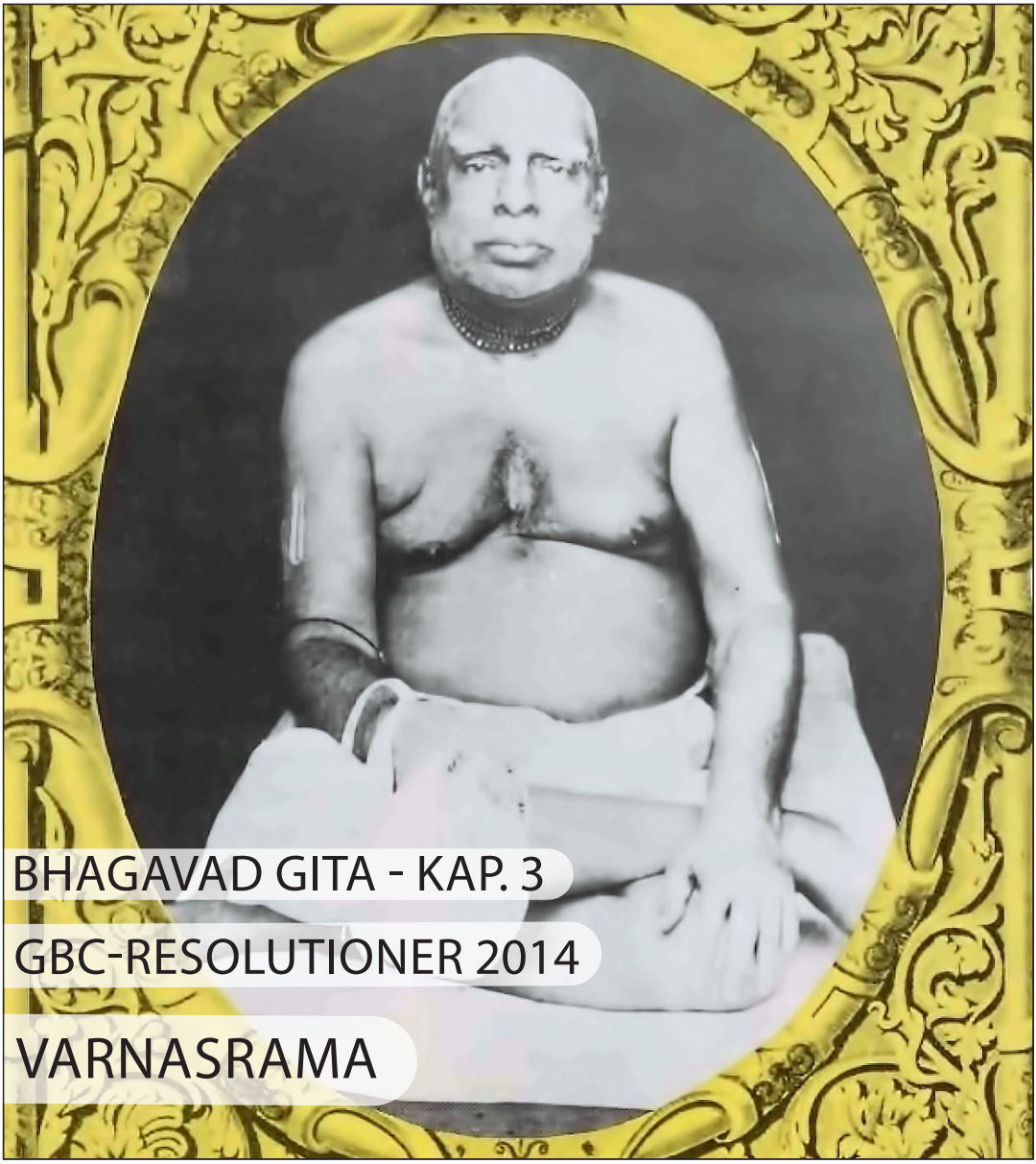
Nr. 6, 17. årgang, juni 2014 Pris 30 kr.

NYT FRA HARE KRISHNA



BHAGAVAD GITA - KAP. 3

GBC-RESOLUTIONER 2014

VARNASRAMA

Nyhedsblad for ISKCON i Danmark
Grundlægger-acarya Hans Guddommelige Nåde A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada

Juni 2014

Søndag	**8.6**	**Srila Baladeva Vidyabhusanas bortgang** **Ganga Puja** **Srimati Gangamata Gosvaminis fremkomst**
Mandag	**9.6**	**Ekadasi (faste fra korn og bønner for Pandava Nirjala Ekadasi, gerne fuldstændig faste fra alt inklusive vand)**
Tirsdag	**10.6**	**Bryd fasten mellem 4:27–10:15**
Onsdag	**11.6**	**Panihati Cida Dahi Utsava**
Fredag	**13.6**	**Snana-yatra** **Mukunda Dattas bortgang** **Sridhara Panditas bortgang**
Lørdag	**14.6**	**Syamananda Prabhus bortgang**
Tirsdag	**17.6**	**Vakresvara Panditas fremkomst**
Søndag	**22.6**	**Srivasa Panditas bortgang**
Mandag	**23.6**	**Ekadasi (faste fra korn og bønner for Yogini Ekadasi)**
Tirsdag	**24.6**	**Bryd fasten mellem 4:26–6:41**
Fredag	**27.6**	**Gadadhara Panditas bortgang** **Srila Bhaktivinoda Thakuras bortgang**
Lørdag	**28.6**	**Gundica-marjana**
Søndag	**29.6**	**Ratha-yatra** **Svarupa Damodara Gosvamis bortgang** **Sivananda Senas bortgang**
Torsdag	**3.7**	**Hera Pancami (fire dage efter Ratha-yatra)** **Vakresvara Panditas bortgang**
Mandag	**7.7**	**Ratha retur (otte dage efter Ratha-yatra)**
Tirsdag	**8.7**	**Ekadasi (faste fra korn og bønner for Sayana Ekadasi)**
Onsdag	**9.7**	**Bryd fasten mellem 6:40–10:22**

Bhaktivinoda Thakuras 100-års bortgangsdag

Forsidebilledet er denne gang af Srila Bhaktivinoda Thakura, fordi det er hans bortgangsdag den 27. juni. Ikke kun det, men i år er det 100 år siden, at han gik bort (mere præcist den 23. juni 1914). Vi har allerede skrevet og bragt meget af Bhaktivinoda Thakura igennem årene i *Nyt fra Hare Krishna*. Se bl.a. juli 2013 for en biografi over hans liv. Og i næste nummer har vi planer om at bringe et essay af ham med titlen ”Bag al religion ligger ønsket om ære”. I det hele taget kan Srila Bhaktivinodas betydning ikke undervurderes, for det var ham, der i slutningen af 1800-tallet genoplivede Sri Caitanya Mahaprabhus lære og lagde grunden til den bølge af *bhakti*, hengivenhed til Krishna, der siden spredte sig over hele verden med Srila Prabhupada fra 1960erne og fremefter.

I Københavns tempel mindes Bhaktivinoda Thakura hele dagen den 27. juni, bl.a. med et særligt aftenprogram til hans ære fra kl. 17, hvor alle er velkomne til at deltage. ॐ

I dette nummer

Kalender 2

Srila Prabhupada taler ud 3

GBC - resolutioner 2014 5

Om sang af Radhas navn 8

Angst 10

Jeg synes faktisk vældig godt om det 12

Varnasrama - Principper for alle 15

Bhagavad-gita som den er - kapitel 3 17

Indisk vegetarisk kogekunst - 24. del 21

‘*Nyt fra Hare Krishna*’ udgives af Det Internationale Samfund for Krsna-bevidsthed (ISKCON) i Danmark, grundlægger-*acarya* A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada.

© Copyright 2014, alle rettigheder forbeholdes.

ISSN 1600-0153

Redaktion:
Lalitanatha Dasa/Leif Asmark Jensen (ansvarshavende) lalitanatha@krishna.dk
Dandaniti Devi Dasi/Dorte Skou Jensen dandaniti@krishna.dk
Layout: Ananta Sri Dasa/Anders Grønlund mail@ananta.dk
Adresse: Holsteinborgvej 20, 1th, 2720 Vanløse Tlf.: 59271930

Girokonto 1-688-3204. Bankkonto: Den Danske Bank reg. 1551, konto 3534 125 119

Alle indlæg, kommentarer, spørgsmål osv. er velkomne. Kontakt redaktionen for næste deadline.

Srila Prabhupada taler ud

Om teknologi og arbejdsløshed

Denne udveksling mellem Hans Guddommelige Nåde A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada og en af hans disciple fandt sted i 1974 i Geneve.

Hengiven: I en tale for nylig sagde en politiker i Indien, at 80 % af Indiens befolkning lever i landsbyer på landet. Hans forslag var at forøge teknologien i landbruget. I stedet for, at folk er nødt til at høste hveden med hånden, skal de have motoriserede mejetærskere, og i stedet for at være nødt til at bruge okser til at trække ploven, skal de have traktorer.

Srila Prabhupada: I Indien er mange allerede arbejdsløse, så det er ikke et særligt godt forslag at introducere mere maskineri. Hundrede mænds arbejde kan blive gjort af én mand, der arbejder med en maskine. Men hvorfor skal der være så mange arbejdsløse mænd? Hvorfor ikke beskæftige hundrede mænd i stedet for at beskæftige én? Også her i Vesten er der megen arbejdsløshed. Fordi alt i jeres vestlige lande bliver gjort med maskine, skaber I mange hippier, frustrerede unge mennesker, der ikke har noget at lave. Det er en anden slags arbejdsløshed. Så i mange tilfælde skaber maskiner arbejdsløshed.

Alle skal være i arbejde, ellers ville der være kaos. ”Lediggang er roden til alt ondt.”

Når der er mange folk uden arbejde, hvorfor skulle vi så introducere maskiner for at skabe mere arbejdsløshed? Den bedste politik er, at ingen skal være arbejdsløs. Alle skal være fuldt beskæftiget.

Hengiven: Men man ville muligvis argumentere: ”Maskinen gør os frie fra så meget tidsslugende arbejde.”

Srila Prabhupada: Frie til hvad? Til at drikke og foretage sig al mulig slags nonsens? Hvad er meningen med denne frihed? Hvis du gør mennesker frie til at kultivere Krishna-bevidsthed, er det en anden ting. Og når nogen kommer til vores Krishnabevidstheds-bevægelse, vil de selvfølgelig også være fuldt engageret. Formålet med denne bevægelse er ikke at spise og sove, men at arbejde for Krishna. Så hvad enten det er her i Krishna-bevidsthed eller i det ydre samfund, skal politiken være, at alle skal være i arbejde og travlt beskæftiget. Da vil vi have en god civilisation.

