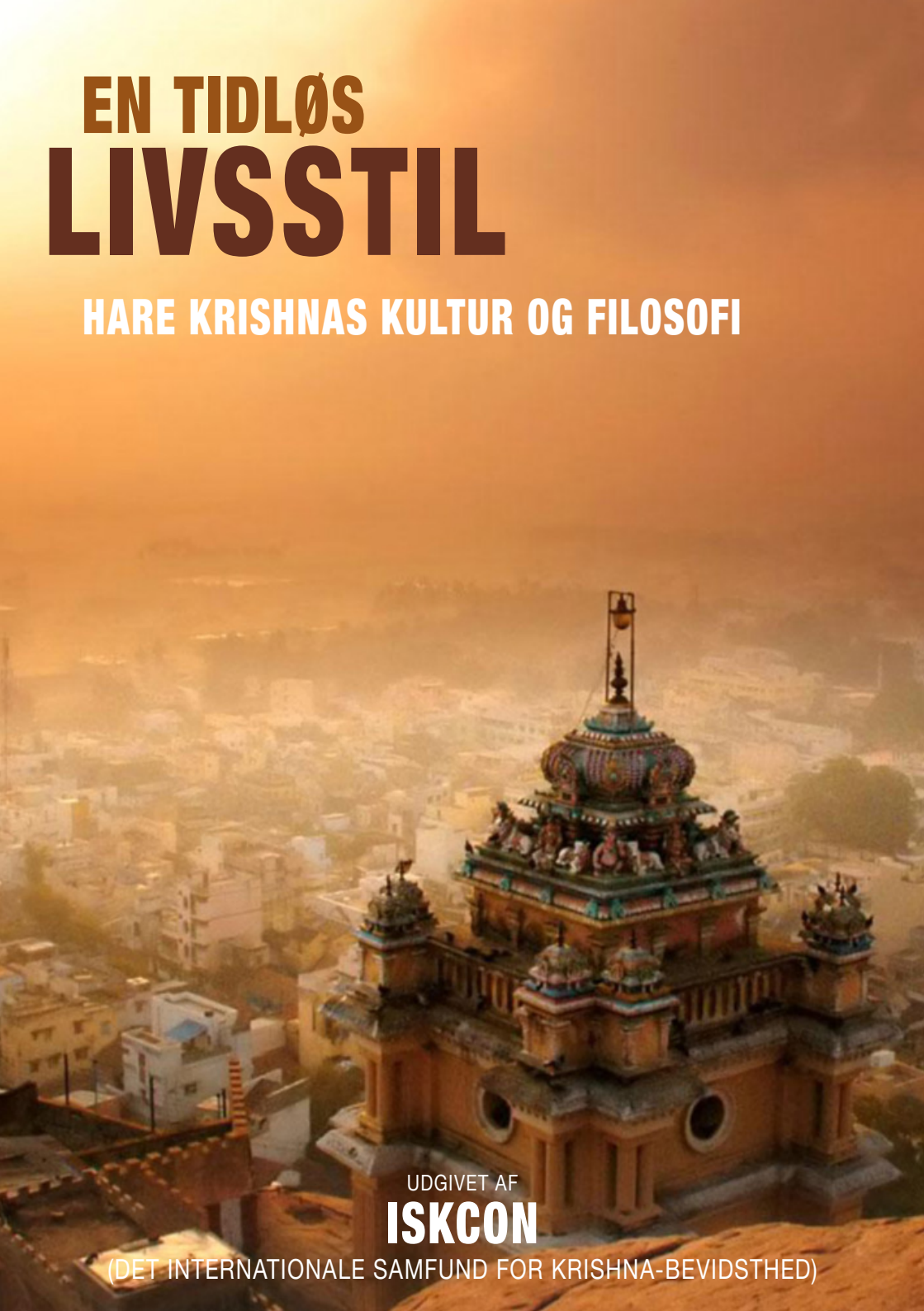
EN TIDLØS LIVSSTIL

HARE KRISHNAS KULTUR OG FILOSOFI



UDGIVET AF
ISKCON
(DET INTERNATIONALE SAMFUND FOR KRISHNA-BEVIDSTHED)

Udgivet af Nyt fra Hare Krishna, medlemsblad for ISKCON i Danmark.
Grundlægger-acarya A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada.
© Copyright 2015, alle rettigheder forbeholdes.

Alle artikler forfattet af:
Lalitanatha Dasa/Leif Asmark Jensen
Dandaniti Devi Dasi/Dorte Skou Jensen
Layout: Ananta Sri Dasa/Anders Grønlund
Adresse: Holsteinsborgvej 20, 1th, 2720 Vanløse, Tlf.: 59271930, lalitanatha@krishna.dk

INDHOLD

2 Indholds-fortegnelse
3 ISCKON
9 Srila Prabhupada
11 ISKCON i dag
12 Krishnabevidst livsstil
16 Hare Krishna-mantraet
18 Betydningen af HK-mantraet
20 Hare Krishna i Danmark
21 Prabhupadas bøger

Det Internationale Samfund for Krishna-bevidsthed

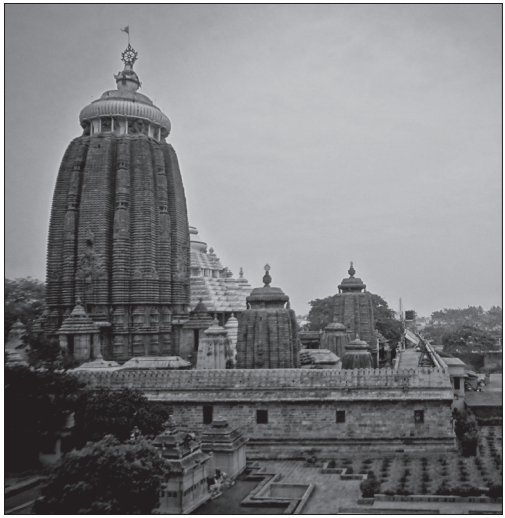
ISKCON

ISKCON, Det Internationale Samfund for Krishna-bevidsthed, der populært er kendt som Hare Krishna, er en gren af den vediske religion, der for mange tusinde år siden blomstrede som en storslået åndelig kultur i Syd- og Sydøstasien. Det, der nu kendes som bl.a. Indien, Pakistan, Iran, Indonesien og Thailand, såvel som områder i Mellemøsten var vediske samfund i Oldtiden. Navnet vedisk kan føres tilbage til Vedaerne, en omfattende samling skrifter på sanskrit (oldindisk), som var selve fundamentet for den vediske kultur. Dette samfund blev regeret af religiøse konger, som igen blev rådgivet af dygtige vismænd, der blev kaldt *brahmanaer*.

Den vediske kultur eksisterede i titusindvis af år og begyndte først at smuldre som organiseret samfund i Middelalderen under påvirkning af udefrakommende militærmagter. Det var specielt mogulerne, islamiske krigere, der indledte denne ære af fremmed dominans, og det var også på denne tid, at ordet *hindu* opstod. *Hindu* stammer fra floden *Sindhu* eller Indus, som mogulerne udtalte som *Hindhu,* fordi lyden 's' er vanskelig at udtale på persisk. *Hindu* refererede til dem, der boede øst for Indus-floden, og var selvsagt ikke noget særligt præcist navn for den vediske kultur og religion.

Senere overtog englænderne i deres jagt på kolonier, råstoffer og billig arbejdskraft kontrollen med Indien og resterne af det vediske samfund. Nogle vediske konger fortsatte med at regere selv under englænderne, men de sidste faldt, da Indien blev selvstændigt og et demokrati indført efter vestligt forbillede.

Trods det lever den vediske kultur i bedste velgående, og den vediske religion – hinduismen – er ikke blot verdens ældste, men også den tredjestørste religion i verden.



Vedaernes oprindelse og lære

Selv om Vedaerne er skrevet med blæk og bogstaver som andre bøger, stammer de ifølge sig selv fra ikke denne jord, ja ikke engang fra denne verden. Vedaerne hævder, at der findes en anden verden – den åndelige verden – og Vedaerne er viden derfra. I modsætning til denne midlertidige materielle verden er den åndelige verden en evig verden og egentlig den virkelige verden, som den materielle verden, vi lever i, er en skygge af.

Vedaerne kommer ifølge denne opfattelse fra Gud selv og indeholder al viden, der er nødvendig for at kunne forstå livets formål og gøre sig fri af denne midlertidige verdens gentagne fødsel og død. Alle sjæle i den materielle verden er fanget i et reinkarnationskredsløb, hvor de somme tider lever som mennesker, somme tider som planter og dyr og somme tider som højerestående væsener, halvguder. De er fanget i et net af *karma*. *Karma* betyder 'arbejde' eller 'handling', og de levende væsener lider eller nyder under reaktionerne på deres tidligere handlinger, imens de samtidigt

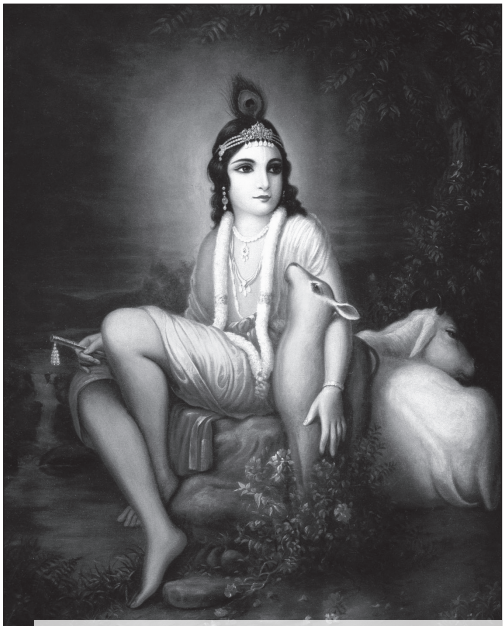
(i hvert fald som mennesker) skaber fremtidige *karma*-reaktioner med deres nuværende handlinger.

