(NYT FRA)

HARE KRISHNA

Nr. 7, 21. årgang, juli 2018 - Pris 35 kr.

RATHA-YATRA 2018

DET UPERSONLIGE SAMFUND

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

Juli 2018

Ratha-yatra 2018

Forsidebilledet, som er fra Ratha-yatra i København 2017, er en påmindelse til alle om, at lørdag den 7. juli kører Herren Jagannatha sammen med Baladeva og Subhadra igen i år igennem Københavns gader og slutter med en stor fest på Nytorv med masser af *kirtana*, underholdning og *prasadam*. Ratha-yatra-optoget starter på Nyhavn kl. 13 (mød op 12:30) og ender på Nytorv en time senere. Fra 14:30 og frem til kl. 19 er der fest på Nytorv. Du skal bare møde op. Alt andet inklusive godt vejr og transcendental stemning for alle pengene er der allerede sørget for.

***Bhagavad-gita* kapitel 18**

I 2014 startede Dandaniti en gennemgang af hele *Bhagavad-gita* kapitel for kapitel. Serien har trukket ud over de fire år, der er gået siden da, men nu bringer hun det afsluttende afsnit, en gennemgang af kapitel 18. Som i de andre afsnit afslutter artiklen med spørgsmål til emnet, hvilket skal hjælpe én til at gå i dybden med studiet af *Bhagavad-gita*. Som afrunding er der en liste over, hvor man kan finde de tidligere artikler i serien. Læs mere side 7.

KALENDER

Tirsdag	3.7	Sri Vakresvara Panditas fremkomst
Søndag	8.7	Srivasa Panditas bortgang
Mandag	9.7	Ekadasi (faste fra korn og bønner for *Yogini Ekadasi*)
Tirsdag	10.7	Bryd fasten mellem 4:39–10:23
Fredag	13.7	Gundica Marjana
		Sri Gadadhara Panditas bortgang
		Srila Bhaktivinoda Thakuras bortgang (faste til middag)
Lørdag	14.7	Ratha Yatra
		Sri Svarupa Damodara Gosvamis bortgang
		Sri Sivananda Senas bortgang
Onsdag	18.7	Hera Pancami (4 dage efter Ratha Yatra)
		Sri Vakresvara Panditas bortgang
	22.7	Ratha Yatra retur (8 dage efter Ratha Yatra)
Mandag	23.7	Ekadasi (faste fra korn og bønner for *Sayana Ekadasi*)
Tirsdag	24.7	Bryd fasten mellem 5:00–10:30
Fredag	27.7	Guru (Vyasa) Purnima
		Srila Sanatana Gosvamis bortgang
		Caturmasyas første måned begynder (faste fra bladgrønt i en måned)
Torsdag	1.8	Srila Gopala Bhatta Gosvamis bortgang
Søndag	5.8	Srila Lokanatha Gosvamis bortgang
Mandag	6.8	ISKCON's stiftelse i New York
Onsdag	8.8	Ekadasi (*maha-dvadasi*, faste fra korn og bønner for *Kamika Ekadasi*)
Torsdag	9.8	Bryd fasten mellem 5:29–10:39
Tirsdag	14.8	Sri Raghunandana Thakuras bortgang
		Sri Vamsidasa Babajis bortgang
Tirsdag	21.8	Radha Govinda Jhulana Yatra begynder
Onsdag	22.8	Ekadasi (*maha-dvadasi*, faste fra korn og bønner for *Pavitropana Ekadasi*)
		Srila Rupa Gosvamis bortgang
		Sri Gauridasa Panditas bortgang
Torsdag	23.8	Bryd fasten mellem 5:56–6:47

INDHOLD

2 Kalender & redaktionelt

3 Srila Prabhupadas side

7 Bhagavad-Gita Kapitel 18

13 Kirtan i bhakti-traditionen

17 Hoysaleshwara

18 Det upersonlige samfund

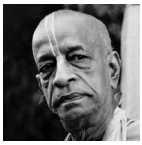
20 En kartoffel, to kartofler, tre...

23 Det sker

24 Bagside

'Nyt fra Hare Krishna' udgives af Det Internationale Samfund for Krsna-bevidsthed (ISKCON) i Danmark, grundlægger-acarya A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada. - © Copyright 2018, 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 & webside: Ananta Sri Dasa/Anders Grønlund, mail@ananta.dk
Adresse: Holsteinborgvej 20, 1th., 2720 Vanløse Tlf.: 4073 6446/3132 3501 - Girokonto 1-688-3204. Bankkonto: Den Danske Bank reg. 1551, konto 3534 125 119 - Alle indlæg, kommentarer, spørgsmål osv. er velkomne.