I den vediske civilisation var det samfundstoppens pligt at sørge for, at alle arbejdede, enten som *brahmana* (en intellektuel eller lærer), *ksatriya* (i militæret eller som politisk leder), *vaisya* (landmand eller købmand) eller *sudra* (arbejder). Alle skal arbejde, da vil der være fred. På nuværende tidspunkt kan vi se, at på grund af så megen teknologi er der arbejdsløshed og mange dovne personer. Hippierne er dovne, det er alt. De gider ikke lave noget.

Hengiven: Et andet argument kan være, at med teknologi kan vi gøre så meget mere og være så meget mere effektive, så produktiviteten hos dem, der virkelig arbejder, forøges.

Srila Prabhupada: Det er bedre, at flere mennesker er beskæftiget med at gøre arbejdet mindre effektivt. Krishna siger i *Bhagavad-gita* 18.48:

saha-jam karma kaunteya
sa-dosam api na tyajet
sarvarambha hi dosena
dhumenagnir ivavrtah

“Enhver bestræbelse er behæftet med fejl, ligesom ild er dækket af røg. Derfor bør man ikke opgive det arbejde, der udspringer af ens natur, selv om et sådant arbejde er fyldt med fejl, O Kuntis søn.”

Og et hindi ordsprog siger: *bekari se begari acchi hai*.” *Bekari* betyder ”uden beskæftigelse”, og *begari* betyder ”at arbejde uden løn”. I Indien har vi set mange folk fra landsbyerne anmode en butiksindehaver eller en hvilken som helst dannet herre: ”Giv mig et arbejde. Jeg beder ikke om nogen løn. Hvis du vil, kan du

give mig noget at spise. Ellers vil jeg heller ikke engang have det." Så hvilken civiliseret mand vil ikke give dig noget at spise, hvis du arbejder for ham? Med det samme har arbejderen altså noget at lave såvel som mad og husly. Så hvis herren ser, at arbejderen arbejder godt, når han arbejder, vil han sige: "Godt, her har du lidt løn." Derfor er det bedre at arbejde uden at få noget for det end at forblive doven uden noget arbejde. Det er en meget farlig position. Men i den moderne civilisation er der på grund af for mange maskiner så mange arbejdsløse og også så mange dovne mennesker. Det er ikke godt.

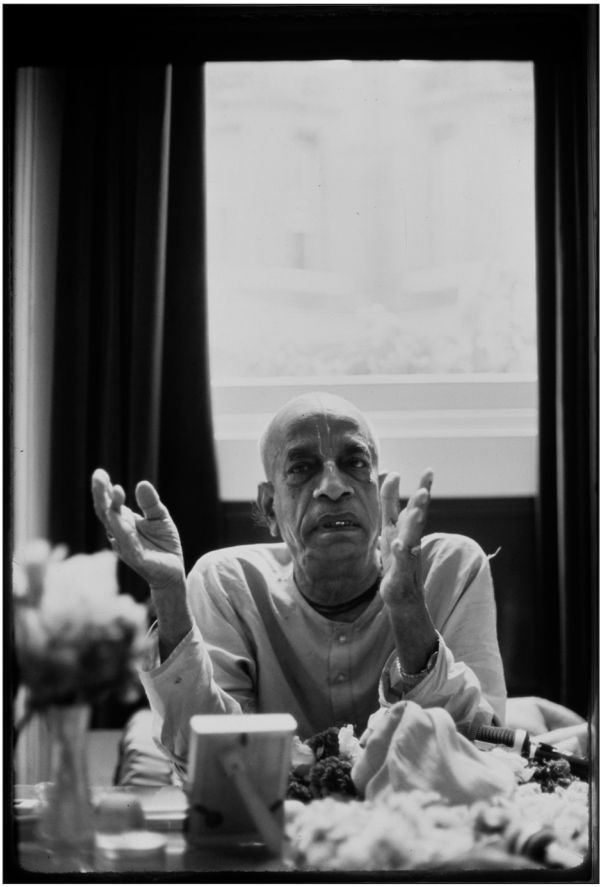
Hengiven: De fleste mennesker ville sige, at disse idéer er meget gammeldags. De vil hellere have deres teknologi, selv hvis det skaber en høj arbejdsløshedsrate, fordi de ser det som et middel til frihed fra slid og slæb. Og også som et middel til at nyde fjernsyn, film og biler.

Srila Prabhupada: Teknologi er ikke frihed. Snarere er det en fri vej til helvede. Det er ikke frihed. Alle bør være beskæftiget i et arbejde, der svarer til deres evner. Hvis du har god intelligens, kan du udføre en *brahmanas* arbejde, studere skrifterne og skrive bøger og give viden til andre. Dette er *brahmanaernes* arbejde. De behøver ikke at bekymre sig om deres underhold. Samfundet vil give dem det. I den vediske civilisation arbejdede *brahmanaerne* ikke for en løn. De havde travlt med at studere den vediske litteratur og belære andre, og samfundet gav dem mad.

Hvad angår *ksatriyaerne*, skal de give beskyttelse til andre medlemmer af samfundet. Der kan være fare, samfundet kan blivet angrebet, og *ksatriyaerne* bør beskytte folk. De kan opkræve skatter til dette formål. Derpå er der dem, der er mindre intelligente end *ksatriyaerne*, *vaisyaerne*, handelssamfundet, der engagerer sig i at producere mad og give beskyttelse til køerne. Disse ting er nødvendige. Og til sidst er der *sudraerne*, som hjælper de tre højere klasser.

Dette er den naturlige inddeling af samfundet, og den er rigtig god, for den er lavet af Krishna Selv (*catur-varnyam maya srstam*, *Bhagavad-gita* 4.13). Alle er beskæftiget. Den intelligente klasse er beskæftiget, den militære klasse er beskæftiget, den handlende klasse er beskæftiget, og resten, *sudraerne*, er også beskæftiget. Der er intet behov for at skabe politiske partier eller slås. I vediske tider var der ikke den slags. Kongen var vejlederen, som sørgede for, at enhver var engageret i sin respektive pligt. Så folk havde ingen tid til at skabe falske politiske partier og blive ophidsede og slås mod hinanden. Der var ingen sådan mulighed.

Men begyndelsen til alting er at forstå: "Jeg er ikke denne krop," og dette bliver understreget igen og igen af Krishna i *Bhagavad-gita*. ॐ



GBC - resolutioner 2014

Nogle af GBC-medlemmerne

Hvert år afholder ISKCON's øverste ledelse, The Governing Body Commission (GBC), et stort møde i ISKCON's verdenshovedkvarter i Sridhama Mayapur i Vestbengalen. I kølvandet derpå bliver der hvert år offentliggjort en række resolutioner eller vedtagelser. Da Srila Prabhupada overdrog sin fuldmagt til GBC som ISKCON's øverste styrende ledelse efter sin bortgang, er disse resolutioner naturligvis vigtige og relevante for alle hengivne i ISKCON. Derfor bringes her et udpluk af nogle af de netop offentliggjorte resolutioner fra dette års møde, der fandt sted fra den 19. februar til den 2. marts. Vil man gerne læse resolutionerne i deres helhed, findes der et link til dem i slutningen af artiklen.

Formand og næstformænd

Anuttama Prabhu er blevet valgt til formand for GBC i 2014-15, Praghosa Prabhu er første næstformand, og Sesa Prabhu er anden næstformand, imens HH Bhakti Purusottama Swami er valgt til GBC-sekretær. Disse positioner skifter hvert år. Man kan kun være GBC-formand i ét år ad gangen. GBC's formand er ISKCON's øverste leder i den periode, han bestrider posten.

GBC's budget

Resolutionerne angiver GBC's budget for 2014-15 i detaljer. Her skal det blot nævnes, at det samlede budget er på 6.457.860 rupier. Det svarer til 585.000 kr., hvilket vel må siges at være meget beskedent for ledelsen af en international organisation af ISKCON's størrelse.

ISKCON's 50-års jubilæum

ISKCON blev stiftet af Srila Prabhupada i sommeren 1966 i New York, så i 2016 er det ISKCON's 50-års jubilæum. GBC vil gerne vil se dette markeret i stor stil verden over og har vedtaget, at alle GBC-medlemmer skal udpege

en 50-års zonekoordinator for hvert land i deres respektive zoner, og alle GBC-medlemmer skal komme med ideer og planer for fejringen af jubilæet i deres lokale områder.

Forøgelse af bogdistributionen

Da distribution af Srila Prabhupadas bøger var af afgørende vigtighed for Srila Prabhupada, og da der det seneste årti er sket en afmatning af bogdistributionen mange steder i verden, ser GBC gerne, at de lokale GBC-ledere verden over mødes med de lokale ledere af vores forlag, The Bhaktivedanta Book Trust (BBT), og lægger planer for, hvordan bogdistributionen kan forøges i deres respektive områder. GBC anerkender, at BBT ikke er underlagt GBC og derfor ikke er tvunget til at følge denne resolution. Men GBC beder ydmygt BBT-lederne om at blive involveret i at fremme denne proces og sørge for, at disse planer faktisk føres ud i livet.

Srila Prabhupada, ISKCON's grundlægger-acarya

I sidste nummer af *Nyt fra Hare Krishna* bragte vi et uddrag fra den nye bog *Srila Prabhupada: The Founder-Acarya of ISKCON*. GBC anser denne bog for meget central i vores forståelse af Srila Prabhupadas position og har vedtaget, at der på alle ISKCON's hjemmesider skal være et link til www.founderacharya.com, hvor bogen kan læses.

Hvordan skal kvinder tiltales?

Der foregår en løbende diskussion i ISKCON om, hvorvidt kvinder bør tiltales som "Prabhu", "Mataji" eller "Devi".

GBC har bedt The Sastric Advisory Committee (SAC, den sastriske eller skriftlige rådgivningskomité) om at undersøge, hvad kvinder kan kaldes, og komme med en afgørelse af, hvad kvinder må kaldes og ikke kaldes blandt ISKCON's medlemmer.

Retningslinier for lydniveauer

Da lydniveauet i f.eks. ekstatiske *kirtanaer* ofte overskrider det helbredsmæssigt forsvarlige, og der er eksempler på, at hengivne har fået høreskader, fordi de har deltaget i ISKCON's arrangementer, opfordrer GBC alle ISKCON-ledere til at overvåge lydniveauerne i deres centre. Forstærkerne skal indstilles, så lyden er klar, behagelig og tiltrækkende uden at være overdreven høj, forvrænget eller smertefuld. Lydniveauer over 85 dBA bør helt undgås.