Selvet, det bevidste jeg, er altså ikke materielt, men opholder sig kun inde i den materielle krop. I modsætning til kroppen, som fødes, bliver gammel, syg og dør, er selvet eller sjælen ikke underkastet døden, men er evigt. Fødslen er ikke begyndelsen på sjælens eksistens, for sjælen har altid eksisteret, og døden er ikke afslutningen på sjælen, men overgangen til en ny tilværelse, for sjælen fortsætter til alle tider med at være til. Den materielle krop er livløs, imens selve bevidstheden er åndelig og blot opholder sig i materien. Derfor ser man, at så snart sjælen forlader kroppen, falder kroppen død om. Dette gælder for alt liv, mennesker såvel som planter og dyr.

Hvordan man kan forstå, at dette virkeligt er tilfældet, forklares i *Bhagavad-gita. Bhagavad-gita* er Vedaernes mest kendte bog og indeholder en samtale imellem Krishna og Hans gode ven Arjuna. Her forklarer Krishna (*Bg.* 2.13), at man kan forstå, at sjælen er evig, fordi kroppen ændrer sig hele tiden, imens den bevidste jeg inde i kroppen forbliver den samme fra barndom til ungdom til alderdom. Selv om jeg f.eks. er 70 år gammel, føler jeg mig stadig som den samme mig. Kroppen har ændret sig fuldstændigt, og biologisk set er alt stoffet i den blevet udskiftet mange gange i løbet af mit liv, men jeg er uforandret den samme mig. Krishna siger, at dette er beviset på, at det bevidste jeg ikke har noget med kroppen at gøre og lever videre efter døden. Krishna fortsætter med at sige, at de, der har forstået dette, er uanfægtede og lader sig ikke påvirke af de midlertidige ting, der kommer og går i denne verden.

Guds eksistens

Hvad er forklaringen på denne verden, hvem er sjælene i virkeligheden, og hvorfor er de her? Hvad er oprindelsen til alting? Hvor kommer universet fra? Ifølge Vedaerne kommer alting fra en person. Fordi vi alle er evige,



Sri Krishna, Guddommens Højeste Personlighed

bevidste personer, kan man slutte, at kilden til alting er en bevidst person. Hvorfor? Fordi kilden til alting må indeholde alle kvaliteter, man ser i alting, for hvor skulle disse kvaliteter ellers komme fra? Hvis man f.eks. undersøger et glas havvand, finder man, at det indeholder salt, og med det samme slutter man, at hele havet også indeholder salt, for hvordan skulle vandprøven ellers kunne indeholde salt? Vi er som små dråber af den oprindelige kilde til alting, og da vi er uforanderlige, evige, bevidste personer, må den oprindelige kilde til alting også være det.

Dette argument er det ene af Vedaernes to vigtige argumenter for Guds eksistens. Det andet argument påpeger den utrolige grad af orden og kompleksitet, som man finder i denne verden. Da orden umuligt kan opstå ved tilfældighed, er det også tegn på en intelligent, bevidst person bag denne orden. Et hus er en velordnet struktur af mursten og andre byggematerialer, og når vi ser huset, ved vi med det samme, at det er blevet bygget af en eller anden, for huse kan ikke blive til på andre måder. Den grad af orden, man finder

i naturen, f.eks. i de levende organismers organer og celler, overgår langt den orden, som mennesker er i stand til at lave. Derfor må der være en endnu større intelligens bag verden og bag livet end den intelligens, vi mennesker har erfaring med.

Med disse to enkle argumenter afviser Vedaerne alle materialistiske ideer om, at denne verden er alt, som er, og at verdens materielle elementer er deres egen årsag og selv har givet ophav til deres egen komplekse orden og liv.

Ifølge Vedaerne er Gud den oprindelige årsag til alting inklusive tid, rum, stof og alle levende væsener, men selv har Han ingen årsag. Gud er ikke skabt af nogen anden, og der er ingen usynlig kraft eller noget andet bag Ham. Han er evig og årsagsløs, og alting kommer fra Ham. Gud er en person, Han har form og skikkelse som andre personer, men Hans form begrænser Ham ikke, som vores form gør det. Tværtimod er det selve Hans form, der er kilden til alt andet.

Vedaerne har mange navne for Gud. Det mest almindelige er Krishna, der betyder 'den alttiltrækkende', hvormed menes, at Krishna er så smuk, magtfuld, klog, berømt, fortryllende osv., at alle tiltrækkes af Ham, uanset om man er klar over det eller ej. Han er en fuldt bevidst person, ligesom vi levende væsener også er det. Forskellen imellem Ham og os er, at Han er uendeligt stor, imens vi er meget små. Gud er som en evig sol, imens vi er som små evige solstråler. Han er Herren, og vi beherskes af Ham.

Hvem er vi?

Ifølge Vedaerne er sjælens virkelige identitet at være Krishnas tjener. Sjælene i den åndelige verden er fuldt bevidste om deres identitet som Krishnas tjener og er af deres egen frie vilje engageret i et ekstatisk tjenende kærlighedsforhold til Ham. Sjælene i denne materielle verden forsøger derimod at glemme deres tjenerforhold til Krishna og være herskere over denne verden. Men så snart en sjæl i den materielle verden genoptager sit tjenerforhold til Krishna og udvikler sin naturlige kærlighed til Ham, bryder sjælen ud af denne verdens fangenskab og genoptager sin position i den åndelige verden.

Mange gyser ved ordet tjener, og med det samme dukker der billeder op i vores sind af slaver og grusomme herrer eller underbetalte arbejdere og griske kapitalister. Men at tjene andre uselvisk er i virkeligheden den mest naturlige ting for os alle og det, som giver os den dybeste tilfredsstillelse. Ethvert forhold til andre er et tjenerforhold. A tjener sin ven B, og B tjener sin ven A, for deres venskab er, at de kan lide at gøre ting for at glæde hinanden uden at få noget til gengæld. Børn tjener deres forældre, og forældre tjener deres børn. Husets herre arbejder hårdt som en tjener for at skaffe det daglige brød til sin familie, og hans arbejdsgiver tjener sin egen familie, der også tjener ham. Vi vælger vores politiske ledere, fordi vi tror, at netop de vil kunne tjene landets tarv bedst, og lederne er dem, der arbejder hårdest og tjener alle. At tjene og leve for andre er så naturligt for os, at hvis man er så uheldig at være helt alene i verden og ikke har nogen at tjene, får man sig en hund eller en kat, som man tager sig af. Man taler om hundens herre, men kunne lige så godt kalde ham for hundens tjener. Ved at tjene sin hund mærker herren tilfredsstillelse og kærlighed til sin hund.

Virkelighed kærlighed, som alle længes efter, er at tjene en anden for at glæde vedkommende uden ønske om at få noget til sig selv. Kan man forestille sig noget andet? "*Jeg elsker dig*," siger manden til sin kone. "*Det var dejligt*," svarer hun, "*Gider du tømme skraldespanden for mig*?" "*Nej*," svarer han, "*Jeg har ikke lyst til at gøre noget for dig, men jeg elsker dig*." Dette er selvsagt absurd, for mere end noget andet betyder kærlighed, at man ønsker at tjene eller gøre noget for en anden for at glæde vedkommende.

Kærlighed er sjælens virkelige natur, hvilket er det samme som at sige, at uselvisk tjeneste er vores virkelige natur. Men i denne verden

kan vores ønske om kærlighed og at leve for andre ikke tilfredsstilles til fulde. Andre mennesker er lige så ufuldkomne og besmittede af egoisme, som vi selv er det, og ikke i stand til fuldt ud at gengælde vores tjeneste. I stedet for at tjene hinanden udnytter og misbruger vi snarere hinanden, og selv hvis vi har meget ideelle og harmoniske forhold til vores venner, ægtefæller, familie eller børn, brydes forholdene altid, om ikke af andet, så af døden. Fordi vi alt for ofte er blevet skuffede og udnyttede i vores kærlighedsforhold, er vi blevet bange for selve begrebet tjener og tjeneste, selv om vi i virkeligheden ikke kan leve et øjeblik uden at tjene.

Heldigvis er forholdet imellem Krishna og hver eneste sjæl ikke som forhold i denne verden, men er et evigt og dybt kærligheds- og venskabsforhold, der giver både Krishna og sjælen den største glæde og tilfredsstillelse. Krishna er i stand til virkeligt at gengælde vores kærlighed, og da både Han og sjælen er evige, brydes forholdet imellem os heller aldrig.

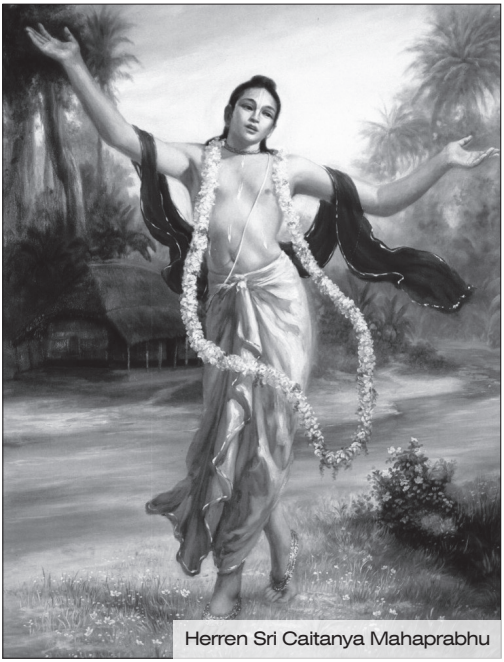
Hvorfor har vi brudt vores oprindelige forhold til Krishna, hvis det er det eneste, der kan tilfredsstille os? Svaret er, at virkelig kærlighed indebærer frihed. Ingen kan tvinge os til kærlighed, købe os til kærlighed eller narre os til kærlighed. Ingen kan sætte en pistol for min pande og sige: ”Nu skal du kunne lide mig.” Kærlighed betyder frivillighed eller frihed, og dette gælder specielt i forholdet imellem sjælen og Krishna. Af kærlighed tjener sjælene i den åndelige verden frivilligt Krishna. Det betyder også, at de kan vælge ikke at gøre det. Nogle sjæle i den åndelige verden – et forsvindende mindretal – vælger ikke at tjene Krishna, men ønsker selv at være i centrum og være herre over og nyder af egen og andres tjeneste. For disse sjæle skaber Krishna en anden verden, en slags illusion, hvor det virker, som om Han ikke findes, eller som om Han er meget langt væk. Her har sjælene chancen for at prøve at leve for sig selv og tjene deres egen tilfredsstillelse, og de har chancen for at erfare, at dette er helt imod deres virkelige natur og aldrig vil give dem nogen virkelig tilfredsstillelse. Sjælene i denne verden vil uundgåeligt erfare, at alle aktiviteter ender i skuffelse og frustration, for sjælene handler imod deres virkelige natur. Ikke nok med det. Alt i den materielle verden inklusive vores egne kroppe er midlertidigt og lidelsesfyldt, og derfor er sjælen i denne verden underlagt en konstant frygt, som den uden held forsøger at flygte fra på forskellige måder.

