése: „tisztelőreméltó anya”.

mṛdanga – az Úr zenés dicsőítéséhez használt agyagdob.

mukti – felszabadulás az ismétlődő születés és halál körforgása alól.

mūrti – az Istenség Személyiségének imádott formája.

Navadvīpa – város Nyugat-Bengál Nadiyā tartományában; az Úr Caitanya Mahāprabhu szülőhelye.

Nityānanda Prabhu – az Úr inkarnációja, aki Śrī Caitanya Mahāprabhu legfőbb társaként jelent meg.

Ōmkāra – a szent „*om*” szótag, amellyel sok védikus *mantra* kezdődik, s amely a Legfelsőbb Urat képviseli.

Pāṇḍavák – Yudhiṣṭhira, Bhīma, Arjuna, Nakula és Sahadeva: az öt harcos fivér, akik az Úr Krisna bensőséges barátai voltak. A kurukṣetrai csatában harcoltak azért, hogy Dhṛtarāṣṭra fiaitól visszanyerjék jogtalanul elvett királyságukat.

Paramātmā – a Legfelsőbb Úrnak az a formája, aki az élőlény szívében lakik, és kíséri őt, miközben az anyagi világban egyik testből a másikba vándorol.

Parikṣit Mahārāja – nagy védikus király és az Úr *bhaktája*, aki Śukadeva Gosvāmītól hallotta a *Śrīmad-Bhāgavatamot*, és így érte el a tökéletességet.

prabhu – mester, a Krisna-hívő férfiak ezzel a megszólítással illetik egymást.

Prahlāda Mahārāja – az Úr nagy *bhaktája*, akit az Úr megvédett démonikus apja kínzásaitól.

prasāda – az Úrnak felajánlott szentelt étel.

prema – Isten iránti szeretet, amely mentes minden önző indítástól.

purāṇák – történeteket is tartalmazó történelmi írások, melyek elbeszélések segítségével magyarázzák meg a védikus tanításokat. Tizennyolc fő *purāṇa* létezik.

Rādhā (Rādhārāṇī) – az Úr Krisna legbensőségebb, örök társa, aki a lelki gyönyörenergia személyisége.

rajas – a szenvedély kötőereje, amelyet anyagi törekvés és érzékkielégítésre való vágy jellemez.

Rāma – az Istenség Legfelsőbb Személyiségének egyik neve, jelentése: „minden gyönyör forrása”.

Rāmacandra – az Úr inkarnációja, aki azt mutatta be, hogyan él s cselekszik egy tökéletes király.

rasa – a Legfelsőbb Úrral való személyes kapcsolat sajátos íze.

Ratha-yātrā – az Úr Jagannātha évenként megrendezett fesztiválja, amelyen egy díszes felvonulás keretében óriási szekereken viszik a *mūrtikat*.

śāstra – hiteles szentírás.

śikhā – a Krisna-hívő férfiak fején hátul meghagyott hajtincs neve.

Śiva – félisten, aki a tudatlanság anyagi minőségét és az anyagi kozmosz végső megsemmisülését tartja irányítása alatt.

śraddhā – hit, amely ahhoz szükséges, hogy alázatosan hallgassuk a tudás megfelelő forrásait.

Śrīmad-Bhāgavatam (Bhāgavata Purāṇa) – Vyāsadeva „szepülöten *purāṇāja*”, amely kizárólag a Legfelsőbb Úr odaadó szolgálatával foglalkozik.

Śukadeva Gosvāmī – az a szent, aki elmondta a *Śrīmad-Bhāgavatamot* Parīkṣit királynak, éppen annak halálát megelőzően.

sac-cid-ānanda – a tökéletes lelki létezés jellemzői, azaz öröklét (*sat*), végtelen tudás (*cit*) és teljes boldogság (*ānanda*).

saṅkīrtana – Isten neveinek közös éneklése.

szári – az indiai és a nyugati Krisna-tudatú nők által viselt hosszú, színes ruhaanyag, mely a fejet is befedi.

svāmī – az, aki lelki ereje által az érzéki urává vált.

tamas – a tudatlanság anyagi kötőereje, melyet tudatlanság, letargia és örültség jellemez.

tapasya – lemondás, anyagi kényelmetlenségek vállalása a lelki megvalósítás érdekében.

tīlaka – szent agyaggal a testre felfestett jel. A Krisna-hívők homlokán látható két függőleges csík és az ornyergén lévő levélforma neve.