Kirtana-regler

Hele tre resolutioner fastsætter regler for *kirtanaer* i ISKCON-sammenhænge. Den første er, at Hare Krishna-*mantraet* skal være det primære *mantra* i alle ISKCON-*kirtanaer*, og ingen andre *mantraer* må dominere en *kirtana* jf. Srila Prabhupadas instruktioner. Undtaget herfra er standard-*bhajanaer* som Jaya Radha Madhava, bønnerne til Herren Nrsimha osv.

En anden resolution diskuterer sang af Srimati Radharanis hellige navne og fastslår, at følgende skal undgås i tempelprogrammer og offentlige sammenhænge såvel som i lydoptagelser:

(1) Sang af Srimati Radharanis hellige navn uden Sri Krishnas hellige navn, f.eks. "Radhe, Radhe, Radhe, Radhe, Radhe."

(2) Sang af Srimati Radharanis hellige navn i *mantraer*, der ikke blev introduceret af Srila Prabhupada, de foregående *acaryaer* eller i skrifterne som f.eks.:

"Jaya Radhe, Jaya Radhe, Jaya Radhe, Jaya Radhe."

"Radhe Radhe, Radhe Radhe."

"Jaya Radhe, Jaya Radhe Radhe, Jaya Radhe, Jaya Sri Radhe."

"Radhe Radhe Radhe Radhe Radhe Govinda."

"Radharani ki jai, Maharani ki jai."

"Radhe Shyam, Radhe Shyam, Shyam Shyam, Radhe Radhe."

På *Radhastami*, Srimati Radharanis fremkomstdag, kan hengivne synge Srimati Radharanis hellige navn alene i begrænset omfang, men ikke i mere end to eller tre minutter. Hvis

nogle gerne vil lægge særlig vægt på Srimati Radharani ud over sangen af *maha-mantraet*, hvor Hun er repræsenteret af "Hare", kan de gøre det ved at synge *mantraer* eller *bhajanaer*, der er autoriseret af Srila Prabhupada og vores discipelrække. Et eksempel på dette er sangen af *Sri Radhika-stava* fra Srila Rupa Gosvamis *Stava-mala*.

Den tredje resolution drejer sig om en praksis, der er blevet populær de senere år nogle steder i ISKCON: Først synger *kirtana*-lederen, derefter svarer alle kvinderne, dernæst synger *kirtana*-lederen efterfulgt af mændenes svar, og til sidst synger *kirtana*-lederen, og hele forsamlingen svarer tilbage. Da Srila Prabhupada aldrig er blevet set lede *kirtana* på den måde, eller nogen hengiven nogensinde ledte *kirtana* på den måde i Srila Prabhupadas tilstedeværelse, og da denne nye *kirtana*-praksis fokuserer på den kropslige livsopfattelse og vores falske betegnelser som mænd og kvinder og gør mange hengivne ubehageligt til mode, beder GBC alle *kirtana*-ledere om at afholde sig fra at opdele deres publikum i grupper, der på denne måde er baseret på kropslige forskelle.

ISKCON's discipelkursus obligatorisk

Som allerede nævnt i *Nyt fra Hare Krishna* har GBC vedtaget, at ISKCON's nye discipelkursus skal gøres obligatorisk for alle hengivne, der gerne vil tage første eller anden initiering fra en *guru* i ISKCON. Beslutningen træder i kraft fra *Janmastami* i 2015.

I en efterfølgende resolution diskuteres kravene for, at en hengiven kan begynde at gøre tjeneste som *diksa-guru* i ISKCON. Resolutionen er meget lang og diskuterer mange detaljer. Overordnet bliver ansvaret for at udpege, anbefale og godkende hengivne til tjenesten som *guru* lagt ud til styrende råd i de lokale områder rundt om i verden i stedet for at skulle gå igennem selve GBC.

Medlemskab af ISKCON

Det kommer måske som en overraskelse for mange, at der hidtil ikke har været noget decideret medlemskab af ISKCON. Det er ikke desto mindre et faktum, selv om mange anser sig som medlem eller gerne vil anses som medlem af ISKCON's åndelige familie. Da der er brug for en generel retningslinie for, hvad det vil sige at være medlem af ISKCON, har GBC nu vedtaget, at alle, der uanset køn, race, nationalitet, religion osv. kan vedkende sig følgende udtalelser, har lov til at anse sig selv for at være medlemmer af ISKCON:

"Jeg vil gerne regnes for medlem af Det Internationale Samfund for Krishna-bevidstheds (ISKCON's) åndelige familie, og jeg ønsker praktisk at støtte Samfundets mission. Jeg accepterer Herren Krishnas lære, sådan som den blev fremlagt af Hans Guddommelige Nåde A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada, ISKCON's grundlægger-*acarya*."

"Altimens jeg forstår, at dette almindelige medlemskab ikke giver mig nogle særlige rettigheder i forhold til ISKCON's organisationer, er jeg taknemmelig for at kunne deltage i denne åndelige bevægelse, der har til formål at højne hele menneskesamfundet."

Imens denne anerkendelse afstikker nogle grundlæggende rammer for ens medlemskab af ISKCON, er det altså også vigtigt at forstå, at denne anerkendelse ikke giver medlemmerne nogen form for juridiske rettigheder eller pålægger ISKCON som organisation nogen form for juridisk forpligtelse.

Kvindelige diksa-guruer

GBC har diskuteret, hvorvidt kvinder kan være *diksa-guruer*, uden at nå til nogen konklusion. Spørgsmålet er blevet henlagt til næste GBC-møde. I mellemtiden vil argumenterne for og imod blive endevendt, så GBC vil have grundlag for at træffe en velinformeret afgørelse.

Vil man gerne læse GBC-resolutionerne i deres helhed, hvilket vi på det kraftigste anbefaler alle medlemmer af ISKCON at gøre, kan de læses på hjemmesiden Dandavats: http://www.dandavats.com/?p=12505#more-12505. ॐ

Om sang af Radhas navn

Af Praghosa Dasa

Jeg husker første gang, da jeg læste *Bhagavad-gita* og specielt, da Arjuna først taler i kapitel 1, vers 21, og endnu mere fra vers 28 til der, hvor Krishna udtaler Sine udødelige ord i vers 11 i kapitel 2. På det tidspunkt var jeg blevet en stor beundrer af Arjuna. Hvor havde Arjuna talt smukt og medfølende. Og så ødelagde Krishna det hele, eller skulle jeg rettere sige, knuste min illusion!

”Imens du taler lærde ord, sørger du over det, der ikke er sorg værdigt. De, der er vise, sørger hverken over de levende eller de døde.”

Radha Krishna

Som sagt var Arjuna på det tidspunkt, hvor jeg læste dette, min helt, da han både var en stor kriger og havde dette utrolig følsomme hjerte, der var fuld af medfølelse. Hvad angår Krishna, tænkte jeg. ”Nå da, Han skulle være Gud, og her opmuntrer Han denne fantastisk hensynsfulde person til bare at gå ud og slå ihjel. Har han ikke hørt alle de humane argumenter, som Arjuna netop er kommet med?”

Heldigvis læste jeg Srila Prabhupadas forklaringer, og Gud ske tak og lov for dem! Som vi alle ved, forklarer de den sammenhæng, hvor det hele foregik i, og Krishnas fantastiske instruktioner til Arjuna.

Det samme gælder på en måde for den nylige resolution, som GBC har vedtaget med hensyn til sangen af Srimati Radharanis navn. Ved første øjekast vil man måske indvende: ”Hvordan kan man nogensinde have andet end transcendental gavn af at synge Sri Radhas navn, og skal alle derfor ikke bare opfordres i det uendelige til at gøre det?”

Imens svaret til det spørgsmål i bund og grund er ja, kan der afhængig af vores hensigt og mentalitet være visse ulemper forbundet med det. Prabhupada diskuterede dette i Hyderabad den 7. april 1975:

”Tja, *acaryaerne* gør det ikke. Men der er ingen skade i at synge ”Radhe”. Men nogle gange degraderes det for at skabe noget nyt, et påhit. Derfor er det bedre at holde sig til ”Hare Krishna” og til “Sri Krishna Caitanya Prabhu Nityananda.” Ellers bliver det ligesom *sahajiyaerne*, der har opfundet: “Nitai-Gaura Radhe-Syama, Hare Krishna Hare Rama.” Sådanne ting kan gradvist komme, men de er ikke godkendte. De kaldes *chara kirtana* (?), hvilket betyder “opdigtet *kirtana*”. Det skader ikke at synge “Radhe, Nitai-Gaura”, men det er bedre at holde fast ved dette *Panca-tattva-mantra* og *maha-mantraet*. Ligesom “Nitai Gaura Radhe Syama, Hare Krishna Hare Rama.” Der er både “Nitai-Gaura, Radhe Syama,” men det er ikke godkendt. *Mahajano yena gatah sa panthah*. Vi skal følge *mahajanaen*. I *Caitanya-caritamrta* står der “Sri Krishna Caitanya Prabhu Nityananda, Sri Advaita Gadadhara…”, men aldrig “Nitai Gaura, Radhe Syama”. Så hvorfor skulle vi gøre det?”

Her maner Prabhupada klart til forsigtighed, at det er ”bedre at holde fast ved” Hare Krishna. I det følgende citat forklarer Prabhupada videre, at vi ved at synge Hare Krishna-*mantraet* al-

lerede synger Radhas navn. Han forklarer dette vigtige punkt på selve Radhastami:

"Så vores anmodning er. Alle, som er til stede her. I dag er det Radhastami. Så bed til Radharani. Og Hun er *hare*, *hara*. Dette *hare*, dette ord, er Radharani. Hara, Radharani. Radha eller *hara* er det samme. Så Hare Krishna. Så vi beder til Radharani: "Min moder, Radharani, og Krishna." Hare Krishna. "O Krishna, O Herre." Hare Krishna, Hare Krishna, den samme ting, gentagelse. "O Radharani, O Krishna." "O Radha-Krishna." "Radhe-Krishna" eller "Hare Krishna", den samme ting. Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare. Igen den samme tiltale: "O Krishna, O Krishna, O Radharani." Hare Rama. Den samme ting igen. Hare Rama. Rama er også Krishna. Rama er Rama, Rama er Balarama. De er alle Krishna. Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare. Så denne gentagelse af Radha og Krishna eller Hare Krishna er at bede: "Min kære Herre og min Herres energi, engagér mig i Jeres tjeneste." Det er alt. "Jeg er nu sat i forlegenhed med denne materielle tjeneste. Engagér mig venligst i Jeres tjeneste."

Vi har også eksemplet med Srila Prabhupada, der, når som helst han blev hilst i Vrindavana med "Jaya Radhe", altid ville svare med "Hare Krishna".