Krishna ønsker naturligvis ikke, at sjælene skal være i denne lidelsesfyldte verden. Det er deres eget ønske, og Krishna forsøger hele tiden at hjælpe dem ud af den materielle verden. I lavere livsformer som dyr og planter lader Han sjælene leve deres eget liv, men i menneskeformen giver Han dem en højere bevidsthed for at give dem mulighed for at forstå den virkelige situation og løsning. Hvis sjælene ikke benytter sig af chancen i den menneskelige livsform, men lever et poleret dyreliv og kun arbejder hårdt for at kunne æde, sove og parre sig, glider de igen tilbage i de lavere livsformer i mange liv, indtil de igen får en ny mulighed som mennesker.

Krishna har givet Vedaerne (såvel som andre religiøse skrifter i andre religioner) for at hjælpe mennesker til åndelig erkendelse. Han sender også forskellige repræsentanter for at give åndelig viden til verdens mennesker, og Han kommer selv med jævne mellemrum for at tiltrække os tilbage til Ham. Vedaerne fortæller om en lang række inkarnationer af Gud i denne verden. Således kom Han for 5000 år siden i egen skikkelse som Krishna og var på jorden i 125 år. Når Han eller Hans repræsentanter kommer, giver de åndelig viden på en måde og i et omfang, som netop passer til den tids mennesker.

Herren Caitanya

Denne tid, vi lever i, kalder Vedaerne for Kali-yuga. Vedaerne taler om fire store tidsaldre eller *yuga'er*. Kali-yuga er den mest materialistiske og irreligiøse af alle tidsaldre. Selv om


Herren Sri Caitanya Mahaprabhu

det moderne menneske er meget stolt over sine materielle fremskridt med skyskrabere, biler og computere, er dette ifølge Vedaerne en tilbagestående tilstand for mennesket. Menneskelivets formål er åndelig erkendelse og åndelig udvikling, men i Kali-yuga er mennesker i stedet optaget af et forsøg på at forbedre deres midlertidige materielle situation uden hensyn til deres åndelige identitet. Ydermere er de fleste mennesker i Kali-yuga på grund af deres levestil i virkeligheden ikke særligt intelligente (på trods af mange års skolegang og uddannelser), de er rastløse, forvirrede, ufredelige, stridbare, vildledte og altid forstyrrede over et eller andet. Kali-yuga er den dårligste tid for mennesket og dets åndelige udvikling.

Derfor inkarnerede Krishna Sig for 500 år siden som den bengalske helgen Sri Caitanya Mahaprabhu (1486-1534) og gav en særlig nem vej til åndelig fuldkommenhed. Han udbredte en bevægelse over hele Indien, hvor millioner af mennesker opgav alle andre former for åndelig praksis og sang og dansede sammen til Krishnas navn. Nok er mange ting for svære for Kali-yugas mennesker, men synge og danse kan alle finde ud af. Ifølge Caitanya var dette helt perfekt, for sjælenes natur i den åndelige verden er sang og dans. ”*Syng, dans og vær glade sammen med andre mennesker, men gør det med Krishna i centrum og nå på den måde livets højeste fuldkommenhed, kærlighed til Krishna*,” var Caitanyas budskab.

Gaudiya-traditionen

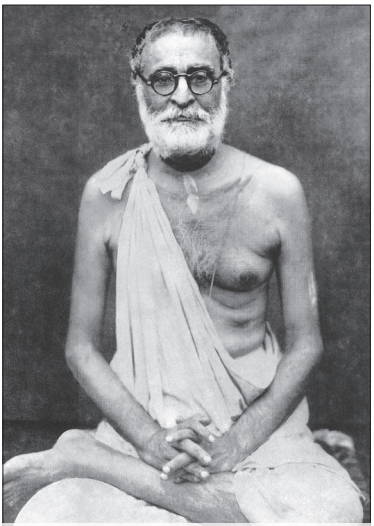
Centralt i vedisk religion er discipelrækken (der også kaldes *sampradaya* eller *parampara*). Transcendental viden [*transcendental* – det, der ligger udenfor det, der kan opfattes med sanserne] skal komme fra Gud igennem en ubrudt kæde af åndelige mestre, hvis den skal overleveres korrekt. Transcendental viden kan ikke fås igennem eksperimentel forskning efter sandheden. Den Absolutte Sandhed ligger uden for menneskers rækkevidde, og viden om den kan kun fås som ’nedadstigende viden’. Med andre ord skal transcendental viden gives fra oven af – fra nogle, der allerede har den – og for at denne viden kan bevare sin gyldighed, skal den overleveres uforandret generation efter generation. Dette opnås ved at kombinere Vedaerne med en kæde af selvrealiserede åndelige mestre, der ikke blot har tillært sig Vedaernes viden, men også eksemplificerer denne viden i praksis.

Indien har flere sådanne discipelrækker, der kan spores tusinder og millioner af år tilbage i tiden. Den discipelrække, som Sri Caitanya Mahaprabhu var indviet i, var Brahma-*sampradaya’en*, der startede med universets først skabte væsen, Brahma, som Krishna instruerede i transcendental viden. Sri Caitanya Mahaprabhu, der som nævnt ovenfor lancerede sang af Krishnas navn som en selvrealiseringsmetode i 1500-tallet over hele Indien, var den mest betydningsfulde mester i denne kæde. Et andet navn for Bengalen er Gauda. Da Sri Caitanya Mahaprabhu var fra Bengalen, kaldes discipelrækken efter Ham for *Gaudiya*-traditionen. *Gaudiya*-traditionen er én af flere monoteistiske retninger inden for den

vediske tradition. Vediske monoteister kaldes generelt for *vaisnava'er*, fordi de tilbeder Visnu, et af de almindeligste navne på den ene Højeste Herre. Caitanyas tilhængere kaldes også for *Gaudiya-vaisnavaer*, og de er stadig ret almindelige mange steder i Indien, specielt i Bengalen, Bangladesh, Orissa, Manipur og områder i det nordlige centrale Indien omkring Delhi.

Srila Bhaktivinoda Thakura

Caitanya Mahaprabhu skrev ingen bøger selv. Han efterlod kun otte vers, der beskriver Hans lære og filosofi i en nøddeskal. Til gengæld skrev hans efterfølgere så flittigt, at *Gaudiya*-traditionen er en af de rigeste litterære traditioner. Både filosofien og teologien behandles indgående i disse bøger såvel som mange af de historiske hændelser og skikkelser, som traditionen fostrede. Også musikalsk og digterisk er det en meget rig tradition.

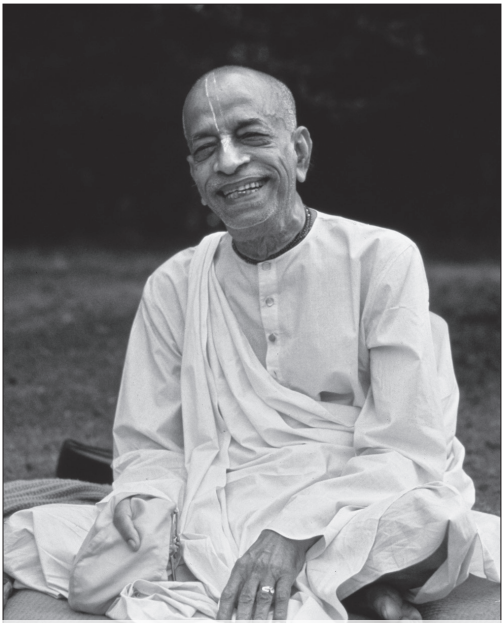

Srila Bhaktisiddhanta Sarasvati Thakura

I flere hundrede år levede *Gaudiya-vaisnavaerne* uden nogen fast struktur, men i slutningen af 1800-tallet så Bhaktivinoda Thakura (1838-1914) nødvendigheden af at organisere traditionen. Bhaktivinoda Thakura var en indflydelsesrig distriktsdommer i den tids engelske administration. Om dagen passede han sine verdslige pligter og sin familie på 14 børn, og om natten skrev han Krishna-bevidste bøger, essays og sange. Mere end 100 bøger blev det til. Bhaktivinoda Thakuras indflydelse var kolossal, og han organiserede et stort netværk af *Gaudiya-vaisnavaer* over hele Bengalen. Han ønskede også brændende at give kendskab til traditionen uden for Indien og forudså, at en dag ville hengivne af Krishna og Caitanya fra hele verden mødes i Bengalen og synge Hare Krishna sammen.