SRILA PRABHUPADAS SIDE
Hjertet på Krishnas hengivne



af Srila Prabhupada

Det følgende er en klasse med Srila Prabhupada fra New York City den 21. juli 1971.

I dag vil jeg gerne tale om forherligelsen af Guds hellige navn. Dette blev diskuteret mellem Maharaja Pariksit og Sukadeva Gosvami i forbindelse med en *brahmana*, der var meget degraderet og forfalden til alle slags syndige aktiviteter, men blev reddet blot ved at fremsige det hellige navn. Denne historie findes i *Srimad-Bhagavatams* 6. Bog.

De universelle planetsystemer beskrives meget fint i *Srimad-Bhagavatams* 5. Bog. Inden for universet findes der nogle planeter, der er helvede. I virkeligheden indeholder ikke blot *Srimad-Bhagavatam*, men alle religiøse skrifter har beskrivelser af helvede og himmel. I *Srimad-Bhagavatam* kan man finde ud af, hvor disse helvedesplaneter er, og hvor langt væk de er fra denne planet, ligesom man kan få ting at vide fra moderne astronomi. Astronomer har beregnet, hvor langt væk Månen er, og hvad afstanden er mellem denne planet og Solen. På samme måde indeholder *Srimad-Bhagavatam* beskrivelser af helvedesplaneterne.

Vi har erfaring af forskellige atmosfæriske tilstande selv på denne planet. I de vestlige lande nær Nordpolen er klimaet et andet end i Indien, der er nær Ækvator. Ligesom der er forskelle i atmosfæren og levebetingelserne på denne planet, er der mange planeter, der har andre atmosfærer og livstilstande.

Efter at have hørt en beskrivelse af helvedesplaneterne fra Sukadeva Gosvami udbrød Pariksit Maharaja:

adhuneha maha-bhaga
yathaiva narakan narah
nanogra-yatanan neyat
tan me vyakhyatum arhasi

"Min lærer, jeg har hørt fra dig om helvedesplaneterne. Meget syndige mennesker sendes til disse planeter." Pariksit Maharaja er en *vaisnava*, en hengiven, og en *vaisnava* føler altid med andres lidelse. Han lider altid ved at se andres lidelse. Da for eksempel Herren Jesus Kristus kom, var han meget påvirket af folks ulykkelige tilstand. Uanset hvilket land eller hvilken gruppe de tilhører, har alle *vaisnavaer* eller hengivne – alle mennesker, der er Gudsbevidste eller Krishna-bevidste – medfølelse på den måde. Derfor er det en stor forseelse at bespotte en *vaisnava*, en prædikant af Guds herligheder.

Krishna, Gud, tolererer aldrig forseelser, der begås mod en *vaisnavas* lotusfødder. En *vaisnava* er et hav af barmhjertighed. *Vancha-kalpataru*: Alle har ønsker, men en *vaisnava* kan opfylde alles ønsker. *Kalpataru* betyder ønsketræ. I den åndelige verden er der et træ, der kaldes et ønsketræ. I denne materielle verden får man en bestemt slags frugt fra et bestemt slags træ, men i Krishnaloka såvel som på alle Vaikuntha-planeterne er alle træer åndelige og vil opfylde alle vores ønsker. Det beskrives i *Brahma-samhita*: *cintamani-prakara-sadmasu kalpa-vrksa*.

En *vaisnava* tiltales som *mahabhaga*, der betyder heldig. Den, der bliver en *vaisnava* og er Gudsbevidst, må forstås at være meget heldig.

Vandring gennem universet

Caitanya Mahaprabhu har forklaret, at de levende væsener vandrer igennem forskellige livsarter på forskellige planetsystemer over hele universet. Et levende væsen kan rejse, hvorhen han vil – til helvede eller himlen – som han har lyst til det, og som han bereder

sig selv. Der er mange himmelske planeter, mange helvedesplaneter og mange livsarter. Der er 8.400.000 arter. Det levende væsen vandrer gennem disse arter og skaber kroppe ifølge sin mentalitet i det nuværende liv. "Som du sår, så skal du høste."