I de senere år er der opstået en praksis, der er blevet ret udbredt i ISKCON, hvor kvinderne i en *kirtana* ofte synger 'Radhe Radhe', og mændene svarer med 'Syama Syama'. Der er nogle problemer med dette, hvilket mange ældre hengivne har gjort opmærksom på. Imens dette måske er opstået spontant og uskyldigt, betyder det ikke, at det er uden sine materielle fejl. Medmindre alle tilstedeværende er rene hengivne på *raga-bhava*-niveauet, vil introduktionen af nye måder at synge på nødvendigvis være farvet af materiel sansenydelse.

Det er heller ikke længere noget, der blot sker spontant. Snarere er det blevet en iscenesat praksis, hvor *kirtana*-lederen opmuntrer publikum til at synge på denne måde. Mange ældre hengivne finder, at denne form for sang er en helt anden end den ånd og det eksempel, som Srila Prabhupada satte. De føler sig utrygge ved at se dette eller deltage i en sådan form for sang. Derfor har det en tilbøjelighed til at splitte snarere end at forene hengivne. At Radharanis navn synges af kvinderne og Krishnas navn af mændene giver en verdslig smag. Vi har intet eksempel fra Prabhupada, hvor han delte sangen af *mantraer* op i grupper, uanset om det var unge og gamle, vestlige og østlige eller mænd og kvinder. Eksemplet, som Prabhupada og de forudgående *acaryaer* satte, var sang og respons, hvor en *kirtana*-leder fører an, og hele forsamlingen af hengivne responderer.

Selv hvis en hengiven eller en gruppe af hengivne synes, at de er på et mere avanceret niveau af hengivenhed, bør de ikke udtrykke deres dybere følelser offentligt. En avanceret hengiven handler, som om han er på niveauet af *sadhana-bhakti* for at sætte et eksempel for den brede offentlighed og de nye hengivne. *Yad yad acarati sresthas* – en leders eksempel slår tonen an for alle andre. Hvis begyndere involveres i en praksis, der overskrider deres forståelsesevne, vil det sandsynligvis undergrave deres hengivne liv.

"En hengiven, der virkelig er avanceret i Krishna-bevidsthed, og som konstant er engageret i hengiven tjeneste, bør ikke afsløre sig selv, selv om han har opnået fuldkommenhed. Ideen er, at man altid skal fortsætte med at handle som en begynder, så længe den materielle krop er der. Aktiviteter i hengiven tjeneste skal altid foregå ifølge de regulative principper, selv for de rene hengivne." (Fra *Nectar of Devotion*: Eligibility for Spontaneous Devotional Service)

En sidste, men meget vigtig ting er at huske på, at vi må undgå at skabe præcedens for fremtidige generationer af ISKCON-hengivne, at det er i orden at opfinde *mantraer*, ændre eksisterende *mantraer*, ændre *kirtana*-formatet osv. Hvis vi gør det, vil fremtidige generationer sandsynligvis gøre det samme, og i løbet af ingen tid vil ISKCON, når det kommer til *kirtana*, ikke være til at genkende i forhold til det, som Prabhupada gav for blot nogle få årtier siden. ॐ

Angst

Af Gaurahari Dasa

Søren Kierkegård og efter ham personer som Freud og de moderne eksistentialister anført af Jean Paul Satre har gjort dette ord, angst, til et internationalt begreb inden for filosofi, psykologi, kunst osv. Det handler om den irrationelle, dybtliggende frygt, som er så meget en del af vores eksistens, at vi ikke engang tænker over det. *Srimad-Bhagavatam* beskriver den grundlæggende årsag til denne angst:

bhayam dvitiya
bhinnivesata syat
isad apetasya
viparyayo 'smrithi

"Når det levende væsen glemmer sit evige forhold til Krishna, Guddommens Højeste Personlighed, og prøver at konkurrere med Gud, bliver han overvældet af frygt." Edvard Munch skildrede også denne angst i sit berømte maleri "Skriget". Vi prøver at undertrykke den, glemme den, men den er ikke så nem at blive af med, og fra tid til anden kommer den til udtryk, somme tider på en chokerende måde.

Jeg glemmer sent en sommerdag for mange år siden på Bornholm. Jeg gik på en parkeringsplads i Gudhjem og forsøgte uden det store held at sælge nogle af Prabhupadas bøger. Jeg fik øje på en bil med en gruppe unge mennesker, højst sandsynligt feriegæster fra København. De var optagede af deres indbyrdes konversation og lagde ikke mærke til mig. Jeg gik hen til vinduet på passagersiden, hvor der sad en ung pige, og bankede på ruden.

Hendes reaktion kom helt bag på mig, for der gik fuldstændig panik i hende. Hun satte i med et øresønderrivende skrig, mens hun stirrede på mig med rædselen malet i ansigtet. Jeg forstod ingenting, havde svært ved at acceptere det – jeg forsøgte at gå om på den anden side af bilen for at få chaufføren i tale. Febrilsk lænede pigen, som fortsatte med at skrige i vilden sky, sig over og fik lukket vinduet, inden jeg kunne nå rundt. Opgivende gik jeg min vej. Jeg måtte ind på et

Gaura Hari Dasa

offentligt toilet for at se mig i spejlet. Var jeg virkelig så uhyggelig at skue?

Vi har sikkert alle sammen været ude for den slags oplevelser, hvor enten vi selv eller nogen anden blev overvældet af angst, eller nærmere rædsel, ofte uden alvorlig ydre årsag, der kunne forklare sådan et anfald af paranoia, som det også kaldes. Den dybere årsag er som forklaret, at vi har vendt os bort fra Krishna, og hvis vi vil denne angst til livs, må vi tage fat om ondets rod. *Srimad-Bhagavatam* forklarer (2. 1.11):

etan nirvidyamananam
icchatam akutobhayam
yoginam nripa nirnitam
harer namanukirtanam

"Konstant recitation af det hellige navn, sådan som det er blevet demonstreret af de store autoriteter, er den sikre og frygtløse vej til fremgang for alle, både de, som er frie for materielle ønsker, de, som ønsker materiel nydelse, og de, som er tilfredse i selvet i kraft af transcendental kundskab."

Problemet er dog ofte, at vi ikke engang tør

indrømme, at vi er bange. Vi prøver at holde facaden, at narre fjenden, så at sige. Men at turde indrømme eller erkende sine svagheder er også en slags styrke. Ærlighed er en dyd, den sidste, som er tilbage i denne tidsalder. Med ærlighed kommer man langt, for det er begyndelsen til eller forudsætningen for at kunne gøre noget ved et problem. Vi må i det mindste prøve at være ærlige over for os selv og erkende, at vi behøver beskyttelse og hjælp. Det er ydmygende, ja, men vi må blive ydmyge, hvis vi vil gøre fremskridt.

Man ser så mange mennesker, som går rundt som zombier uden at turde åbne sig, uden at turde være sig selv på godt og ondt. De sidder måske fast i nogle traumer, har udviklet nogle fobier på grund af hændelser, ofte endda i tidligere liv, som hæmmer dem og forhindrer dem i at genopvække deres slumrende kærlighed til Krishna. Hvis man ikke kan åbne sig for Krishna, kan man heller ikke åbne sig for andre. Samtidig er det, hvis man ikke kan åbne sig for andre, også en indikation af, at man ikke har åbnet sig for Krishna.

Det gør ondt at se, og en hengiven, som er fuld af medfølelse med de faldne betingede sjæle, prøver altid at hjælpe andre til at acceptere, at de behøver Krishnas beskyttelse mere end noget andet. Vi ved, at vi rører ved et ømt punkt og må være meget forsigtige. Vi ved, at det er en risiko, vi løber, når vi afslører en anden persons svaghed, og medmindre vi først har vundet hans tillid, bør vi slet ikke tænke på at gøre det.

I den forbindelse er det interessant at huske, at Srila Prabhupadas navn er Abhay Caran, hvilket betyder "han, som er frygtløs," fordi han har søgt tilflugt ved Krishnas lotusfødder. Srila Prabhupada begav sig alene af sted til et ukendt kontinent, uden støtte, næsten uden penge på lommen – og det i en alder af næsten 70 år. Hvilket mod det må have krævet! Han var i livsfare mange gange, men Prabhupada var frygtløs. Han vidste, at han ikke kunne dø, for sjælen er udødelig. Hvis jeg ikke kan dø, hvad er der så at være bange for?

Hiranyakasipu, den store dæmon, troede sig udødelig på grund af velsignelserne, han havde fået af Brahma. Men da han ikke kunne dræbe sin lille søn Prahlada, blev han panisk, fordi han forstod, at det betød, at Prahlada var stærkere end ham og ville blive hans banemand. Denne historie fra *Srimad-Bhagavatam* er meget instruktiv, for den viser med stor tydelighed, at vi kun kan opnå frygtløshed ved at huske Krishna, ikke hvis vi prøver at søge tilflugt i vores egen styrke. ॐ

Informationer fra Norge

Hare Krishna tempelet i Bauneveien 4, 1182 Oslo

Tirsdager og torsdager kl. 18.00: *kirtana*, foredrag fra *Bhagavad-gita* og lett *prasada*.
Søndagsfest kl. 15.00: *kirtana*, foredrag og *prasada*.
Fredager kl 17:00 – 19:00: *Bhagavad-Gita* kurs og *prasada*. Kontakt templet for å delta på kurset.

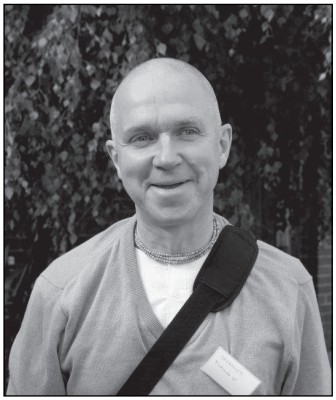
Juni måned:
Fredag 27. juni: Bhaktivinoda Thakuras 100 års bortgangsdag. Markering **søndag 29. juni kl. 15.**
Ratha yatra i Oslo 10. juli
Web: http://harekrishna.no/
Mail: info@harekrishna.no

Jeg synes faktisk vældig godt om det

Af Mahabhavi Dasa

Mukunda Prabhu er en Hare Krishna-hengiven, som bor i Sverige. Han har rejst Sverige rundt og givet skoleforedrag om Krishna-bevidsthed lige siden sidst i 1980erne. Mahabhavi har været med ham på et af disse skolebesøg.