En af Bhaktivinoda Thakuras sønner, Bhaktisiddhanta Sarasvati (1874-1937), tog sin fars mission op og startede organisationen *Gaudiya-Math*. I modsætning til sin far var han *sannyasi*¸ en munk i forsagelsens livsorden, og imens hans far havde organiseret et omfattende netværk primært af familier, opbyggede han en organisation, hvis rygrad var *sannyasier* som ham selv. Han grundlagde 64 templer over hele Indien, udgav talrige bøger og tidsskrifter og udøvede en betragtelig indflydelse på åndslivet i 20'ernes og 30'ernes Indien. Han opfordrede mange af sine disciple til at tage til Vesten, for han så udbredelsen af Krishna-bevidst filosofi som den virkelige løsning i en krisebefængt verden. "*Der er kun ét problem i hele verden – mangel på Krishna-bevidsthed*," sagde han tit. Alle andre problemer er blot og bar symptomer på det egentlige, dybereliggende problem – manglen på Gudsbevidsthed. Flere af hans disciple fulgte også hans ordre, men uden meget held – i hvert fald på hans tid. Først 30 år efter hans bortgang lykkedes det en af hans disciple at få et fodfæste i den vestlige verden. Historien om denne discipel, A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada, er til gengæld en af de største åndelige succeshistorier (hvis man kan tale om noget sådant) i nyere tid.

SRILA PRABHUPADA

Grundlægger-acarya af ISKCON, det Internationale Samfund for Krishna-bevidsthed

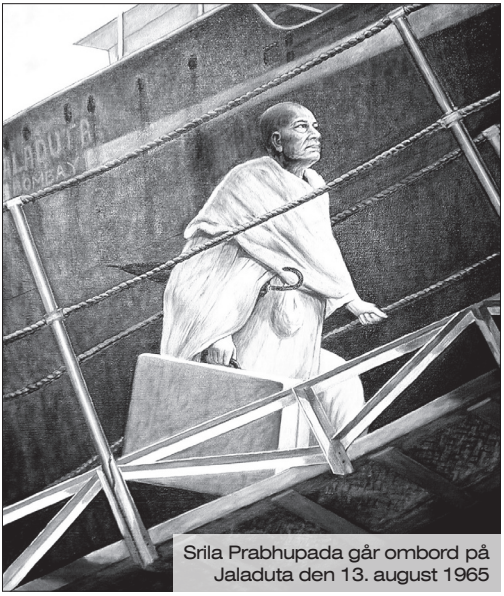


Hans Guddommelige Nåde A.C. Bhaktividanta Swami

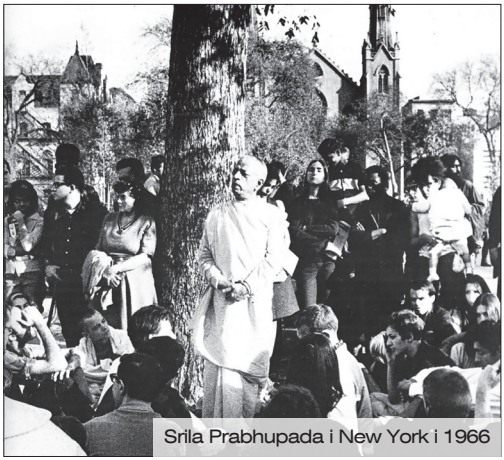
A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada fødtes som Abhay Caran De i 1896 i Calcutta. Han mødte sin åndelige mester Bhaktisiddhanta Sarasvati i 1922 og blev indviet af ham i *Gaudiya-vaisnava*-traditionen i 1933. Allerede ved deres første møde i 1922 bad Bhaktisiddhanta Sarasvati den unge Abhay udbrede kendskabet til Caitanyas lære i den engelsktalende verden.

På den tid var Abhay nygift med kone og lille barn og kunne ikke se, hvordan han kunne hjælpe sin åndelige mester i hans mission. Han glemte den dog aldrig, og han forsøgte på sin egen måde med de midler, han rådede over. Han startede et magasin på engelsk, *Back to Godhead,* i 1944, arbejdede på en kommenteret engelsk oversættelse af *Bhagavad-gita* og tænkte ofte over, om han ikke på et tidspunkt i livet skulle være i stand til at opfylde sin åndelige mesters ønske.

I begyndelsen af 1950'erne valgte Srila Prabhupada at gå videre fra familielivet til forsagelsens livsorden, *sannyasa.* I vedisk kultur er dette ikke ualmindeligt. En familiefar overlader ansvaret for familien til en voksen søn for at kunne bruge resten af sit liv på åndelige aktiviteter, i sidste ende som en god forberedelse til døden og den næste tilværelse. Srila Prabhupada benyttede sig af denne mulighed til at frigøre sig fra alle andre forpligtelser end dem, han havde over for sin åndelige mester. Fra da af havde han kun ét mål i livet. Han arbejdede målbevidst på at komme til Vesten. Som forberedelse skrev han tre bøger til at have med sig, en kommenteret oversættelse på engelsk af den første af *Srimad-Bhagavatams* tolv bøger [*Srimad-Bhagavatam* er et andet centralt vedisk værk]. Det lykkedes ham at overtale en skibsreder til at give ham en fribillet til *Jaladuta,* et fragtskib, der sejlede i



Srila Prabhupada går ombord på Jaladuta den 13. august 1965


Srila Prabhupada i New York i 1966

rutefart imellem Indien og Amerika, og den 13. august 1965 gik han om bord på skibet som eneste passager. Hans ejendele udgjorde en kuffert, en paraply, en sæk tørrede gryn, syv dollars i indisk valuta og nogle kasser med hans egne bøger.

Da *Jaladuta* lagde til i New Yorks havn 37 dage senere, gik han fra borde uden at vide, om han skulle gå til højre eller venstre. Han ankom til USA næsten 70 år gammel uden penge, venner eller tilhængere, godt helbred eller nogen klar ide om, hvad han nu skulle gøre. Hans eneste styrke var en urokkelig tro på, at Krishna havde en plan, og han bad til, at Han ville bruge ham i den plan, hvis Han ønskede det.

De første to måneder i USA boede han hos en familie, som han indirekte kendte svagt fra Indien. Derefter rejste han alene til New York, og her begyndte han at holde foredrag i et lejet butikslokale og synge Hare Krishna med mellemrum i en park, hvor flere unge mennesker begyndte at interessere sig for den eksotiske *swami.*

I august 1966 grundlagde han Det Internationale Samfund for Krishna-bevidsthed (forkortet som ISKCON) uden dog at have en eneste fast tilhænger. Hans første disciple kom først nogle måneder senere. Med tålmodighed og vedholdenhed lykkedes det ham at få startet et lille tempel i New York, og et halvt år senere startede han nummer to i San Francisco. Gradvist blev flere tilhængere tiltrukket til hans ligefremme, men dybtgående forklaringer af den vediske filosofi, hans personlige renhed og uselviskhed og den interessante åndelige kultur og levestil, han stod for. Pludselig fængede hans bevægelse som en løbeild, og på få år gik ISKCON fra at være ingenting til at have tusinder af medlemmer og templer verden over. Hare Krishna blev et dagligdagsbegreb.

Da Srila Prabhupada tolv år senere døde i Vrindavana, Indien, var den Krishna-bevidste lære blevet udbredt til de fleste større byer, og hans internationale samfund bestod af tusinder af disciple og tilhængere. Han havde etableret 108 templer på seks kontinenter og rejst Jorden rundt tolv gange for personligt at uddanne sit voksende samfunds medlemmer.

Som om dette ikke var nok for en mand i hans alder, havde han også skrevet og oversat 51 bøger om den vediske filosofi og fået dem udgivet på 28 sprog. Han havde givet tusinder af foredrag, skrevet tusindvis af breve og mødtes personligt med tusinder af tilhængere og beundrere såvel som kritikere og modstandere. Han havde vundet agtelse i lærde kredse som sin tids ypperligste repræsentant for den vediske tradition, og hans bøger var blevet standardlæsning på mange universiteter.

Frimærke udgivet af Indien i anledning af Srila Prabhupadas 100-års dag i 1996

Srila Prabhupada døde den 14. november 1977. I det samfund, han grundlagde, mærkes hans tilstedeværelse dog lige så stærkt som i tiden før hans bortgang, og hans lære og instruktioner er blevet fastsat for altid som den urokkelige norm i ISKCON, det Internationale Samfund for Krishna-bevidsthed.

ISKCON i dag

ISKCON's vartegn i fremtiden, verdens største tempel, opføres i disse år i Sridhama Mayapur, ISKCON's verdenshovedkvarter i Vestbengalen

Siden Srila Prabhupadas tid er ISCKON fortsat med at vokse og omfatter i dag over 1000 templer, landbrugssamfund og skoler såvel som omkring ti millioner tilhængere på verdensplan. Hare Krishna-hengivne er nu aktive i næsten hvert eneste land i verden, og ISKCON er mangedoblet i størrelse siden hans tid.

ISKCON har gennemgået en del forandringer i de snart 30 år siden Prabhupadas bortgang. I 1977 boede langt de fleste Hare Krishna-hengivne i templer, og man levede kollektivt under en fælles ledelse. Selv om mange hengivne stadig bor i templer eller tempellignende samfund rundt omkring i verden, har ISKCON siden da gennemgået en stor strukturforandring. Mindst 98% af de mange millioner hengivne og tilhængere af Hare Krishna verden over lever nu i traditionelle familier. Imens de fleste nyinteresserede på Prabhupadas tid blev opfordret til at bo kollektivt med andre hengivne i et tempel, bliver de fleste i dag en del af et socialt netværk af hengivne, der sideløbende med et 'normalt' liv praktiserer Krishna-bevidsthed og mødes med andre hengivne både privat og til større arrangementer i et tempel.

Siden de fleste hengivne i dag ikke bor i tempelsamfund, har andre ting til en vis grad overtaget den rolle, som templerne udfyldte. Den vigtigste af disse er såkaldte *nama-hatta*-grupper, der består af højst en halv snes hengivne, der mødes jævnligt til Krishna-bevidst samvær med sang, studier og fællesspisning. I sådanne grupper opbygger man stærke og varige venskaber til andre hengivne, støtter hinanden og hjælper nye folk til også at praktisere Krishna-bevidsthed.