Caitanya Mahaprabhu bemærker, at blandt alle disse talløse levende væsener, der vandrer i den materielle verden, er ét af dem heldigt, men ikke alle. Hvis alle var heldige, ville de alle have engageret sig i Krishna-bevidsthed, der bliver udbredt kvit og frit overalt. Men hvorfor tager folk ikke imod det? Fordi de er uheldige. Derfor siger Caitanya Mahaprabhu, at kun de, der er heldige, forfølger Krishna-bevidsthed. De får et lovende liv, et godt liv, et lykkeligt liv, et liv i viden.

Det er en *vaisnavas* pligt at gå dør til dør for at gøre uheldige mennesker heldige. En *vaisnava* tænker: "Hvordan kan disse mennesker blive udfriet fra deres helvedesagtige liv?" Det var Pariksit Maharajas spørgsmål. "Min lærer," spurgte han. "Du har beskrevet, at på grund af éns syndige aktiviteter anbringes man i en helvedesagtig livstilstand eller på et helvedesagtigt planetsystem. Så hvad kan modvirke dette, så sådanne personer kan reddes?" Det er spørgsmålet. Når en *vaisnava* kommer, når Gud Selv kommer, eller når Guds søn eller Hans meget fortrolige hengivne kommer, er deres eneste mission at redde syndige personer, der lider. De ved, hvordan man gør det.

Da Prahlada Maharaja mødte Nrsimhadeva, sagde han:

naivodvije para duratyaya-vaitaranyas
tvad-virya-gayana-mahamrta-magna-cittah
soce tato vimukha-cetasa indriyartha-
maya-sukhaya bharam udvahato vimudhan

"Min kære Herre," bemærkede Prahlada. "Jeg er ikke særlig bekymret for min egen befrielse." *Mayavadierne* eller de upersonalistiske filosoffer er omhyggelige med, at deres personlige frelse ikke forstyrres. De tænker: "Hvis jeg går ud for at prædike i selskab med andre, falder jeg måske ned, og jeg vil miste min erkendelse." Derfor kommer de ikke. Kun *vaisnavaerne* kommer – med fare for at falde ned. Men de falder ikke ned. De kan endog tage til helvede for at befri de betingede sjæle. Det er Prahlada Maharajas mission. Han sagde, *naivodvije*: "Jeg er ikke særlig bange for at leve i denne materielle verden."

Prahlada Maharaja nævnte videre: "Jeg har ingen bekymring for mig selv, for på en eller anden måde er jeg blevet trænet til altid at være Krishna-bevidst." Fordi han er Krishna-bevidst, er han sikker på, at i sit næste liv kommer han til Krishna. Der står i *Bhagavad-gita*, at hvis man praktiserer de Krishna-bevidste regulative principper omhyggeligt, er det sikkert, at man vil nå det højeste mål i sit næste liv.

Prahlada Maharaja fortsatte: "Der er kun én kilde til bekymring for mig." Se bare – selv om han ingen bekymring havde for sig selv, havde han alligevel en bekymring. Han sagde, *soce tato vimukha-cetasah*: "Jeg er bekymret for de personer, der ikke er Krishna-bevidste. Det er min bekymring. For mig selv har jeg ingen bekymring, men jeg tænker på dem, der ikke er Krishna-bevidste." Hvorfor er de ikke Krishna-bevidste? *Maya-sukhaya bharam udvahato vimudhan*: Disse slyngler har skabt en humbugcivilisation for at få midlertidig lykke.

Humbugcivilisation

Maya-sukhaya. Det er faktisk sandt. Vi har en humbugcivilisation. Så mange biler fremstilles hvert år, og af den grund skal der udgraves og anlægges så mange veje. Dette skaber problem efter problem. Derfor er det *maya-sukhaya*, illusorisk lykke, men alligevel forsøger vi at være lykkelige på den måde. Vi forsøger at skabe en måde at være lykkelige på, men det giver kun ophav til flere problemer.

I jeres land har I det største antal biler, men det løser ingen problemer. I har fremstillet biler til at hjælpe jer med at løse livets problemer, men jeg har erfaret, at dette også skaber problemer. Da min discipel Dayananda ville

tage mig til en læge i Los Angeles, måtte jeg rejse 45 kilometer, før jeg overhovedet kunne konsultere lægen. Så snart man skaber biler, kommer man til at rejse 50 eller 60 kilometer, når man skal besøge sine venner.