Vaikuṅṭha – az örök lelki világ, amely túl van az anyagi kozmoszon.

vaiṣṇava – Krisna, vagyis az Istenség Legfelsőbb Személyisége bármely formájának hívője.

varṇák – a védikus társadalom foglalkozás szerinti felosztása: *brāhmaṇák* (papok, tanárok, értelmiségiek), *kṣatriyák* (uralkodók, hadügyekkel foglalkozó emberek, tisztségviselők), *vaiśyák* (földművesek, kereskedők), *śūdrák* (dolgozók, kézművesek).

varṇāśrama-dharma – a védikus társadalom négy foglalkozási (*varṇa*) és négy lelki (*āśrama*) rend szerinti felosztása, amely elősegíti a társadalmi és gazdasági jólétet, valamint a lelki fejlődést a társadalom minden tagja számára.

Védák – a négy eredeti szentírás – a *Ṛg*-, a *Yajur*-, a *Sāma*- és az *Atharva-veda* –, melyek tágabb értelemben az upanišadokat is magukban foglalják.

védikus irodalom – a négy *Veda*, az *upanišadok*, a *Vedānta-sūtra*, a *purāṇák*, a *Mahābhārata*, egyéb történetek és kiegészítések, valamint a védikus végkövetkeztetéssel összhangban álló munkák.

Viṣṇu – az Istenség Legfelsőbb Személyiségének neve az anyagi univerzumok megteremtője és fenntartója.

Vyāsadeva – a *Vedák* és a *purāṇák* eredeti összeállítója, a *Vedānta-sūtra* és a *Mahābhārata* írója.

Vṛndāvana – az Úr Krisna legbensőségesebb és legkedvesebb lakhelye, ahol *bhaktáival* szeretetteljes kedvteléseinek hódol.

yoga – a lelki megvalósítás különböző folyamatai, amelyek mind a Legfelsőbb Úr elérésére szolgálnak.

yogī – az, aki valamelyik jóga-folyamatot gyakorolja.

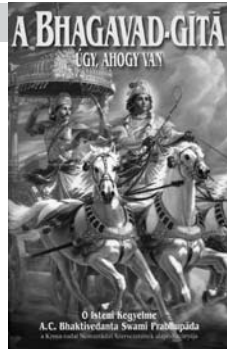


A WWW.LAL.HU KÖNYVAJÁNLATA

Ő isteni kegyelme A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda magyar nyelven megjelent műveiből

Bhagavad-gītā

Korszakokon keresztül a világ legnagyobb elméi fordultak a *Bhagavad-gītā*hoz, hogy választ találjanak benne az élet örök érvényű kérdéseire. A *Gītā*, melyet India lelki bölcsessége ékességének tartanak, az ember alapvető természetét, környezetét s végül Istennel való kapcsolatát érintő mélységes védikus tudománynak a foglalata. A *Bhagavad-gītā* úgy, ahogy van több mint ötvenmillió példányban, a világ több mint negyven nyelvén jelent már meg, s ezzel a *Gītā* legszélesebb körben olvasott kiadásává nőtt. A magyar kiadás tartalmazza az eredeti szanszkrit szöveget, annak latin betűs átírását, a szavak magyar megfelelőit, a versek fordítását, valamint a hozzájuk fűzött magyarázatokat.



Śrīmad-Bhāgavatam

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



Krisna, az Istenség Legfelsőbb Személyisége (1-2 kötet)

Ötezer évvel ezelőtt Krisna alászállt a lelki világból, hogy bemutassa örök, transzcendentális kedvteléseit. Ezeket a kedvteléseket írja le ez a könyv, amely Śrīla Vyāsadeva *Śrīmad-Bhāgavatamja* Tizedik Énekének összefoglaló tanulmánya.



www.lal.hu

**Keresse fel a
www.lal.hu
online katalógust,
ahol termékeink
széles skálájával
várjuk Önt!**

- Könyvek
- Extra minőségű füstölők
- Fűszerek
- Ruházati cikkek
- Kosmetikumok
- Poszterek, képeslapok
- Zenei CD-k

Termékeink megrendelhetők interneten keresztül,
illetve az alábbi elérhetőségeken:
8699 Somogyvámos, Fő u. 38. Tel.: (30) 228-4400,
e-mail: lal@pamho.net, web: www.lal.hu

Csak 30 kilométerre a Balatontól

Krisna-völgy

Indiai Kulturális Központ és Biofarm

*Egyszerű életmód –
emelkedett gondolkodás*

30 000 vendég évente

Krisna-völgy látványosságai

• indiai szentély: szertartások naponta
12.40 és 16.00-kor • dísztavak • védikus
tehenészet • ajándékbolt • vegetáriánus étterem

Programajánlat csoportoknak

• Krisna-völgy bemutatása idegenvezetéssel
• tradicionális zenei bemutató • első indiai
tánc lépés • több fogásos indiai ebéd

Krisna-völgyi Búcsú

minden év júliusának utolsó hétféjéjén
(péntek-szombat-vasárnap)

Nyitva tartás: mindennap 10.00–17.00
Csoportszervező: (30) 641-2309
Vendégház: (30) 631-0063

Krisna-völgy,
Indiai Kulturális Központ és Biofarm
8699 Somogyvámos, Fő u. 38.
info@krisnavolgy.hu
Tel./Fax: (85) 540-002

www.krisnavolgy.hu
www.krisnamosolya.hu

Gyere el hozzánk

- *egy napra*
- *egy hétre*
- *vagy egy életre!*

• Megtanulhatod az önmegvalósítás folyamatát a védikus irodalom szentírásaiból.