Vigtigt for mange hengivne er også de store templer i Indien, f.eks. Mayapur i Vestbengalen. Her har ISKCON opført en Krishna-bevidst by med et par tusinde faste beboere og titusindvis af hengivne, der gæster stedet i kortere eller længere tid. Et af Srila Prabhupadas mest ambitiøse projekter var at opføre en åndelig by til 50.000 mennesker i Mayapur. Her ønskede han, at der skulle bygges et af jordens største templer til åndelig inspiration for hele verden. Dette storslåede tempel har været på planlægningsstadiet i mange år. Nu er det under opførelse og skal efter planen stå færdigt omkring 2020. Mayapur skal efter Srila Prabhupadas plan også være et eksempel for andre lignende byer verden over med en enkel levestil uden svær industri, men kun lokalt håndværk og landbrug og et tempel som åndeligt og intellektuelt center. Allerede nu valfarter tusinder af hengivne fra hele verden til Mayapur for at få ny kraft til deres åndelige liv.

ISKCON's traditionelle tempelliv, som Srila Prabhupada introducerede det, er dog på ingen måde forsvundet, og de, der har frihed og lyst til at flytte ind i et tempelsamfund, har stadig mulighed for det. I et sådant tempel lever man et reguleret liv, står op klokken fire om morgenen til de åndelige programmer, studerer vedisk filosofi, laver praktisk tempeltjeneste sammen med andre hengivne osv. Et sådant liv er en ideel mulighed specielt for dem, der ikke har de store familiemæssige forpligtelser og kan indgå i en tæt sameksistens med andre for at få den lærerige erfaring, som det er at praktisere hengiven tjeneste til Krishna sammen med andre hengivne.

Krishna-bevidst livsstil i praksis

Hengivne danser sammen i kirtana

Mange mener, at ens livsstil og ens religion ikke behøver at have noget med hinanden at gøre. Men det er ikke den vediske opfattelse. Derfor følger Hare Krishna-hengivne en levestil, der i hvert fald her i Danmark går ret meget på tværs af det omgivende materielle samfund. Det gør de helt bevidst, for de forstår, at den måde, man lever på, har en afgørende indflydelse på ens mentalitet, bevidsthed og åndelige udvikling. De dybereliggende værdier i den levestil, man følger, gør man i sidste ende til en del af sig selv, og ønsker man at udvikle åndelige værdier, må man følge en åndelig levestil.

Srila Prabhupada gav en lang forskrifter for, hvordan man bedst lever for at blive en god hengiven af Krishna, og han indførte denne levestil i sine templer. Hans motto var 'enkelt liv, høj tænkning'. Menneskets fortrin er dets højere intelligens og ikke evnen til at æde, sove og formere sig bedre end dyrene. Den materielle side af tilværelsen kan man selvfølgelig ikke fuldstændigt tilsidesætte, men den bør holdes på et naturligt leje. Alle har brug for mad, tøj på kroppen, et sted at bo osv. Man må sandsynligvis også arbejde på en eller anden måde og skaffe sig penge for at kunne få disse ting. Men disse materielle behov har en grænse, og det giver ingen mening at overdrive dem og bruge al sin tid på at stræbe efter materiel rigdom til sig selv. Ingen er endnu blevet lykkelig af materiel rigdom og nydelse. Hvad værre er, kan man ikke tage materiel rigdom med sig, når man dør. Det anbefales, at man i stedet bliver åndelig rig, for åndelig rigdom kan man tage med sig videre til næste tilværelse. Derfor sagde Srila Prabhupada 'enkelt liv, høj tænkning'.

En aspirerende hengiven skal kultivere fredfyldthed, selvbeherskelse, tolerance, renlighed, ærlighed, viden, visdom og religion. Udvikler man derimod kvaliteter som ustyrlige begær, grådighed, vrede, galskab, dovenskab, misundelse osv., ødelægger man sit åndelige liv. For at udvikle de rigtige kvaliteter gav Srila Prabhupada en række principper, man bør overholde. Han indførte disse principper som reglerne for livet i hans templer. Selv om de fleste Hare Krishna-hengivne i dag ikke bor i templer, er det alligevel det enkleste at se på tempellivet for at forstå Krishna-bevidst liv i praksis, for det er under alle omstændigheder det bedste eksempel på den levestil, Hare

Krishna-hengivne forsøger at følge og leve op til.

Det første princip, man følger som hengiven, er at stå tidligt op hver dag. ”Morgenstund har guld i mund.” Når man først har vænnet sig til at stå tidligt op, bliver man forbavset over, hvor meget dette alene hjælper ens bevidsthed og gør en i naturligt godt humør.

En ung brahmacari i det københavnske tempel

Dagen i et tempel begynder med *mangala-arati*, den første tempelceremoni, hvor man mødes og synger Hare Krishna sammen klokken 4:30 om morgenen. Før det skal man have været oppe for at have taget bad og iført sig rent tøj. Fysisk renlighed og åndeligt liv er tæt forbundne, og derfor starter de hengivne dagen med et bad og rent tøj. Det er også af renlighedsårsager, at hengivne mænd er glatragede (bortset fra en traditionel hårpisk, der kaldes en *sikha*).

Hvad slags tøj, man har på, spiller en rolle. Ud over at holde én varm har tøj andre funktioner, for alt efter, hvordan man klæder sig, påvirker man sin egen bevidsthed og sender forskellige signaler til andre mennesker. I dagens materielle samfund bruges tøj ofte til at fremhæve en persons fysiske træk. Kvinder klæder sig for at fremhæve deres kvindelige former og tiltrække mænd, og mændene klæder sig også for at tiltrække kvinder. Dette er alt sammen med til at forøge ens materielle identitet. Hengivne derimod klæder sig, så deres materielle identificering mindskes og deres åndelige bevidsthed forøges. Derfor klæder kvinder sig i *sari'er*, den traditionelle vediske kvindedragt, og mænd klæder i sig *dhoti'er* og *kurta'er*. Gifte mænd er klædt i hvidt, imens ugifte mænd er i safranfarvet tøj. For kvinder er der ingen specielle farver.

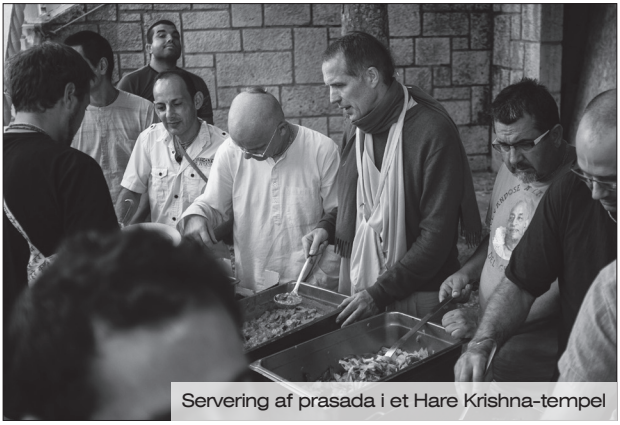
Efter badet smykker man sig også med *tilaka*-mærker. *Tilaka* laves af en blanding af vand og lyst ler fra Ganges-floden og påføres kroppen 12 steder. Det mest synlige sted ligger på næseroden. Disse mærker tilkendegiver, at kroppen er Krishnas tempel.

Efter *mangala-arati* reciterer alle Hare Krishna-*mantraet* i et par timer. Srila Prabhupada foreskrev 16 ’runder’ (Se artiklen om Hare Krishna-mantraet på side 17) af Hare Krishna-mantraet hver dag for alle hengivne i et Hare Krishna-tempel, og det bedste tidspunkt at praktisere denne

mantra-meditation på er så tidligt på dagen som muligt.

Klokken 7:15 foregår det næste punkt i dagens program. De hengivne mødes igen i selve tempelrummet for at synge Hare Krishna og sammen lytter de til et foredrag over Krishna-bevidst filosofi.

Ved 9-tiden bliver der serveret morgenmad. Al mad i et tempel er vegetarisk, men ikke kun det. Før maden bliver serveret ud, og før nogen anden har smagt på den, bliver den ofret til Krishna. Ofret mad kaldes *prasada*, der betyder nåde. Srila Prabhupada sagde, at et af de vigtigste principper for en hengiven er kun at spise *prasada*. Ideen er, at Krishna er den, der skal nyde af alles aktiviteter, imens alle andre er Hans tjenere. En tjener laver mad til sin herre, og når herren har spist, spiser tjeneren den mad, der er til overs. Kun at spise *prasada*, der er lavet på denne måde, gør en meget bevidst om ens tjenerforhold til Krishna. Det er også en stor hjælp til at blive herre over ens sanser. Hvor mange kender ikke til f.eks. igen og igen at spise det, man ved, man slet ikke burde spise, eller spise meget mere, end man kan tåle. Det forbløffende ved at overholde princippet om kun at spise *prasada* er, at man pludselig kan styre sin tunge og kun spise det, man vil (dette skal næsten opleves, før man tror det).


Servering af prasada i et Hare Krishna-tempel

Efter morgen-*prasada* går dagens praktiske aktiviteter i gang. Da alt er tjeneste til Krishna, kalder man det ikke arbejde, men praktisk hengiven tjeneste. Dette fortsætter til hen under aften, hvor de hengivne igen mødes i templet til mere sang af Hare Krishna og studie og undervisning i vedisk filosofi fra f.eks. *Bhagavad-gita*. På denne måde både starter og slutter dagen med åndelige aktiviteter.

De regulerende principper

Alle hengivne i et Hare Krishna-tempel skal følge fire regulerende principper. Det ene er aldrig at spise nogen form for kød, fisk eller æg. En af de vigtigste kvaliteter, en åndelig praktikant forsøger at udvikle, er medfølelse og barmhjertighed, og dette kan man ikke udvikle, hvis man på samme tid er voldelig imod andre levende væsener (kød-

spisning indebærer uundgåeligt vold imod andre, når man slagter dem).