Man kan flyve fra New York til Boston på én time, men det tager længere tid bare at køre til lufthavnen. Denne situation kaldes *maya-sukhaya*. *Maya* betyder falsk eller illusorisk. Vi forsøger at skabe en meget behagelig situation, men vi har skabt en ny ubehagelig situation. Sådan er det i den materielle verden. Hvis vi ikke er tilfredse med de naturlige bekvemmeligheder, som Gud og naturen giver, og vi ønsker at skabe kunstige bekvemmeligheder, kommer vi også til at skabe nogle ubehageligheder. Det ved folk flest ikke. De tror, at de skaber en meget bekvem situation, men i virkeligheden rejser de 80 kilometer for at komme til kontoret for at tjene til dagen og vejen og 80 kilometer for at komme hjem igen. På Hawaii arbejdede en fyr, Gaurasundara, for at opretholde vores tempel. Desværre måtte han rejse 80 kilometer fra templet for at komme på arbejde. Jeg var meget ked af at se, at han var nødt til at køre 80 kilometer for Krishnas skyld, men nu har Krishna givet ham faciliteten til ikke at skulle arbejde mere.

På grund af sådanne omstændigheder sagde Prahlada Maharaja, at disse *vimudhaer* – disse materialistiske personer, disse slyngler – har skabt en unødvendig byrde for sig selv blot for at få midlertidig lykke. *Vimudhan . . . maya-sukhaya bharam udvahatah*. Derfor anbefales det i den vediske civilisation, at man frigør sig selv fra materielt liv, tager *sannyasa*, den forsagende livsorden og praktiserer åndeligt liv uden nogen bekymring overhovedet.

Hvis man kan praktisere Krishna-bevidsthed i familielivet, er det meget godt. Bhaktivinoda Thakura var familiemand og magistrat, og alligevel praktiserede han hengiven tjeneste så flot. Dhruva Maharaja og Prahlada Maharaja var *grhasthaer*, familiemænd, men de oplærte sig selv på en sådan måde, at selv som husholdere mødte de ingen afbrydelse i deres tjeneste. Derfor sagde Prahlada Maharaja: "Jeg har lært kunsten altid at forblive i Krishna-bevidsthed." Hvad er det for en kunst? *Tvad-virya-gayana mahamrta-magna-cittah*: simpelthen at forherlige Herrens sejrrige aktiviteter og lege.

Virya betyder "meget heroisk". Krishnas aktiviteter er heroiske. Man kan læse om dem i vores bog Krishna. Krishnas navn, Hans berømmelse, Hans aktiviteter, Hans ledsagere og alt andet ved Ham er heroisk. Prahlada Maharaja sagde i denne forbindelse: "Jeg er sikker på, at uanset hvor jeg er, kan jeg forherlige Dine heroiske aktiviteter og være i sikkerhed. Det er udelukket, at jeg falder ned. Jeg er blot bekymret for de personer, der har skabt en civilisation, hvor de altid har travlt med at arbejde hårdt. Det er dem, jeg har i tankerne."

Tilbagetrukne vismænd

Prahlada bemærkede videre:

prayena deva munayah sva-vimukti-kama
maunam caranti vijane na parartha-nistah
naitan vihaya krpanan vimumuksa eko
nanyam tvad asya saranam bhramato 'nupasye

"Min kære Herre, der er mange helgenatige personer og vismænd, der er meget interesserede i deres egen befrielse." *Munayah* betyder helgenagtige personer eller filosoffer. *Prayena deva munayah sva-vimukti-kama*: De er meget interesserede i deres egen befrielse. De forsøger at opholde sig på afsides steder som Himalayabjergene. De taler ikke med nogen, og de er altid bange for at blande sig med almindelige folk i byen og blive forstyrret og måske endog falde ned. De tænker: "Lad mig hellere redde mig selv."

Prahlada Maharaja beklager, at disse store helgenagtige personer ikke kommer ind til byen, hvor folk har skabt en civilisation, hvor de skal arbejde meget hårdt hele dagen og natten. Sådanne helgener har ikke megen medfølelse. Han sagde: "Jeg er bekymret for disse faldne mennesker, der unødvendigt