I dag skal han tale om Krishna-bevidsthed på Rinmansgymnasiet i Eskiltuna i tre forskellige klasser. Han har været her mange gange før. Eleverne er forventningsfulde. De har dagen før set Mukunda og hans familie på en film, der blev lavet af SVT om Hare Krishna-bevægelsen, en del af serien Från Sverige til Himlen[1]. De er nysgerrige efter at møde denne usædvanlige person, der har levet som munk i tyve år og valgt at leve et så anderledes liv. Læreren afslører, at eleverne synes, det er underligt, og har stillet mange spørsmål. Hvordan kan nogen leve som munk i tyve år uden at blive gal? Selv er eleverne ikke mere end atten eller nitten år gamle. Og efter at denne Krishna-munk har giftet sig, lever han i og for sig videre som munk. Han og hans hustru, som også er Krishna-hengiven, har kun sex for at få børn. Hvordan kan de da holde sammen? Er sex ikke limen i ægteskabet? Da eleverne kommer ind i klasseværelset, kan de se et stort billede af Radha og Krishna og høre sangen Govindam, som spilles i Krishna-bevægelsens templer over hele verden hver morgen. De sætter sig forventningsfulde ned. De, der sætter sig bagerst, bliver bedt om at komme helt frem.



Mukunda Dasa

”Hej, jeg hedder Mukunda. Mukunda er mit åndelige navn, og mit fødselsnavn er Mats,” fortæller Mukunda og ser venligt og roligt på eleverne. Han er pænt klædt i silke-*dhoti*, *kurta*, rød vest og bløde beige sko. Han bruger powerpoint i sin præsentation. Det begyndte han med for nogle år siden. I mange år ville han ikke bruge powerpoint, for han ville have, at der skulle være god personlig kontakt mellem ham og eleverne. Måske ville powerpoint få eleverne til at blive mere optaget af det, de ser på lærredet, end af ham og det, han har at sige. Men powerpoint viste sig at være et positivt supplement til forelæsningen.

Både eleverne og lærerne giver opmuntrende tilbagemeldinger på hans foredrag. For det meste viser han billeder og bruger kun lidt tekst. Eleverne ser skiftevis på Mukunda og billederne, der dukker op på lærredet: Sri Caitanya, Sri Rangam, Visnu, Siva, Mukunda som barn, Mukundas børn, hans bryllup, Srila Prabhupada, *samsara* osv. Han viser også nogle enkelte videoklip. Blandt andet fik elevene et klip fra en *harinama* i Stockholm at se og et af Radhanatha Swami, hvor han taler i House of Commons i London.

”*Bhakti* er kærlighed,” forklarer Mukunda og ser alvorligt på eleverne. ”*Bhakti* er den kærlighed, der er varig, og som er dyb. I Bibelen har man et lignende ord, *agape*, for en sådan kærlighed. *Bhakti* eller *agape* er den kærlighed, der er uden egoistiske motiver. Der er forskel på en sådan kærlighed og lyst eller *kama*, som lyst hedder på sanskrit. I Bibelen bruger man ordet *eros* for lyst. Den slags kærlighed er ikke varig og derfor ikke virkelig kærlighed.”

Mukunda forklarer grundigt forskellen på lyst og kærlighed. Han giver eksempler fra historier, som elever har fortalt ham om sårede følelser, om udnyttelse og egoistisk lyst, som blev forvekslet med kærlighed.

”Det er så vigtigt at forstå forskellen,” bemær-

ker han. Som en kontrast til at stå og forelæse om vaisnavismen har han nu sat sig på kateteret og tager sig god tid, imens han ser fra elev til elev. Ingen nye billeder dukker op på væggen.

”Åh, du betyder alt for mig!” udbryder han med hævet stemme. Så skifter han til dramatisk og vredt: ”Jeg hader dig. Jeg vil aldrig se dig mere!” Eleverne følger opmærksomt med. Dette er ikke ukendt for dem.

”Hvordan kan man vide, om den kærlighed, man føler for en anden, er dyb og ægte kærlighed eller ikke?” spørger en af eleverne.

”Tak. Det er et godt spørgsmål. Det kan ikke altid være let at vide,” svarer Mukunda. ”Man har brug for kundskab og en, som kan vejlede én.”

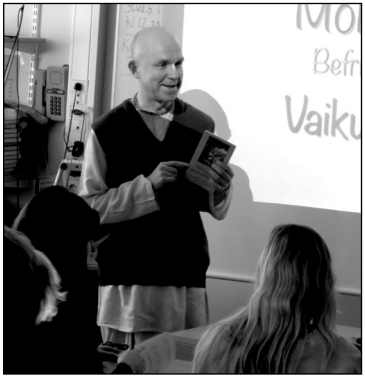
Mukunda var 22 år gammel, da han blev Hare Krishna-munk i 1980. Han har et netværk af lærere, som han kontakter i begyndelsen af hvert semester. Hvis han ønskede det, kunne han give foredrag flere gange om dagen fem dage om ugen året rundt, men det ville blive for meget. Nogle foredrag delegerer han til andre. Han rejser med toget til skolerne og universiteterne, og ofte må han tage af sted med første tog, som

går om morgenen. Men han bliver aldrig træt af det, fortæller han. Snarere tværtimod. Han synes, at det bliver bedre og bedre. Skoleforedrag giver ham transcendental inspiration. Caitanya Mahaprabhu udtaler i første vers af *Siksastakam*, *vidya-vadhu jivanam, anandam buddhi vardanam*: *Sankirtana* vækker den transcendentale kundskab til live, og *sankirtana* får oceanet af transcendental lyksalighed til at stige.

”Skal man give skoleforedrag om Krishnabevidsthed, er det vigtigt at have en god *sadhana* (en reguleret åndelig praktisering),” forklarer Mukunda. ”En god *sadhana* giver styrke til at komme dybere og gå under den mentale platform.” Han understreger, at det er vigtigt at finde balancen mellem at blive fanatisk på den ene side og for udvandet og utydelig på den anden. Denne balancekunst kræver netop, at han tager sin *sadhana* alvorligt. Derfor står han tidligt op om morgenen, holder *mangala-arati* og reciterer sine runder i morgenstunden.

Skolerne giver ham donationer for foredragene, og med disse penge forsørger han sin familie og dækker sine udgifter. Mukunda bor på Almvik,

Hare Krishna-bevægelsens landsby og gård nogle kilometer uden for Stockholm. Her bor han med sin hustru, Jivakesa Dasi, som han har vært gift med i fjorten år, sin søn Syamasundara på otte år og tvillingedøtrene Radharani og Yamuna på seks år. Der er meget liv i huset og meget at se til. Det kan til tider blive hektiske og lange dage. I sommerferien, når skolerne er lukket, tager han ofte på *harinama* sammen med andre, som bor på Krishna-gården, og rejser ud til byerne rundt omkring Almvik. Når han har mulighed for det, går Mukunda også ud og træffer folk på gaden og sælger dem Srila Prabhupadas bøger.



I 2012 fik han en udmærkelse af Euro RGB (European Regional Governing Body), ISKCON's europæiske styrende organ. Hvert år uddeler ISKCON Europa diplomer til hengivne, som specielt har udmærket sig i deres dedikering til Krishnas tjeneste. Euro RGB skriver i sin udtalelse: "Mukunda har holdt på med skoleprogrammer med en imponerende beslutsomhed og udholdenhed, og han har udviklet en pædagogisk ekspertise, som bliver højt værdsat af mange lærere." Hele udtalelsen kan læses på Euro RGB's hjemmeside.[2]

"Kan I se denne her?" spørger Mukunda og holder sin bønnekæde frem. "Ved I, hvad den kaldes?"

Eleverne ser nysgerrigt på bønnekæden med alle kuglerne. Der er noget ekstra helligt ved den. På lærredet viser powerpointen Hare Krishna-*mantraet*, og Mukunda viser, hvordan han reciterer på bønnekæden: "Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna …"

Stille bøn og meditation tidligt om morgenen. Det gør indtryk på eleverne. De har tillid til, at der er sammenhæng mellem det, han siger, og det, han gør. Mukunda tager også et sæt *karatalaer* frem og synger rytmisk nogle *mantraer*. Ingen af eleverne fniser eller laver uro.

"Når vi siger vand, vand, vand, bliver vores tørst ikke slukket," forklarer han, "men når vi siger Hare Krishna, er vi sammen med Krishna. Der er ingen forskel på Krishnas navn og Krishna."

Mukunda deler også Srila Prabhupadas bøger ud til elevene. Han lægger dem på kateteret, og de, som vil, kan tage dem. "Det er en gave," fortæller han. De fleste elever kommer frem og tager en bog. Denne gang er det 'Nektarlika instruktioner' (*Sri Upadesamrita*), som eleverne fik. Bøgerne subsidieres gennem det, som kaldes *sastra-dana*. *Sastra* betyder skrift, og *dana* betyder at give bort. Gennem *sastra-dana* kan alle deltage i distributionen af Srila Prabhupadas bøger ved at sponsorere dem. Hvis man gerne vil bidrage til, at Srila Prabhupadas bøger kan gives bort til skoleelever, fængsler, biblioteker, kontorer osv., kan man gå til hjemmesiden www.shastradana.se og give en donation via den side (ikke muligt i skrivende stund) eller kontakte Mukunda på e-mail: mukunda@krishna.se.

Til slut får eleverne en lille smagsprøve af *prasada*, Mukunda og familiens hjemmelavede chokoladekugler, som er blevet ofret til familiens Gaura-Nitai.

"Hvad syntes du om foredraget?" spørger Mukunda en elev.

"Jeg syntes faktisk vældig godt om det," svarer hun. ॐ

1 https://www.youtube.com/watch?v=WeMVXvwor-U

2 http://eurorgb.com/iskcon-europe-excellence-awards-in-2012

Principper for alle

Varnasrama – instruktioner for civiliserede mennesker, del 2

Af Lalitanatha Dasa

Dette er anden del i en serie om varnasrama-dharma. Første del bragtes i forrige nummer.

Kernen i *varnasrama-dharma* er anerkendelsen af menneskers forskellighed med en efterfølgende systematisk inddeling af alle mennesker i forskellige kategorier efter deres natur og tilbøjelighed med særlige religiøse principper for hver kategori. Men for overhovedet at komme til niveauet, hvor man er kvalificeret til at deltage i *varnasrama-dharma* ud fra sin særlige plads i systemet, skal man først udvikle og overholde en række grundlæggende principper, der gælder for alle uden undtagelse. Uden at overholde disse principper vil man ikke kunne anses for at være et civiliseret menneske.

Drenge undervises efter varnasrama-principperne i ISKCON's skole i Mayapur.