Det andet regulerende princip er ingen indtagelse af nogen form for rusmidler inklusive ikke blot narkotiske stoffer, alkohol og tobak, men også kaffe og te, der indeholder stimulerende koffein. Åndeligt liv kræver intelligens. Vi er allerede berusede og omtumlede nok bare ved at være i denne verden, og at gøre det værre igennem rusmidler fremmer ikke vores åndelige liv.

Til fest hos Hare Krishna

Det tredje princip er intet utilladt sexliv. Med utilladt menes her enhver form for sex uden for ægteskab, og inden for ægteskab er sex kun tilladt for at få børn. Med andre ord praktiserer hengivne cølibat, medmindre de ønsker børn, for sex og formering hænger naturligt sammen. Ingen steder i naturen ser man de to ting blive skilt ad. Kun mennesker forsøger kunstigt at skille dem, men Vedaerne fraråder dette. Dels har et såkaldt 'frit sexliv' (som i virkeligheden intet har at gøre med frihed, men tværtimod er at være slave af sanserne) mange samfundsmæssige slagsider som uønskede børn og ødelagte familier, og dels er det meget dårligt for ens åndelige bevidsthed. I virkeligheden er vi hverken mænd eller kvinder. At tro, at man er sin krop, uanset om det er en mandekrop eller kvindekrop, er kernen i den materielle illusion, og mere end noget andet forstærker sex denne illusion.

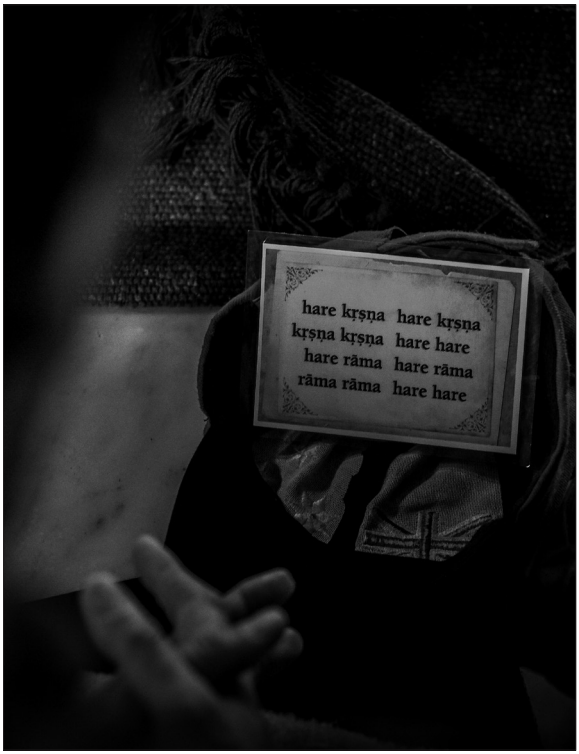
Som det fjerde regulerende princip afholder Hare Krishna-hengivne sig fra alle former for hasardspil. Dette omfatter pengespekulation, pengesatsning og tilmed lotto. Hasardspil ophidser sindet unødvendigt og undergraver et menneskes ærlighed. Spil og snyd følges ad.

Festivaler og højtider

Et vigtigt element i et normalt Hare Krishna-liv er mange fester og højtider året igennem. De vigtigste er Krishnas fødselsdag, der hedder Janmastami og falder hvert år i august eller september, og Sri Caitanya Mahaprabhus fødselsdag, der ligger i marts eller somme tider april (den vediske kalender er en månekalender, og derfor svinger dagene fra år til år). Andre højtider er Ramanavami, Nrsimha-caturdasi, Diwali m.fl. På fremkomst- og bortgangsdage for store åndelige mestre er der også en højtidelighed, og to gange om måneden på ellevtedagen efter nymåne og efter fuldmåne overholder de hengivne *ekadasi*, en særlig dag, hvor man faster fra korn og bønner og bruger mere tid på åndelige aktiviteter.

Hengivne forsøger i det hele taget at gøre livet til en fest. Åndeligt liv er naturligvis en alvorlig ting, men på den anden side er både sjælen og Krishna fulde af lykke og glæde hvert øjeblik. I den åndelige verden er hvert skridt en dans og hvert ord en sang, og åndelig udvikling handler et langt stykke ad vejen om at genoplive sjælens naturlige lykkefølelse. Derfor spiller festivaler og højtider også en stor rolle i hengivnes åndelige liv.

Hare Krishna-mantraet



ISKCON, det Internationale Samfund for Krishna-bevidsthed, er mest kendt under navnet Hare Krishna. Hare Krishna kommer fra *maha-mantraet* (Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare, Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare), som de hengivne både synger offentligt på gader og torve og bruger som *mantra* i deres daglige meditation. I virkeligheden er alting i Hare Krishna bygget op omkring *maha-mantraet*, der ledsager alle andre aktiviteter inklusive alle tempelritualer, festivaler og selv praktiske gøremål.

Hare Krishna-*mantra'et* består af tre ord – Hare, Krishna og Rama – der systematisk er sat sammen til Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare, Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare. Krishna og Rama er navne på den Højeste Herre, imens Hare er den Højeste Herres åndelige energi. Hare Krishna-*mantraet* er reelt en bøn til Herrens åndelige energi, Hara, om at måtte blive engageret i Krishnas hengivne tjeneste. "O Krishna, O Rama, O Krishnas energi, engager mig i Din tjeneste."

Vedaerne anbefaler specielt Hare Krishna-*mantraet* til denne tidsalder, Kali-yuga. *Mantraet* kræver ingen forudgående kvalifikationer og kan anvendes af alle under alle omstændigheder. Det giver en de fordele, som meditation på ethvert andet ægte *mantra* giver, såsom renselse af sindet, styrkelse af intelligensen og kontakt med den åndelige sjæl, men derudover giver det noget, som andre *mantraer* ikke er i stand til. Fordi Hare Krishna-*mantraet* udelukkende består af navne på Guddommens Højeste Personlighed, sætter det én i direkte kontakt med Ham.

For alle andre personer gælder det, at deres navn og de selv er to forskellige ting, men i tilfældet med Gud er der ingen forskel imellem Ham og Hans navn. Hvis man er tørstig, er det ikke nok at sige "vand, vand, vand." Man er nødt til at drikke rigtigt vand for at blive af med tørsten. Men i tilfældet med Gud, som alle sjæle bevidst eller ubevidst tørster efter, er det nok at sige Hans navn for at opleve at være sammen med Ham. Hare Krishna-*mantraet* sætter derfor én i direkte personlig kontakt med Krishna. Man oplever Hans tilstedeværelse lige så meget, som man oplever en gods vens nærvær, hvis man sidder i samme stue ansigt til ansigt med ham. *Mantraet* giver derfor direkte erkendelse af Gud og ikke nok med det. Hvis man omgås med Krishna konstant igennem omgang med Hans navn, vækker man sin ekstatiske kærlighed til Ham og genopliver sin oprindelige fuldt lyksalige natur. Selv om man fortsat er i den materielle verden, forsvinder dens indflydelse på én, og

verden opleves, som om man allerede var i den åndelige verden.

”Så hvorfor ikke prøve det?” plejede Srila Prabhupada at sige. ”Det koster ikke noget, det kan ikke skade, og fordelene er mange.”

Sådan gør du

Det er meget enkelt, hvis det er første gang, du skal meditere på Hare Krishna. Find dig et stille og roligt sted, hvor du kan være uden at blive alt for forstyrret, og gentag *mantraet* igen og igen, stille og roligt, men højt, for dig selv, mens du slapper af. Det skal du gøre under hele meditationen. Det er godt at sidde i skrædderstilling, men du kan også sidde på en stol eller i en blød sofa, bare du føler dig godt tilpas. Skriv *mantraet* ned på et stykke papir, hvis du ikke kan huske det, og kik på papiret, indtil du har lært det.

Når du mediterer, skal du huske tre ting:

1) Du skal lytte så opmærksomt som muligt til *mantraet*.

2) Du skal sige hele *mantraet* og kunne høre alle stavelser tydeligt (Man må gerne sige *mantraet* hurtigt, så længe man bare altid kan høre alle stavelser tydeligt.)

3) Hvis du mister koncentrationen, og tankerne vandrer til andre ting, skal du igen tvinge dig selv til at lytte opmærksomt. Kik på det stykke papir, hvor du har skrevet *mantraet*, hvis det er svært. Det kan være lidt svært i starten, men øvelse gør mester!

Et par ting om udtalen er gode at huske:

Alle r’erne udtales bedst med tungen i ganen, ikke fra halsen. Det gør du ved at stikke tungespidsen op i ganen, og så kan du ligesom rulle, så du laver et r. Men hvis det er for svært, bruger du bare et almindeligt dansk r. Det virker alligevel.

Hare udtales Haré med r i ganen (hvis muligt).

Krishna udtales lige ud ad landevejen med r i ganen (hvis muligt).

Rama udtales enten lige ud ad landevejen eller Raam, altså med et langt a i midten og et stumt a til sidst. Hvis man siger det sådan, kan man sige *mantraet* hurtigere, hvilket er praktisk. Også her udtales r’et i ganen (hvis muligt).

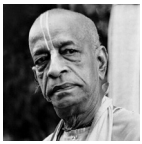
Indviede hengivne bruger omkring to timer dagligt på denne meditation på Hare Krishna-*mantraet*. For begyndere lyder to timer af meget, men det bør ikke afholde nogen fra at prøve. Hvis man kan lide det efter at have prøvet det, kan man lægge ud med f.eks. et kvarters tid om dagen, og har man det godt med det, kan man gradvist øge det efter behag. Man kan også prøve at meditere fast en uges tid og derefter holde op og se, om det gør nogen forskel i ens liv.