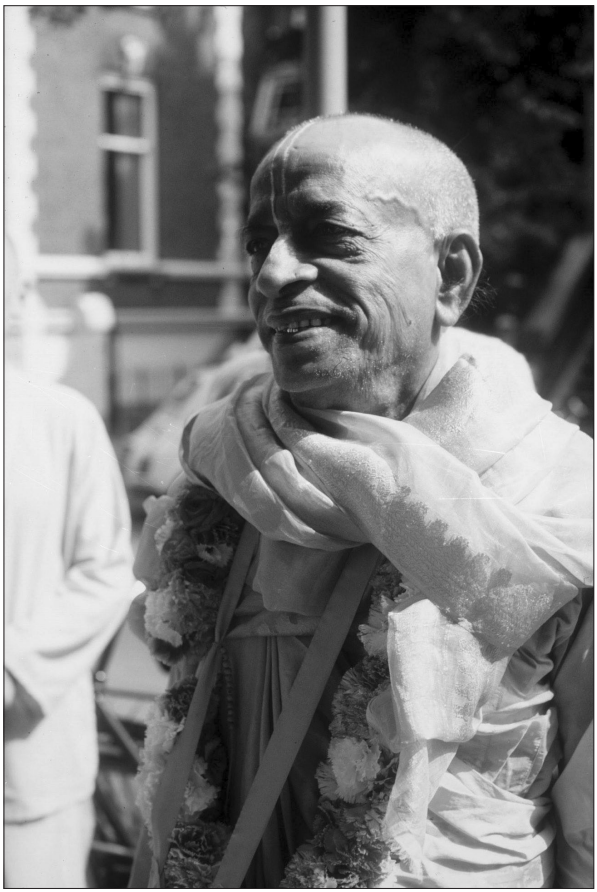
arbejder så hårdt blot for sansetilfredsstillelse."

Selv hvis der var en grund til at arbejde så hårdt, ved sådanne mennesker ikke, hvad den er. Alt, de kender til, er sex. Enten går de til nøgendans eller en nøgenklub eller til det ene og det andet. Prahlada Maharaja siger: *naitan vihaye krpanan vimumuksa ekah*. "Min Herre, jeg behøver ikke frelse alene. Medmindre jeg kan tage alle disse fjolser med mig, skal jeg ingen steder hen." Han nægter at tage til Guds rige uden at tage alle disse faldne sjæle med sig. Dette er en *vaisnava*. *Nanyam tvad asya saranam bhramato 'nupasye*: "Jeg ønsker blot at lære dem, hvordan man overgiver sig til Dig. Det er alt. Det er mit mål."

Vaisnavaen ved, at så snart han overgiver sig, er hans vej åben. *Naivodvije para duratyaya vaitaranyas tvad-virya-gayana-mahamrta-magna-cittah*: "Lad dem blot på den ene eller anden måde bukke sig ned for Krishna." Dette er en enkel metode. Alt, man behøver at gøre, er med tro at bukke sig ned for Krishna og sige: "Min Herre Krishna, i så mange liv har jeg ikke tænkt på Dig. Nu er jeg kommet til bevidsthed. Vil Du ikke nok acceptere mig?" Det er alt. Hvis man blot lærer denne teknik og oprigtigt overgiver sig til Herren, er ens vej med det samme åben.

Disse er *vaisnavaens* filosofiske tanker. *Vaisnavaer* tænker altid på, hvordan de faldne sjæle kan befries. Ligesom Gosvamierne har de altid travlt med sådanne planer. Hvad var Vrindavanas seks Gosvamier, Herren Caitanyas direkte disciple, optaget af? Det angives af Srinivasa Acarya:

nana-sastra-vicaranaika-nipunau
sad-dharma-samsthapakau
lokanam hita-karinau tri-bhuvane
manyau saranyakarau
radha-krsna-padaravinda-



bhajana-nandena mattalikau
vande rupa-sanatanau
raghu-yugau sri-jiva-gopalakau

"De seks Gosvamier, nemlig Sri Rupa Gosvami, Sri Sanatana Gosvami, Sri Raghunatha Bhatta Gosvami, Sri Raghunatha Dasa Gosvami, Sri Jiva Gosvami og Sri Gopala Bhatta Gosvami, er meget dygtige til omhyggeligt at studere alle de åbenbarede skrifter for at kunne etablere evige religiøse principper til gavn for alle mennesker. Derfor æres de overalt i de tre verdener, og de er værdige at søge tilflugt hos, for de er altid fordybede i *gopiernes* stemning og er engagerede i Radha og Krishnas transcendentale kærlighedstjeneste." (Fortsættes i næste nummer)