I sin gennemgang af *varnasrama* i *Srimad-Bhagavatams* 7. bog forklarer Narada Muni først, at der er 30 principper, der skal overholdes af alle (*SB*. 7.11.8-12):

> ”Disse er de generelle principper, som skal følges af alle mennesker: ærlighed, barmhjertighed, nøjsomhed, tage bad to gange om dagen, tolerance, at kunne skelne mellem rigtigt og forkert, beherskelse af sindet, beherskelse af sanserne, ikkevold, cølibat, velgørenhed, læse skrifterne, enkelhed og ligefremhed, tilfredshed, yde tjeneste til hellige personer, gradvist opgive unødvendige beskæftigelser, være klar over det formålsløse ved menneskesamfundets unødvendige aktiviteter, forblive tavs og alvorlig og undgå unødvendig tale, overveje om man er sjælen eller kroppen, uddele mad ligeligt til alle levende væsener, se hver eneste sjæl som en del af den Højeste Herre, høre om Guddommens Højeste Personligheds aktiviteter og instruktioner, tale og synge om disse aktiviteter, altid huske på disse aktiviteter og instruktioner, forsøge at gøre tjeneste, tilbede, underkaste sig, blive en tjener og overgive hele sit selv. O Kong Yudhisthira, disse 30 kvalifikationer må man tilegne sig i den menneskelige livsform. Blot ved at tilegne sig disse kvalifikationer kan

man tilfredsstille Guddommens Højeste Personlighed."

Hver eneste af disse grundlæggende kvaliteter kan der skrives lange artikler om, hvilket det ikke er tanken at gøre her. Ikke desto mindre bør man studere disse kvaliteter og stræbe efter udvikle dem og leve efter dem. Klip dem ud, hæng dem op, mediter på dem.

I *Mahabharata* angiver Bhismadeva på samme måde ni principper, der skal overholdes af alle uanset status. Srila Prabhupada citerer denne passage fra *Mahabharata* i sin forklaring til *Srimad-Bhagavatams* 1. bog (1.9.26):

> …. (1) ikke at blive vred, (2) ikke at lyve, (3) at uddele rigdom ligeligt, (4) at tilgive, (5) kun at få børn med sin legitime hustru, (6) at være ren i sindet og hygiejnisk i kroppen, (7) ikke at være fjendtlig over for nogen, (8) at være enkel og ligefrem og (9) at støtte og forsørge tjenere eller dem, der står under én. Man kan ikke kaldes en civiliseret person uden at have de ovennævnte grundlæggende kvaliteter.

Den centrale vigtighed af disse grundlæggende kvaliteter i *varnasrama-dharma* beviser, at vi har at gøre med et samfundssystem, der ikke tillader udnyttelse af nogen. De højere klassers udnyttelse af de lavere er en etikette, der hænger ved Indiens nuværende kastesystem, men som vi kan se af disse kvaliteter, er det stik imod ånden i det virkelige *varnasrama*. For eksempel har Bhisma det som det niende princip at støtte og beskytte dem, der er svage og står under én. Man skal dele rigdom med andre, hvis man har rigdom, man skal være ikke-voldelig, give i velgørenhed, uddele mad til alle levende væsener, gøre tjeneste, ikke være fjendtlig over for nogen, være barmhjertig osv.

Der er slet ikke plads til udnyttelse af nogen inden for *varnasrama-dharma*. De, der er tilbøjelige til dette eller anser position, rigdom og nydelse i denne verden som vigtige og som et mål med livet, har de laveste positioner inden for *varnasrama* eller falder helt uden for rammerne af, hvad det vil sige at være civiliseret. Formålet med *varnasrama* er selverkendelse og åndelig udvikling. Jo mere man har dette som sit livs mål, desto højere position vil man have inden for *varnasrama*. Derfor anses *brahmanaerne* for de øverste i samfundet, og som vi kommer til at se, har kvalificerede *brahmanaer* ingen materielle ambitioner og er ligeglade med materiel nydelse, rigdom og position.

> "Formålet med varnasrama er en systematisk personlig og åndelig udvikling for alle, og derfor skal alle udvikle ovennævnte kvaliteter."

Formålet med *varnasrama* er en systematisk personlig og åndelig udvikling for alle, og derfor skal alle udvikle ovennævnte kvaliteter. Disse kvaliteter vil selvfølgelig også give et fredfyldt og lykkeligt samfund, hvis alle besidder dem, men det er værd at bemærke, at grunden til, at alle skal overholde dem, er ikke blot, at så bliver samfundet fredfyldt. Den virkelige grund er, at de er afgørende for hvert enkelt menneskes personlige og åndelige udvikling.

Det er også værd at bemærke, at dette gennemhuller ideen om, at *vaisnavaer* er transcendentale til eller hævet over *varnasrama-dharma*. Er *vaisnavaer* eksempelvis hævet over at være ærlige, barmhjertige, nøjsomme og tage bad to gange om dagen? Nej, *varnasrama* er for alle. Ikke desto mindre er der forskellige principper for forskellige kategorier, og nogle særlige principper gælder kun for *vaisnava*-stadiet, der er det højeste stadie af selvrealisering, hvor man til fulde har erkendt sin natur som en tjener af Gud og tjener af alle og ikke har så meget som skyggen af ønske om at udnytte andre.

De forskellige klassifikationer

Efter at have set på de principper, der gælder for alle, kommer vi til diskussionen af *varnasrama*-samfundets forskellige kategorier og de principper, der gælder for hver af dem. *Varnasrama-dharma* opdeler som sagt menneskers forskellighed i fire *varnaer* (beskæftigelsesmæssige ordener) og fire *asramaer* (livsstadier). De fire *varnaer* er *brahmana* (den intelligente menneskeklasse), *ksatriya* (den ledende menneskeklasse), *vaisya* (den produktive menneskeklasse) og *sudra* (den tjenende menneskeklasse), imens de fire *asramaer* er *brahmacari* (elevstadiet), *grhastha* (familiestadiet), *vanaprastha* (det tilbagetrukne stadie) og *sannyasa* (det forsagende stadie). Der er også kategorierne mand og kvinde, der har hver deres forskellige principper på de forskellige livsstadier.

Varnasrama

Varnasrama-dharma bygger således ikke blot på anerkendelsen af forskellighed, men nærmest en forgudelse og kultivering af forskellighed. Kultivering af forskellighed anses for at være det største lighedsprincip inden for *varnasrama*, hvilket sikkert lyder som en selvmodsigelse i mange moderne ører. I moderne tid er der store forsøg på at skabe lighed blandt mennesker, hvilket ofte bliver tolket som, at alle skal gøre det samme, eje det samme og vide det samme. Som en dansk politiker engang sagde: ”Hvad ikke alle kan lære, er der ingen, der skal lære.”

Om end velment anses denne moderne lighedsopfattelse ifølge *varnasrama*-filosofien for at være uden forbindelse med virkelighedens verden. Vi har alle forskellige materielle naturer og ønsker, og at forsøge at gøre os materielt lige er ikke blot en umulighed, men nærmest vold imod individet og vil aldrig kunne gøre mennesker lykkelige. Mennesker bliver ifølge *varnasrama*-filosofien tilfredse ved at kunne handle på og udvikle deres respektive forskellige tjenende naturer. Virkelig lighed er at give alle lige mulighed for at kunne udvikle deres forskellige naturer og bidrage meningsfuldt til samfundet med de forskellige tjenester, som man hver især har at bidrage med.

Et eksempel på, hvor unaturligt bestræbelsen på at skabe materiel lighed er, ser man i det moderne uddannelsessystem, der tvinger alle til at gennemgå den samme ni eller ti års skolegang og mange gange mere. Desværre er disciplinen ofte et stort problem i sådanne skoler. Mange elever er skoletrætte og uinspirerede og nedtrykte over, at de ikke kan følge med i det, de bliver undervist i, eller overhovedet forstå relevansen af det. Andre kan sagtens følge med, men keder sig, fordi de anser tempoet for alt for langsomt og ved, at de kunne lære meget mere meget hurtigere, hvis de fik lov til det.

Det ville i virkeligheden være langt bedre for mange af disse elever med en kort skolegang, hvor de efter at have lært de mest elementære ting som at læse, skrive og regne fik en læreplads i det praktiske liv ved landbruget eller som bilmekanikere, gartnere, købmandselever, arbejdsdrenge osv. Hvis de blev beskæftiget på den måde, ville de hurtigt finde sig til rette i det og blive dygtige til det, de i virkeligheden har anlæg for. Dette ville give dem en helt anden følelse af tilfredsstillelse, selvværd og mening, som de ikke oplever nu ved at blive trukket igennem noget, der strider imod deres natur.

Samtidig ville de elever, hvis natur det faktisk er at være boglige og arbejde med viden, også blomstre helt anderledes, for de behøver ikke at blive holdt tilbage, fordi andre, mindre bogligt begavede elever også skal kunne følge med. Dette eksempel illustrerer ikke blot det fejlslagne moderne forsøg på at skabe materiel lighed, men giver også en antydning om *varnasrama*-filosofiens ide om lighed igennem kultivering af forskellighed. (Fortsættes i næste nummer) ॐ

Bhagavad-gita som den er - kapitel 3

Karma-yoga

Af Dandaniti Devi Dasi

Her følger fjerde del af Bhagavad-gita-serien, der denne gang omhandler tredje kapitel, der hedder Karma-yoga. Ideen er, at man her kan danne sig et overblik over kapitlet. Derefter skal man selv læse kapitel 3 igennem og svare på de spørgsmål, der står til sidst i artiklen. Man kan finde svarene i teksten og svare med egne ord eller citater fra bogen.

Karma-yoga

I begyndelsen af kapitel 2 accepterede Arjuna Herren Krishna som sin åndelige mester, og Krishna begyndte at instruere Arjuna i det åndelige livs principper. Krishnas første belæring var, at vi ikke er kroppen, men evige åndelige sjæle. Dernæst fortalte Han om den proces, hvorigennem man kan erkende, at man ikke er denne krop, og gradvist blive beskæftiget i sjælens naturlige aktivitet, ren hengiven kærlighedstjeneste til Herren. Krishna forklarede, hvordan en Krishna-bevidst person renses fra alle materielle ønsker, ikke ved at trække sig tilbage fra aktivt liv, men ved at engagere sin krop, sit sind og sine sanser i Herrens tjeneste.

Dandaniti Devi Dasi

Srila Prabhupada skriver i kommentaren til vers 2 i kapitel 3:

> ”Som indledning til *Bhagavad-gita* blev der i det foregående kapitel beskrevet mange veje såsom *sankhya-yoga, buddhi-yoga*, beherskelse af sanserne gennem intelligensen, arbejde uden frugtstræbende ønsker og begynderens situation. Dette blev alt sammen forklaret, men ikke særlig systematisk. En mere struktureret fremlægning var nødvendig, hvis Arjuna skulle kunne forstå, hvordan han skulle handle.”