Når man har afprøvet *mantraet* og gerne vil fortsætte, er det en hjælp at bruge en kæde til at tælle *mantraerne* på. En sådan kæde kaldes en *japa*-kæde og består traditionelt af 108 perler. For hver perle siger man et *mantra* og går videre til den næste. Indviede hengivne reciterer 16 omgange dagligt på en sådan kæde, der kan anskaffes igennem en af adresserne på næstsidste side. Man kan også altid kontakte indviede hengivne og bede dem instruere én i den rigtige måde at meditere på *mantraet*.

Hvad oplever man?

Det er ret forskelligt, hvad folk oplever de første par gange, de mediterer. Nogle føler sig mere afslappede, mindre stressede, fri fra angst, får mere energi og mere kontrol over deres handlinger, følelser og tanker og bliver psykisk stærkere. Andre føler sig helt høje (på en god måde), nogle mærker en intens glæde og lykke, nogle føler fred, og nogle oplever, at de får kontakt med sig selv og med Gud. I mange tilfælde har afhængige folk kunnet holde op med at ryge, drikke og tage stoffer mere eller mindre fra den ene dag til den anden. Der er også dem, der ikke rigtigt mærker noget noget første gang, men så er det vigtigt at huske, at meditation er en gradvis proces, og det er ikke alle, der føler virkningen lige kraftigt i starten. Giver man det en chance og gør det en uges tid, skulle man dog ikke kunne undgå at mærke, hvordan det gradvist begynder at påvirke en på en god måde.

Betydningen af Hare Krishna-mantraet



af Srila Prabhupada

Da Srila Prabhupada kom til USA i 1965 sang han Hare Krishna i en park i New York og fik mange unge mennesker til at synge og danse med sig. En ung mand blev fascineret af denne gamle indiske swami*, og han tilbød at indspille en grammofonplade med ham. Så Srila Prabhupada indspillede en plade, hvor han først sang Hare Krishna-*mantraet *og derefter forklarede, hvad det betød. Det følgende er en oversættelse af hans forklaring fra pladen.*

De transcendentale ord, man tilvejebringer igennem sangen af Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare/ Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare, er den fornemme måde at genoplive vores transcendentale bevidsthed på. Som levende åndelige sjæle er vi alle oprindeligt Krishna-bevidste væsener, men på grund af vores omgang med materie i umindelige tider er vores bevidsthed nu blandet op med den materielle atmosfære. Den materielle atmosfære, vi nu bor i, kaldes *maya* eller illusion. *Maya* betyder 'det, som ikke er'.

Hvad er denne illusion? Illusionen er, at vi alle forsøger at blive herrer over den materielle natur, imens vi i virkeligheden er i kløerne på hendes strenge love. Når en tjener kunstigt forsøger at imitere sin almægtige herre, kaldes det illusion. Vi forsøger at udnytte den materielle naturs ressourcer, men i virkeligheden bliver vi mere og mere indfiltret i hendes forviklinger. Derfor bliver vi mere og mere afhængige af naturen, selv om vi er engageret i en hård kamp for at besejre hende. Denne illusoriske kamp imod den materielle natur kan med det samme bringes til ophør ved at genoplive vores evige Krishna-bevidsthed.

Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare er den transcendentale metode til at genoplive denne oprindelige rene bevidsthed på. Ved at synge disse transcendentale ord kan vi bortrense alle tvivl i vores hjerter. Det grundlæggende element i alle sådanne tvivl er den falske bevidsthed om, at jeg er herren over alt, jeg ser omkring mig.

Krishna-bevidsthed er ikke noget, man kunstigt påtvinger sindet. Denne bevidsthed er det levende væsens oprindelige naturlige energi. Når vi hører de transcendentale ord, genoplives denne bevidsthed. Denne den enkleste af alle meditationsmetoder anbefales til denne tidsalder. Igennem praktisk erfaring kan man også opleve, at ved at recitere dette *maha-mantra* kan man med det samme mærke en transcendental ekstase trænge igennem fra det åndelige lag.

I den materielle opfattelse af livet har vi travlt med sansenydelse, som om vi var på det lavere dyrestadie. Når man er en smule hævet over denne sansetilfredsstillelse, er man engageret i intellektuel spekulation for at komme ud af de materielle kløer. Når man er intelligent nok og er kommet lidt over dette spekulative stadie, forsøger man at finde den højeste årsag til alle årsager – inden i og udenfor sig selv. Og når man virkeligt er på stadet af åndelig forståelse og har lagt sansernes, sindets og intelligensens stadier bag sig, er man på det transcendentale plan.

Denne sang af Hare Krishna-*mantraet* foregår på den åndelige platform og overgår således alle lavere lag af bevidsthed, nemlig de sanselige, mentale og intellektuelle lag. Det er derfor ikke nødvendigt at forstå *mantraets* sprog, og der er heller ikke brug for intellektuel spekulation eller nogen forstandsmæssig tilpasning for at synge dette *maha-mantra*. Det kommer automatisk fra den åndelige platform, og som sådan kan alle tage del i at synge disse transcendentale ord uden forudgående kvalifikationer.

Srila Prabhupada synger Hare Krishna i San Francisco

Sangen af Hare Krishna fører med det samme med sikkerhed én til den åndelige platform for en stund, og man udviser de første symptomer på dette igennem en indre trang til at danse sammen med sangen af *mantraet.* Vi har set dette i praksis. Selv et barn kan tage del i denne sang og dans. For den, der er alt for indviklet i materielt liv, tager det selvfølgeligt lidt længere at komme til det normale punkt, men selv et sådant materielt opslugt menneske løftes meget hurtigt til den åndelige platform. Når det synges af en ren hengiven af Herren i kærlighed, har det den største virkning på tilhørerne, og derfor bør denne sang høres fra læberne af en ren hengiven af Herren, så omgående virkning kan opnås.

Med ordet Hare tiltaler man Herrens energi, og med Krishna og Rama tiltaler man Herren selv. Både Krishna og Rama betyder den største glæde, og Hare er Herrens lykkeenergi. Herrens lykkeenergi hjælper os til at nå Herren.

Den materielle energi, der kaldes *maya*, er også en af Herrens mange energier, og vi levende væsener er Herrens marginale [mellemliggende] energi. De levende væsener er hævet over den materielle energi, så når den højere energi vikles ind i den lavere energi, opstår der en uforenelig situation. Men når den højere marginale energi er i kontakt med den højere energi, der kaldes Hara, befæstes den i sin lykkelige, normale tilstand.

Disse tre ord, nemlig Hare, Krishna og Rama er *maha-mantraets* transcendentale frø. Sangen er en åndelig kalden på Herren og Hans energi om at give beskyttelse til den betingede sjæl. Denne sang er nøjagtigt som et barns oprigtige kalden på dets mor. Moder Hara hjælper den hengivne til at opnå Faderens nåde, og Herren viser Sig selv for den hengivne, der synger dette *mantra* oprigtigt.

Intet andet middel til åndelig erkendelse er så virkningsfuldt i denne tid af strid og hykleri som *maha-mantraet*: Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare/ Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare.

Hare Krishna i Danmark

Hare Krishna blev etableret i Danmark i 1979 og anerkendt af Kirkeministeriet som trossamfund i 1997. Anno 2015 foregår der følgende aktiviteter i Danmark.

Kirtana-fest i Københavns tempel

På Skjulhøj Allé 44 i Vanløse i København ligger Danmarks pt. eneste Hare Krishna-tempel. Her bor der en halv snes hengivne, der ud over at praktisere deres egen Krishna-bevidsthed også har åbent hus hver dag for alle, der har lyst til at deltage i templets daglige programmer. Hver søndag er der søndagsfest kl. 15:00, hvor gamle kendinge såvel som nytilkomne nysgerrige er sammen til et Krishna-bevidst program med sang af Hare Krishna, foredrag over vedisk filosofi og en veltillavet vegetarisk *prasadam*-middag.

I Aarhus har Hare Krishna et center, Krishnahuset, på Kystvejen 65 A. Her mødes Hare Krishna-hengivne og interesserede til faste og lejlighedsarrangementer. Hjemmesiden www.krishnahuset.dk informerer om, hvad der sker hvornår.

Forskellige steder i Danmark foregår private *nama-hatta*-møder, hvor hengivne på skift mødes hjemme hos hinanden. Er man interesseret i at deltage i noget sådant, kan man kontakte templet i København eller centret i Aarhus.

Hare Krishna har to lokalradioer i Danmark, én i København og én i Aarhus. De har kørt uden afbrydelse siden henholdsvis 1984 og 1986 og sendt tusinder af Krishna-bevidste udsendelser med filosofi, musik, aktuelle interviews og meget mere. For øjeblikket sender Radio Krishna i København omkring 40 timer om ugen, imens Radio Krishna i Aarhus sender 15 timer hver uge (Se næstsidste side for nærmere detaljer om frekvenser og sendetider)

I København driver Hare Krishna Govindas' Vegetariske Restaurant på Åboulevard 7. Al maden her er ikke blot vegetarisk og indisk inspireret, men laves også af trænede hengivne og ofres til Krishna, før den serveres ud som *prasadam.* Restauranten er røg- og alkoholfri.

Nyt fra Hare Krishna, Hare Krishnas nyhedsblad, udkommer hver måned eller mindst ti gange om året. Det koster 300 kr. at abonnere på det trykte blad, imens det er gratis at modtage det digitalt. Her møder man friske danske oversættelser af Srila Prabhupadas uforlignelige visdomsord fra hans foredrag, samtaler eller essays, biografier over *Gaudiya*-traditionens åndelige mestre, dyberegående filosofiske artikler, danske oversættelser fra gamle skrifter, Krishna-bevidste analyser af aktuelle emner, information om Hare Krishna fra hele verden, relevante diskussioner hengivne imellem, vegetariske madopskrifter, en Krishna-bevidst børneside, visdomsanekdoter, en kalender over periodens begivenheder mm.