BHAGAVAD-GITA SOM DEN ER
Kapitel 18 - Konklusion - forsagelsens fuldkommenhed

af Dandaniti Devi Dasi

Hermed slutter den gennemgang af Bhagavad-gita, der begyndte i Nyt fra Hare Krishna i januar 2014. Ideen var at give et overblik over Bhagavad-gitas indhold samt at inspirere til at læse, studere og leve Bhagavad-gita i hverdagen. Der har været nogle pauser undervejs, men de tidligere afsnit kan fortsat læses på (og printes ud fra) bladets hjemmeside på www.harekrishna.dk. Forhåbentlig har I, der har fulgt med, benyttet jer af lejligheden til at fordybe jer i Bhagavad-gitas visdom. Herren udtaler Selv i attende kapitel: "Og Jeg bekendtgør, at den, der studerer denne hellige samtale mellem os, tilbeder Mig med sin intelligens. Og den, der lytter med tro og uden misundelse, bliver fri for syndige reaktioner og kommer til de gode planeter, hvor de fromme dvæler." (Bg. 18.70-71) Efter at have læst teksten kan man selv læse kapitlet igennem og svare på spørgsmålene.

Et resume af Bhagavad-gita

Kapitel 18 anses ligesom kapitel 2 for at være en sammenfatning af *Bhagavad-gita*. Prabhupada skriver: "Egentlig slutter *Bhagavad-gita* med kapitel 17. Kapitel 18 er en sammenfatning af de emner, der blev diskuteret i det foregående ... I de første seks kapitler blev vægten lagt på hengiven tjeneste. *Yoginam api sarvesam* ... (6.47): "Af alle *yogier* eller transcendentalister er den, der altid tænker på Mig i sit indre, den bedste." I de følgende seks kapitler blev ren hengiven tjeneste og dens natur og tilhørende aktiviteter beskrevet. I de resterende fem kapitler blev viden, forsagelse og aktiviteterne i både den materielle natur og den transcendentale natur samt hengiven tjeneste beskrevet. Konklusionen var, at alle handlinger bør ske i relation til den Højeste Herre, der er repræsenteret af ordene *om tat sat*." (*Bg*.18.1, forklaring)

Set i lyset af *Bhagavad-gitas* opdeling i tre sektioner opsummeres *karma* især i vers 1-18, *jnana* i vers 19-40, og vers 49-66 beskriver den gradvise udvikling fra *brahma-bhuta* til *bhakti*. Vers 41-48 forklarer *varnasrama-systemet*, og vers 67-78 berører kvalifikationerne, der kræves for at forstå *Bhagavad-gita*, Arjunas beslutning efter at have hørt *Bhagavad-gita* samt Sanjayas bud på udfaldet af slaget ved Kuruksetra. Kapitlet er bogens længste. Et hurtigt overblik kan fås ved at læse vers 1 og 78 med forklaringer.

Arjunas spørgsmål

Arjuna spørger om betydningen af to vigtige begreber: *tyaga* og *sannyasa*. Temaet har hele tiden været, at Arjuna ønskede at trække sig tilbage fra slagmarken og leve et liv i såkaldt forsagelse. Krishna havde imidlertid en anden definition af forsagelse, nemlig at det, der skulle forsages ikke var kampen, men ønsket om at nyde resultatet.

Krishna svarer: "At ophøre med handlinger, der bunder i materielle ønsker, er det, de store lærde kalder forsagelsens livsorden (*sannyasa*). Og at give afkald på resultaterne af alle handlinger er det, de vise kalder forsagelse (*tyaga*)." (*Bg*.18.2)

Det understreges, at ofringshandlinger, velgørenhed og askese, som vi hørte om i kapitel 17, ikke må forsages, da det at udføre dem er måden, man bliver renset på. De skal også udføres for at sætte et godt eksempel for andre.

"Man skal med andre ord opgive alle ofre, hvis formål er materielt fremskridt i livet, men

ofringer, der renser éns eksistens og ophøjer én til det åndelige plan, må ikke stoppes. Hvad som helst, der fører til Krishna-bevidsthed, skal opmuntres." (*Bg*.18.6, forklaring)

Pointen er, at ingen kan afholde sig fra at gøre noget, "selv ikke i et øjeblik" (*Bg*.3.5). "Det er så afgjort umuligt for et legemliggjort væsen at opgive alle handlinger. Men den, der forsager sine handlingers frugter, kan siges virkelig at have forsaget." (*Bg*.18.11) Slå eventuelt "forsagelse" op i indekset bag i *Bhagavad-gita* og læs de relaterede vers.

De fem faktorer for handling

For at vi kan forstå, hvordan *karma* (handling og reaktion) fungerer i praksis, fortæller Krishna, at der er fem faktorer, der afgør en handlings resultat:

1) handlingsstedet (kroppen), 2) aktøren (sjælen), 3) sanserne, 4) bestræbelsen og 5) Oversjælen.