Buddhi-yoga eller karma-yoga

I *Bg*. 2.49 sagde Krishna, *durena hy avaram karma buddhi-yogad dhananjaya*: ”Hold alle afskyelige handlinger på lang afstand med hengiven tjeneste.” Denne instruktion forvirrede Arjuna, og dette udtrykkes i hans spørgsmål i første tekst i kapitel 3: ”Hvorfor vil Du inddrage mig i denne grufulde krig, hvis Du mener, at intelligens (*buddhi*) er bedre end frugtstræbende arbejde (*karma*)?”

Arjuna havde fortsat den ide, at *buddhi-yoga* betød at trække sig tilbage fra aktivt liv. Han var samtidig forvirret over de mange forskellige veje, Krishna havde forklaret. De forskellige *yoga*-typer, Krishna beskriver, er imidlertid blot forskellige trin på vejen mod *bhakti*. *Yoga* betyder at sammenlænke sig med den højeste. Når *buddhi* (intelligens) sættes sammen med *yoga*, bliver det til *buddhi-yoga* eller *bhakti-yoga*. Når aktivitetet (*karma*) udføres for den Højeste, bliver det til *karma-yoga*, der således er identisk med *bhakti*. Det er derfor ikke et spørgsmål om at foretrække den ene frem for den anden, men om at kombinere viden og intelligens med handling i Krishna-bevidsthed.

Buddhi-yoga er bedre end forsagelse

Krishna forklarer igen, at det er umuligt at opnå fuldkommenhed blot ved at afholde sig fra at handle. Det er sjælens natur at være evigt aktiv, og selv for at opretholde kroppen er det nødvendigt at arbejde. Vi er alle tvunget til at handle ifølge naturen af den krop, vi befinder os i. Krishna understreger, at forsagelse blot er en forstyrrelse, hvis hjertet ikke er rent.

”Uden at blive renset gennem foreskrev-

ne pligter bør man aldrig forsøge at blive en såkaldt transcendentalist og forsage sit arbejde for at leve på bekostning af andre." (*Bg*. 3.8, forklaring)

Karma-yoga

Krishna anbefaler Arjuna at følge vejen af *karma-yoga*, at handle for Krishna. Vers 3.9 forklarer dette i en nøddeskal:

yajnarthat karmano 'nyatra
loka'yam karma-bandhanah
tad-artham karma kaunteya
mukta sanga samacara

"Arbejde skal gøres som et offer til Visnu, ellers vil arbejde binde én til denne materielle verden. Gør derfor dine foreskrevne pligter for at tilfredstille Ham, for på den måde vil du altid forblive fri for trældom, O Kuntis søn."

Ofringer til Visnu er målet med livet

"Herren skabte denne materielle verden for at lære de betingede sjæle, hvordan man udfører *yajnaer* (offerhandlinger) for at tilfredstille Visnu, så de levende væsener under deres ophold i den materielle verden kan leve komfortabelt uden bekymring og derefter vende tilbage til Guds rige, når de har overstået deres nuværende materielle kroppe. Det er hele programmet for den betingede sjæl." (*Bg*. 3.10, forklaring)

Prabhupada fremhæver *sankirtana-yajna*, tilbedelse af Herren gennem sang af Hans hellige navne, der er den anbefalede metode til selvrealisering i denne tidsalder.

"Hvis folk vil være lykkelige i alle henseender, må de derfor lære at følge den nemme *sankirtana-yajna*-metode i fuld Krishna-bevidsthed. Ellers kan der hverken være fred eller lykke i verden." (*Bg*. 3.13, forklaring)

"Man må forstå, at alle menneskesamfundets livsfornødenheder bliver givet af Herrens halvguderepræsentanter. Ingen kan selv fremstille noget… Uden den Højeste Herre kan der ikke være tilstrækkelig med sollys, måneskin, nedbør, vind osv., uden hvilke ingen kan leve. Det er åbenlyst, at vores liv er afhængige af Herrens forsyninger." (*Bg*. 3.12, forklaring)

"Af den grund ofrer Herrens hengivne, der befinder sig i Krishna-bevidsthed, deres mad til Krishna, før de spiser den, en proces, der giver kroppen mad på en åndelig måde. Ved at gøre dette neutraliserer man ikke blot kroppens tidligere syndige reaktioner, men kroppen bliver også immun over for enhver smitte fra den materielle natur." (*Bg*. 3.14, forklaring)

Om at være et godt eksempel for andre

Generelt er der ingen, der gør noget, medmindre de får en eller anden form for sansenydelse ud af det. Princippet bag ofringer er at lære den betingede sjæl at tjene uselvisk. Ingen kan i virkeligheden undgå at ofre sig for eller tjene nogen. Hvis man ikke tjener højere principper, er man en tjener af sine egne sanser og sit eget sind.

Der findes foreskrevne pligter for alle mennesker i overensstemmelse med deres fysiske og psykiske tilstand og evner såvel som åndelige pligter, der hjælper én til at gøre åndelige fremskridt.

I vers 21 understreger Krishna vigtigheden af at udføre disse foreskrevne pligter, selv hvis man ikke er interesseret i frugterne af sit arbejde eller måske endda er helt befriet fra alle materielle ønsker.

"Uanset hvad en stor mand gør, følger almindelige mennesker i hans fodspor. Og lige meget hvilke normer, han sætter igennem sit eksempel, efterstræbes de af den ganske verden." (*Bg*. 3.21)

Selv Krishna følger de foreskrevne pligter, når Han nedstiger, for at folk kan følge Hans eksempel og derved gøre åndelige fremskridt.

At besejre lyst og begær

”Hvad er det, der driver én til syndige handlinger selv mod ens vilje, som om man var tvunget til det?” spørger Arjuna i vers 36. Krishna svarer (vers 37): ”Det er intet andet end begær eller lyst, der affødes af kontakt med lidenskabens materielle kvalitet og senere forvandles til vrede.” Prabhupada skriver i forklaringen til tekst 41:

> ”Begær er blot den forvrængede refleksion af den kærlighed, som alle levende væsener naturligt har til Gud… Når kærlighed til Gud degraderes til begær, er det meget svært at bringe den tilbage til dens normale tilstand. Krishna-bevidsthed er ikke desto mindre så kraftfuld, at selv en sen begynder kan blive en elsker af Gud ved at følge den hengivne tjenestes regulerende principper.”

Krishna forklarer, at dette begær manifesterer sig i sanserne, sindet og intelligensen.

> ”Hvis man engagerer sindet i Krishna-bevidsthed med sin intelligens ved at overgive sig fuldstændigt til Guddommens Højeste Personlighed, vil sindet automatisk blive styrket, og skønt sanserne er meget stærke ligesom giftslanger, vil de på den måde ikke være farligere end en slange med brækkede gifttænder.” (*Bg*. 3.42, forklaring)

Spørgsmål:

Vers 1-8

1. Hvad var Arjunas (mis)forståelse af *buddhi-yoga*?
2. Hvorfor er hengiven tjeneste bedre end empirisk filosofisk spekulation?
2. Hvordan forklarer Srila Prabhupada sammenhængen mellem religion og filosofi?
3. Hvad er problemet med utidig forsagelse?

Vers 9-16

1. Hvad er hovedformålet med at udføre ofringer? Hvilke sideeffekter har det?
2. Hvad siges der om *sankirtana-yajna* i denne passage?
3. Hvorfor er det ikke nødvendigt at tilbede halvguderne separat?
4. Hvad sker der, hvis man ikke udfører ofringer?
5. Hvad er de rette fødevarer for mennesker?
6. Hvad er resultatet af at spise mad, der er ofret til Visnu? Forklar analogien med vaccinen.
7. Forklar vers 14 med dine egne ord.

Vers 17-35

1. Hvad vil det sige, at en Krishna-bevidst person ingen pligter har?
2. Forklar begrebet *acarya*.
3. Forklar forskellen mellem at følge og efterligne Krishna.
4. Fuldfør sætningen: ”En person, der er Krishna-bevidst, og den, der ikke er det, adskiller sig fra hinanden ved deres forskellige…
5. Hvorfor skal en person ikke forstyrre andre i deres aktiviteter og forståelse? Hvorfor gør hengivne det alligevel?
6. Forklar analogien med kasseren, der tæller millioner af kroner for sin arbejdsgiver.
7. Hvem er *tattvavit*?
8. Forklar analogien med uheld på en kongelig vej.
9. Hvorfor er det farligt at følge en andens vej?

Vers 36-43

1. Hvad er foreskrevne åndelige og materielle pligter? Hvem giver os disse pligter?
2. Forklar analogien med mælk og tamarinde.
3. Hvordan kan vrede anvendes i Krishnas tjeneste? Giv et eksempel fra teksten.
4. Forklar de tre grader af tildækket bevidsthed.
5. Forklar analogien med at hælde brændsel på bålet.
6. Hvor sidder begæret?
7. Hvordan kan man overvinde lyst og begær?
8. Forklar analogien med slangen og de brækkede tænder.

Bhagavad-gita som den er kan købes i Hare Krishnas centre eller online på http://bhagavad-gita.dk/. ॐ

Herren Krishnas Køkken

Indisk vegetarisk kogekunst - 24.del

Af Yamuna Devi Dasi

Pakoraer

I Yamunas madlavningsserie, der blev bragt i Back To Godhead i 1990'erne, bringer vi her afsnit 24, hvor hun efter at have fortalt om Prabhupadas standarder for rengøring i køkkenet viser, hvordan man laver koftaer.

For en kok kan dagligdags aktiviteter tilbydes som en ydmyg ofring til forherligelse af Prabhupada. Resultatet af en koks tjeneste er *Krishna-prasada*, og ved at spise og distribuere den bliver vores liv gradvist mere og mere åndeligjort.

Yamuna Devi Dasi

I mange foredrag, samtaler og morgenture fremhævede Srila Prabhupada vigtigheden af *prasada*-distribution, men vigtigere end det levede han efter sine instruktioner. For eksempel havde han en krukke med *prasada* under sit skrivebord, og alle, der kom for at besøge ham, tog derfra med en smag af *prasada*, som de ofte havde fået direkte fra Prabhupadas egen hånd. Prabhupada bad tempelledere sørge for, at gæster ikke bare smagte *Krishna-prasada*, men fik fulde tallerkener deraf. Han viste os, hvordan kærlighedsudvekslingen med at give og tage imod *prasada* renser hjertet og sanserne og glæder selv dem, der er vidner til udvekslingen.