Hare Krishna er også på Internettet. ISKCON's officielle hjemmeside hedder www.krishna.dk. Her findes generel information om Hare

Krishna såvel som løbende orientering om begivenheder i tiden. www.harekrishna.dk er hjemmeside for *Nyt fra Hare Krishna*, hvor en lang række af de artikler, som er blevet trykt i bladet, kan læses online.

Så er der www.intelligentdesign.dk. Denne hjemmeside er ikke direkte Krishna-bevidst, men er et naturvidenskabeligt forum, som drives af Hare Krishna-hengivne og specielt diskuterer manglerne i Darwins udviklingsteorier og argumenterer for, at teorien om en intelligent årsag bag verden og livet stemmer videnskabeligt set bedre med det, vi kan observere.

Alt i alt består det danske Hare Krishna-samfund vel af omkring 50 meget aktive hengivne og en større kreds på måske et par tusinde mindre aktive hengivne og sympatisører. Der findes intet præcist tal, da ISKCON ikke fører noget medlemskartotek.

Hvad angår den praktiske ledelse, kører de forskellige projekter administrativt uafhængigt af hinanden. Den overordnede ledelse af Hare Krishna i Danmark forestås af IDL, ISKCON Danmarks Landsråd, under opsyn af ISKCON's verdensråd (GBC). IDL overser de forskellige projekter og holder øje med, at de arbejder inden for ISKCON's afstukne rammer. IDL tager sig også af de anliggender, som ikke falder ind under et af de bestemte projekter. Derudover indkalder ISKCON til en årlig generalforsamling, hvor alle er velkomne til at komme og lade deres stemme blive hørt.

Hare Krishna-hengivne synger og taler med mennesker på Strøget i København

Til samling i Krishnahuset i Aarhus

Jagadvala Dasa, leder af Govindas restaurant i København

Nogle af drivkræfterne bag Krishnahuset i Aarhus

Srila Prabhupadas bøger og forfatterskab

Blandt alt det, Srila Prabhupada gav, anså han selv sine bøger for det vigtigste. Han kaldte ofte sine oversættelser og forklaringer af de vediske tekster for sit liv og sin sjæl. Hans bøger er udkommet i et samlet oplag over hele verden på tæt en milliard, hvilket gør ham til en af de mest publicerede forfattere nogensinde. Alle Srila Prabhupadas bøger er udgivet af forlaget *The Bhaktivedanta Book Trust* (BBT), som han selv grundlagde i 1970, og som nu er verdens største udgiver af vediske bøger.

Srila Prabhupadas forfatterskab omfatter bl.a.:

(*er udkommet på dansk.)

**Bhagavad-gita som den er*, oversættelse fra sanskrit og kommentering af klassikeren *Bhagavad-gita*.

**Srimad-Bhagavatam*, oversættelse fra sanskrit og kommentering i 22 bind af den vigtigste af *Puranaerne,* der beskriver videnskaben om Krishna i detaljer.

**Caitanya-caritamrta¸* en 17-binds oversættelse og kommentering af Krishnadasa Kavirajas bengalske biografi over Caitanya Mahaprabhu fra 1600-tallet.

Nectar of Devotion, en sammenfatning af *Bhakti-rasamrta-sindhu* af Rupa Gosvami, skrevet på sanskrit i 1500-tallet.

**Krishna, Guddommens Højeste Personlighed*, en biografi i to bind over Krishnas liv på Jorden for 5000 år siden, en gengivelse fra *Srimad-Bhagavatams* 10. bog.

**Den gyldne avatar,* en introduktion til Sri Caitanya Mahaprabhus liv og lære.

**Liv kommer fra liv,* en kritik af moderne naturvidenskabelige teorier, specielt Darwins teorier om livets materielle oprindelse.

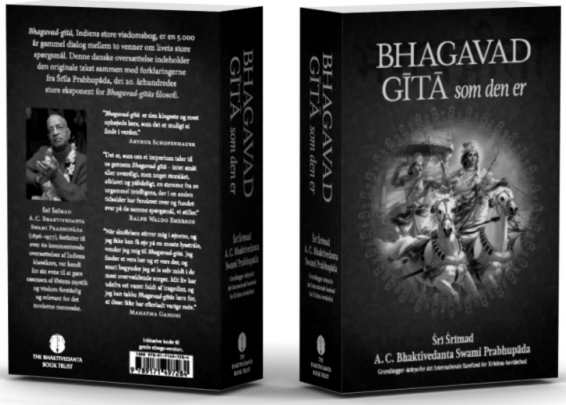
Dialectic Spiritualism, 35 vestlige filosoffer fra Sokrates over Kirkegård til Sartre set med vediske øjne.

Easy Journey to Other Planets, Srila Prabhupadas første bog fra omkring 1960 med et Krishna-bevidst kommentar til det netop påbegyndte rumkapløb.

Derudover er der blevet trykt mange andre bøger af Srila Prabhupada. På dansk findes *Naturlig glæde* og *Smagen af en anden verden*, der er antologier af flere af hans mindre bøger. Hans samlede breve, der spænder over tiden fra 1940'erne frem til 1977, er udgivet i 5 bind. Hans samtaler og diskussioner er udgivet i 35 bind på 400 sider hver. Hans mange foredrag er udkommet i bogform i 25 bind.

Der er også skrevet mange biografier over hans liv. På dansk er udkommet *Prabhupada* af Satsvarupa Dasa Gosvami.

Nævnes skal også det engelsksprogede tidsskrift *Back to Godhead*, som han startede i 1944. Fra 1966 blev det udgivet med hjælp fra hans vesterlandske disciple, og det udkommer fortsat hver anden måned (Se www.krishna.com).



Bhagavad-gita som den er, Srila Prabhupadas mest berømte bog, er udkommet på over 100 sprog inklusive dansk.

Templet i København

Skjulhøj Allé 44, 2720 Vanløse - Tlf.: 48 28 64 46
www.krishna.dk - iskcon.denmark@pamho.net

Åbent dagligt fra 4.30 til 19:30.
Arati og forelæsninger bl.a. kl. 7:15 og kl. 18.

Søndagsfest hver søndag fra kl. 15.00:
Kirtana, foredrag og *prasada*.

Radio Krishna Kbh.

yadu@krishna.dk - Tlf.: 38101232 - www.krishna-online.dk
Frekvenser: FM 87,6 MHz og 90,6 MHz på Hybridnet

Sendetider

Mandag	09.00-14.00 og 16.00-17.30
Tirsdag	09.00-14.00 og 16.00-17.30
Onsdag	09.00-14.00 og 16.00-17.30 og 22.00-02.00
Torsdag	09.00-14.00 og 16.00-17.30
Fredag	09.00-11.00 og 16.00-17.30 og 22.00-00.00
Lørdag	08.00-10.00 og 16.00-17.00

Radio Krishna Aarhus

www.radiokrishna.dk - mail@radiokrishna.dk
Frekvenser: FM 98.7 & 89.5 MHz

Sendetider

Mandag	06.00 - 07.00 & 22.00 - 24.00
Tirsdag	06.00 - 07.00 & 22.00 - 24.00
Onsdag	06.00 - 07.00
Torsdag	06.00 - 07.00 & 22.00 - 24.00
Fredag	06.00 - 07.00 & 22.00 - 24.00
Søndag	22.00 - 24.00

Govinda - Take away

Åboulevard 7, st th, 1635 Kbh V. - Tlf.: 32140362 www.
www.govinda.dk - info@govinda.dk

Åbningstider:
Mandag - fredag: 16.00 - 20.30
Lørdag - søndag: lukket

Facebook

www.facebook.com/groups/Iskcon.Danmark
Hare Krishna bevægelsens i Danmarks officielle facebook side

www.facebook.com/groups/krishnahuset
Krishnahuset i Aarhus' officielle facebook side

Krishnahuset i Aarhus

Kystvejen 65A, 8000 Aarhus C - Tlf.: 28880377
www.krishnahuset.dk - kontakt@krishnahuset.dk

Søndagsfest hver søndag i lige uger fra kl. 14.00:
Kirtana (mantra-sang), foredrag og vegetarisk festmåltid

Alle aktiviteter i Krishnahuset koordineres her:
www.facebook.com/groups/krishnahuset

Websider

www.harekrishna.dk
Nyt fra Hare Krishnas hjemmeside

www.krishna.dk
Hare Krishnas hjemmeside for jer, der er nye til eller nysgerrige om Hare Krishna

www.iskcon.dk
Iskcon Danmarks officielle hjemmeside. Siden er for øjeblikket under opbygning

www.krishnahuset.dk
Hjemmeside for ISKCON i Århus

www.radiokrishna.dk
Hjemmeside for Radio Krishna i Århus

www.krishna-online.dk
Flere hundrede af Radio Krishnas udsendelser til streaming eller download

www.intelligentdesigndk.wordpress.com
Videnskabsside om det seneste inden for debatten omkring evolution, Darwin og intelligent design

ISKCON Norge

Hare Krishna tempelet i Bauneveien 4, 1182 Oslo
www.harekrishna.no - info@harekrishna.no

Hver søndag kl. 15.00: søndagsfest: kirtana, foredrag og prasada.

Web: http://harekrishna.no/
Mail: info@harekrishna.no

Krishnas Cuisine
Sørkedalsveien 10, Colloseum Senter,
0369 Oslo - Tlf: 0047 22692269
www krishnas-cuisine.no
Åpningstider:
Mandag-fredag: 11.00-20.00
Lørdag:11.00-19.00.
Søndag lukket.

De fleste har set dem eller hørt om dem, men hvem er de egentlig? Dette hæfte går bag om fænomenet Hare Krishna og giver et spændende indblik i den urgamle og tidløse filosofi og livstil, der inspirerer Hare Krishnas moderne tilhængere. En livstil, der også har et budskab til den nutidige materialistiske verdens mennesker, der mere og mere oplever livet som en indholdsløs og stresset jagt på intetsigende ting. En filosofi og kultur rettet imod et dybere formål med tilværelsen.