Af disse er Oversjælen den vigtigste. Uden Hans godkendelse kan intet ske. Fordi en Krishna-bevidst person handler direkte under Oversjælens vejledning lider (eller nyder) han ikke reaktionerne på sine handlinger. Denne frihed for ansvar forklares med en analogi:

"Når en soldat slår ihjel på en overordnet officers ordre, er han ikke ansvarlig. Men hvis en soldat dræber på sine egne vegne, bliver han med sikkerhed dømt i retten." (*Bg*.18.17, forklaring)

Denne frihed fra syndige reaktioner kan sammenfattes i tre punkter: 1) at forsage frugterne af sine handlinger, 2) at følge Oversjælens diktat, 3) at tilbyde resultatet af sit arbejde til Krishna.

Naturens kvaliteter

Kapitel 14 beskrev naturens tre kvaliteter – godhed, lidenskab og uvidenhed. Prabhupada opsummerer: "Godhedens kvalitet er oplysende, lidenskabens kvalitet er materialistisk, og uvidenhedens kvalitet er befordrende for dovenskab og sløvhed." (*Bg*.18.19, forklaring) I kapitel 17 blev tilbedelse, tro, ofre, velgørenhed og askese gennemgået, og nu forklares forsagelse samt viden, handling, arbejderen, forståelse, beslutsomhed og lykke i de tre kvaliteter. Her følger en kort sammenfatning:

At forsage sine foreskrevne pligter på grund af illusion er uvidenhed, at forsage på grund af frygt er lidenskab, og at udføre sine pligter uden tilknytning til sine handlingers frugt er forsagelse i godhed.

Viden i godhed er at se alle levende væsener som åndelige sjæle, lidenskab betyder identifikation med kroppen, og viden i uvidenhed handler blot om at arbejde for at holde kroppen komfortabel.

Handlinger i godhed er regulerede og gøres uden tilknytning eller aversion for at tilfredsstille Krishna. Handlinger i lidenskab udføres af falsk ego for at tilfredsstille materielle lyster. Uvidenhed er at handle uden hensyn til skrifternes formaninger, men efter sine egne luner uden at bekymre sig om følgerne eller de lidelser, de måtte forvolde andre.

En arbejder i godhed er entusiastisk og beslutsom uanset modgang eller medgang. En arbejder i lidenskab er grådig, misundelig, uren og underlagt glæde og sorg. En arbejder i uvidenhed er ligeglad med skrifternes anvisninger, materialistisk, stædig, svigefuld, dygtig til at fornærme andre, doven, vranten og nølende.

Forståelse i godhed betyder at vide, hvad der bør gøres, og hvad der ikke bør gøres, hvad der bør frygtes, og hvad der ikke bør frygtes, samt hvad der binder, og hvad der frigør. Lidenskab kan ikke se forskel på religion og irreligion, og hvad der bør gøres og ikke bør gøres. I uvidenhed anses irreligion for at være religion og religion for at være irreligion.

Beslutsomhed i godhed er urokkelig og baseret på at give Krishna tilfredsstillelse. Beslutsomhed i lidenskab kredser om at opnå tilfredsstillelse inden for religion, økonomisk udvikling og sansetilfredsstillelse. Beslutsomhed i uvidenhed bevæger sig ikke ud over drømmerier, frygt og beklagelse.

Lykke i godhed forekommer bitter i starten,

men nektar til slut og vækker én til åndeligt liv. Lykke i lidenskab er nektar i starten, men lidelse til slut og er baseret på sansernes kontakt med sanseobjekterne. Lykke i uvidenhed er lidelse fra start til slut og er baseret på søvn, dovenskab og illusion.

Herren Krishna konkluderer denne passage: "Hverken her eller blandt halvguderne på de højere planetsystemer eksisterer der noget væsen, der er fri for disse tre kvaliteter, der stammer fra den materielle natur." (*Bg*.18.40)

De fire varnaer

Eftersom ingen er hævet over naturens kvaliteter, får vi et vink om, hvordan man kan handle ifølge sin betingede natur og gradvist opnå befrielse. Mennesker opdeles i fire grupper efter deres position i naturens kvaliteter. "De, der er helt i godhedens kvalitet, kaldes *brahmanaer*. De, der er rendyrket i lidenskabens kvalitet, er *ksatriyaer*. De, der er i en blanding af lidenskaben og uvidenhedens kvaliteter, kaldes *vaisyaer*. De, der er helt i uvidenhed, går under betegnelsen *sudra*." (*Bg*.7.13, forklaring)

En *brahmana* kendetegnes af ni kvaliteter: fredfyldthed, selvbeherskelse, askese, renhed, tolerance, ærlighed, viden, visdom og religiøsitet. En *ksatriya* kendes ved syv kvaliteter: heltemod, styrke, beslutsomhed, snarrådighed, mod i kamp, gavmildhed og lederskab. En *vaisya* karakteriseres ved tre slags beskæftigelse: agerbrug, kobeskyttelse og handel. En *sudra* kendetegnes ved én beskæftigelse: at arbejde for og gøre tjeneste til andre.