• Megismerkedhetsz a biogazdálkodással, valamint egy egészséges és környezettudatos életmóddal.

• Különleges élményben lesz részed a meditációs gyakorlatokon, a Hare Krisna mantra közös éneklésén, és az indiai vegetáriánus lakomákon.

• Betekinthetsz egy együttműködő faluközösség életébe, amelyben az emberi értékek, a kölcsönös odafigyelés központi szerepet kapnak.

Ha szeretnéd megtapasztalni mindezeket, jelentkezz egy intenzív tanfolyamra Krisna-völgybe, és hívd a (30) 530-6369-es telefonszámot!

Krisna-völgy több napos kurzusokat kínál azok számára, akik érdeklődnek a tisztá életmód, a hagyományos mesterségek iránt.

Részletes felvilágosítás,
információ:

Tel.: (30) 665-1-665

E-mail: kurzusok@gmail.hu





KÖZPONTJAINK

A Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közösségének főbb központjai, melyek mindig nyitva állnak az érdeklődők előtt:

Krisna-völgy, Indiai Kulturális Központ és Biofarm

8699 Somogyvámos, Fő u. 38.

(85) 540-002, Csoportszervező: (30) 641-2309

info@krisnavolgy.hu; www.krisnavolgy.hu

Krisna-völgy egész évben szeretettel várja az egyéni és csoportos látogatókat.

Budapesti Hare Krisna Templom és Kulturális Központ

1039 Budapest, Lehel u. 15-17.

Tel: (1) 391-0435

budapest@pamho.net; www.haribol.hu

Nyilvános vendéglátó programok minden vasárnap 15 órától.

Meditációs zene, előadás indiai bölcsességről, vegetáriánus lakoma.

Eger 3300 Széchenyi u. 64.

(36) 410-515, (36) 313-761

eger@pamho.net; www.lepnikell.hu

Nyilvános programok: minden vasárnap 15 órától.

Pécs 7624 Damjanich u. 22.

(72) 515-991; pecc@pamho.net; www.krisnaudvar.com

Nyilvános programok: minden vasárnap 16 órától.

Kecskemét 6000 Felsőcsalános u. 116.

(76) 480-920, (30) 530-6374; kecskemett@pamho.net

Nyilvános programok: minden szombaton 16 órától.

Debrecen 4029 Magyar u. 2.

(30) 986-4273; debrecen@pamho.net

Nyilvános programok: minden vasárnap 15 órától.

Szeged 6721 Csongrádi sgt. 8/a. Tükörterem

(76) 480-920, (30) 530-6373; szeged@pamho.net

Nyilvános programok: minden vasárnap 15 órától.

Társadalmi Kapcsolatok és Sajtóiroda

Postacím: 1301 Budapest Pf. 46.

Tel: 212-6270, 212-2862

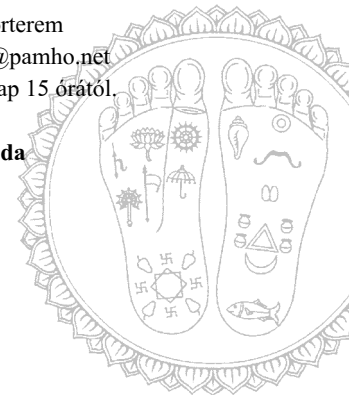
Fax: 201-0000

E-mail: iroda@krisna.hu

Honlapjaink:

www.krisna.hu; www.ffl.hu

www.kutatokozpont.hu; www.mantra.hu





LEGYEN 1% -KAL JOBB A VILÁG

WWW.KRISNA.HU



TECHNIKAI SZÁMUNK: **0389**

MAGYARORSZÁGI KRISNA-TUDATÚ
HÍVÓK KÖZÖSSÉGE

BHAKTIVEDANTA
HITTUDOMÁNYI FŐISKOLA
18183241-1-42

VÉDIKUS KULTÚRÁÉRT ALAPÍTVÁNY
(KRISNA-VÖLGY FEJLESZTÉSÉRE)
18018318-1-14

ÉTEL AZ ÉLETÉRT
KÖZHASZNÚ ALAPÍTVÁNY
18095575-1-41