Renlighed

Herren Krishna forklarer i *Bhagavad-gita*, at *saucam* eller renlighed er et aspekt af viden. I en forklaring i kapitel 13 uddyber Srila Prabhupada: "Renlighed er afgørende for at gøre fremskridt i åndeligt liv. Der er to slags renlighed: ydre og indre. Ydre renlighed vil sige at tage et bad, men når det kommer til indre renlighed, skal man altid tænke på Krishna og synge Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare/ Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare. Denne proces renser det ophobede støv af tidligere *karma* fra sindet."

Ydre renlighed

I Indien kommer tempelkokke næsten udelukkende fra medlemmer af *brahmana*-kasten. ISKCON-kokke og køkkenhjælpere er måske eller måske ikke initierede som *brahmanaer*, men under alle omstændigheder forventes de at følge de brahminske standarder for renlighed. *Brahmanaer* tager normalt bad tre gange om dagen. De vasker deres mund, gummer og tænder ikke blot, når de står op, men også hver gang, de har spist. Ja, de vasker deres hænder, mund og fødder selv efter at have drukket eller blot småspist et eller andet.

Kokke skal have rent tøj på, når de går i køkkenet, og de undgår at have det samme tøj, som de sover i, på i køkkenet, selv om tøjet er rent. Tempelkokke smager aldrig på maden, mens de tillaver den, ikke engang for at tilsmage den. Kokke, der følger disse standarder, anses for *suci* eller "rene".

Et tempelkøkken skal holdes lige så pletfrit rent som Deitets-rummet. I Indien er køkkenet bygget til renlighed. De, der gør rent, giver mudderovnene en frisk afvaskning med mudder efter hver anvendelse og vasker hele køkkenet med vand mindst to gange om dagen, eller efter hvert måltid er blevet tillavet.

Rent køkkengrej

Hvis der var én ting i køkkenet, som Srila Prabhupada betonede mere end noget andet, var det pletfrit rent køkkenudstyr. Prabhupadas test for køkkenrenlighed var bunden af gryder. Han huskede, hvordan hans mor ville undersøge bunden af hvert eneste redskab for pletter. Prabhupada lærte sine kokke at rengøre sit messingkogeapparat, indtil siderne og bunden skinnede som guld. Efter at have lavet mad over åben ild brugte jeg aske og jord til dette med fantastiske resultater. Somme tider forkastede Srila Prabhupada tempelkøkkenernes gryder med bemærkninger om, at en *vaisnava*-kok bør ikke engang røre ved en gryde, der har sorte pletter under bunden.

Så lade os tage et virkelighedstjek. Er du lige nu helt sikker på, at der ingen sorte pletter er under bunden af dit køkkengrej? Det er lige meget, om du er tempelkok, køkkenchef i en restaurant, rejsende munk eller kok i familien. Hvis du er usikker, er du på usikker grund. Du skal være sikker på, at der ikke er skyggen af sorte pletter under bunden af dine gryder, for det er den standard, som Prabhupada gav os.

Indre renlighed

Som ovenfor nævnt citerede jeg en forklaring fra *Bhagavad-gita*, hvor Srila Prabhupada skriver, at måden, man rengør sindet, hjertet og sanserne på, er ved at synge eller recitere Hare Krishna-*mahamantraet*. At gøre dette er så enkelt, men gavnen deraf er mageløs. Den bedste måde at forstå gavnen deraf er ved at synge og høre. Hengivne spiller ofte bånd med sang af Hare Krishna, når de laver mad, for *maha-mantraet* renser atmosfæren i køkkenet. Jeg har set i årevis, hvordan *maha-mantraet* virker som trolddom.

Åndelig madlavning kan være lige så kraftfuld som bøn eller meditation, en fuldstændig absorbering i det transcendentale plan. At høre transcendental lyd kan forstærke processen.

Imens hengivne laver mad, lytter de ofte til forelæsninger om Krishna-bevidsthed, for lyden af forherligelsen af Herren er lige så rensende som Herrens hellige navn. I Montreal talte en ny discipel i 1968 foran Prabhupada under fejringen af Prabhupadas fremkomstdag. Den hengivne sagde, at han ville opleve sit liv som perfekt, hvis han blot hver dag resten af sit liv simpelthen kunne rulle *chapatier* og lytte til bånd med Srila Prabhupadas foredrag. Disciplens ord fik tårer frem i Prabhupadas øjne. ”Ja,” svarede Prabhupada. ”Mange tak for at tænke på den måde.”

Koftaer

Lad os nu vende os til de lette måltider og tilbehør i lærebogen, *Lord Krishna's Cuisine*.

Gyldenbrune *koftaer*, der bliver serveret som en lækker sideret eller som hovedretten i et let måltid, nydes ofte med udbrud af ”ih” og ”uhm”. Kokke forskellige steder i Indien tillaver og former *koftaer* forskelligt. Kokke i nord laver dem ofte ved at dybstege en kugle af revne radisser, blomkål og kartoffel eller *panir*-ost, der bindes løst sammen med kikærtemel. Kokke i vest og øst former *koftaer* som små sauterede kager i stil med kartoffelpandekager. Og kokke i syd kan finde på at lave *koftaer* med en blanding af grønsager eller malet *dal* (linsebønner), der bliver stegt til fjerlette krydrede doughnuts.

Som dit hjemmearbejde kan du lave mindst tre slags *koftaer* fra lærebogen plus de to efterfølgende opskrifter.

For yderligere at forskønne dine *koftaer* kan du tilføje forskellige chutneyer eller sovse. En sursød chutney af grønne æbler går fint sammen med zucchini-*kofta*. En stærk chili-sovs af grønne chilier er perfekt sammen med kikærte-*kofta*, og en persillesovs med cremefraiche passer til næsten enhver form for *kofta*.

Til en enkel hovedret kan man servere kartoffel-*kofta*-kager og flødetomat (se nedenunder) med basmati-ris og en sauté af årstidens grønsager.

Nogle sidste tanker

Ens sind bliver rent af at ære *prasada*, der er tilberedt i et ordentligt og rent køkken og ofret

til Krishna med hengivenhed. En dag i Vrindavana, imens jeg hældte et glas vand op til Srila Prabhupada fra en lerkrukke, bemærkede han, at hans disciple må lære at handle på en brahminsk måde og omhyggeligt udvikle rene vaner. Hvis disciplen ikke gør tingene ordentligt, fortsatte han, er det ikke disciplen, men den åndelige mester, der bliver kritiseret. Han bad os handle på en sådan måde, at det ville give ham et godt navn og ikke vanære. Lad os alle, gamle og nye hengivne, give Prabhupada den ære og det navn, han fortjener, ved at leve, sådan som han lært os det, og dele hans lære med andre.

Kartoffel-kofta-kager

(4-6 personer)

Disse *koftaer* pandesteges til sprøde kager af krydrede kartofler, mandler og rød peberfrugt, der bindes sammen med en smule kikærtemel.

1 kg kartofler i mellemstore strimler
3½ dl kikærtemel
1 tsk. bagepulver
½ spsk. salt
½ spsk. røde chili-flager
1 spsk. garam masala
1 spsk. hakket ingefærrod
1½ dl hakkede mandler
2½ dl rød peberfrugt i terninger
1-1½ dl ghee eller jordnøddeolie til stegning

Anbring kartoffelstrimlerne i et dørslag, skyl dem godt og stil dem til side til afdrypning. Bland de øvrige ingredienser godt i en stor skål.

Læg kartoflerne i et rent viskestykke, pres alt tilbagebleven vand ud og tilsæt kartoflerne til de andre tørre ingredienser. Bland med hænderne, indtil blandingen begynder at hænge sammen. Tag klumper på en god deciliters størrelse af *kofta*-blandingen, pres dem imellem hænderne til flade bolde (ca. 12 i alt) og stil dem til side på plader.

Varm lidt over en halv cm ghee eller olie op i to store sliplet-pander, indtil den bliver varm uden at ryge. Skru derefter ned for varmen til middel. Fugt dine hænder og tryk hver bold let til en kage og lad den forsigtigt glide ned i ghee'en/olien. Steg tre eller fire *koftaer* i hver pande, uden at de ligger for tæt, indtil de har en varm brun farve, tre eller fire minutter på hver side (vend dem én gang).

Koftaerne ofres med det samme til Krishna eller overføres til bageplader, hvor de kan holdes varme ved 120 grader i en ovn i op til to timer. Servér to-tre *koftaer* på hver tallerken med skefulde af varm flødetomat.

Flødetomat

(ca. ¾ liter)

1 spsk. ghee eller jomfruolivenolie
1 tsk. sorte sennepsfrø
½ tsk. hing
½ dl tomatpuré
1-1½ dl vand
4 dl yoghurt/tykmælk eller cremefraiche
salt og peber efter smag

Varm det meste af ghee'en eller olien op i en kasserolle og tilføj sennepsfrøene. Tilsæt hing, når de begynder at skifte farve. Når sennepsfrøene popper, røres tomatpuréen i. Steg i et minut eller to, tilsæt vandet, bland det hele sammen med et piskeris og bring blandingen i kog. Tag gryden af varmen og pisk forsigtigt tykmælken eller cremefraichen i. Krydres med salt og peber. Ofres til Krishna. Genopvarmes forsigtigt før servering uden at blive bragt i kog. ॐ

Jeg vil gerne abonnere på "Nyt fra Hare Krishna".

Navn:.....
Adresse:.....
Email:.....

300 kr. pr. år (10 numre)
Denne indmeldelseskupón sendes til:
"Nyt fra Hare Krishna",
Holsteinborgvej 20, 1th, 2720 Vanløse

www.krishna.dk www.harekrishna.dk www.iskcon.dk

Ratha-yatra 2014

I begyndelsen af juli er der igen *Ratha-yatra* i både Aarhus og København. I Aarhus foregår det fredag den 4. juli, og i København er det dagen efter, lørdag den 5. juli.

Ratha-yatra-processionen i Aarhus starter kl. 15 fra Rådhuspladsen og går ad en rute i centrum for at slutte på Skt. Knuds Torv ved den katolske kirke kl. 17, hvor der bliver uddeling af *prasada* og *kirtana mm.* til glæde for aarhusianerne.

I København starter *Ratha-yatra* kl. 12 på Kgs. Nytorv og går ad en rute over Gothersgade og Nørrevoldgade for til sidst at ende på Nytorv omkring kl. 14. Herefter er der festprogram resten af dagen med sang, dans, optræden og masser af *prasada* helt frem til kl. 20. Nærmere detaljer kan læses på www.festivalofindia.dk.

På billedet øverst til højre ses Rasabihari Devi Dasi fra Tjekkiet, en af ISKCON's dygtige *bharata-natyam* dansere, som også vil danse for publikum i København i år.