I *Bg*. 4.13 nævnte Herren Krishna, at disse klasser er skabt af Ham og findes i ethvert menneskesamfund. Ingen er født ind i en bestemt klasse, men ens beskæftigelse og position i samfundet afgøres af ens natur (*guna*) og arbejde (*karma*).

"En mand, der af natur er tiltrukket af *sudraernes* arbejde, bør ikke på kunstig vis hævde at være en *brahmana*, selv om han er født i en *brahmana*-familie. På den måde bør man arbejde ifølge sin egen natur. Intet arbejde er nedværdigende, hvis det gøres i den Højeste Herres tjeneste ... Det er ligegyldigt, om man er *ksatriya*, *vaisya* eller *sudra*, så længe man gennem sit arbejde tjener Guddommens Højeste Personlighed." (*Bg*.18.47, forklaring)

Ifølge vers 45 kan man opnå perfektion ved at udføre sit foreskrevne arbejde. Det betyder ikke, at man ved at arbejde hårdt på sit job livet igennem automatisk bliver overført til Vaikuntha, Guds evige rige. Det er ikke selve arbejdet, der bringer fuldkommenhed, men den bevidsthed, det udføres i. "Alle bør tænke, at de er sat til at gøre en bestemt slags arbejde af Hrsikesa, sansernes herre. Og med resultatet af det arbejde, man er beskæftiget med, skal man tilbede Guddommens Højeste Personlighed, Sri Krishna. Hvis man hele tiden tænker på denne måde i fuld Krishnabevidsthed, bliver man ved Herrens nåde fuldt bevidst om alt." (*Bg*.18.46, forklaring). "Man bør imidlertid bide mærke i, at efter at have gjort noget efter eget indfald kan man ikke ofre resultatet til den Højeste … Man skal handle ifølge Krishnas ordre ... Krishnas ordre kommer til os gennem discipelrækken fra den ægte åndelige mester." (*Bg*.18.57, forklaring)

En vigtig ting i forbindelse med *varnasrama* er, at uanset hvilken beskæftigelse man har, er der nogle ulemper. Dette illustreres med en analogi: "Enhver bestræbelse er behæftet med fejl, ligesom ild er dækket af røg." (*Bg*. 18.48)

En *brahmana* må nogle gange udføre ofringer, der indebærer drab på dyr; en *ksatriya* må udøve diplomati eller vold mod en fjende; en *vaisya* kan være nødt til at lyve for at skaffe sig fortjeneste; og en *sudra* må somme tider udføre ting, der ikke burde gøres.

Arjuna var *ksatriya* og *grhasta*, men da han oplevede en krise i forbindelse med sit foreskrevne arbejde, ønskede han at skifte profession til *brahmana* eller *sannyasi*. Det er ikke nemt for en person med en *ksatriyas* natur at sætte sig ud i skoven og meditere i længere tid. Krishna advarede ham derfor: "Hvis du ikke handler i overensstemmelse med Min vejledning, men afstår fra at kæmpe, vil du blive ledt på vildspor. Ifølge din natur vil

du uvægerligt blive involveret i krigsførelse." (*Bg*.18.59) Essensen er, at Krishna ønskede, at Arjuna brugte sin natur som kriger i Hans tjeneste i stedet for til materielle formål.

Fra brahma-bhuta til bhakti

Ved at handle på den måde, som Krishna foreskriver, kan man udvikle godhedens kvalitet, og derfra kan man opnå *brahma-bhuta*-stadiet – forståelsen af, at man ikke er denne krop, men en åndelig sjæl.

brahma-bhutah prasannatma na socati na kanksati
samah sarvesu bhutesu mad-bhaktim labhate param

"Den, der er således situeret, erkender øjeblikkeligt den Højeste Brahman og bliver fuldstændig lykkelig. Han sørger aldrig eller ønsker sig noget. Han er ens indstillet over for alle levende væsener. I den tilstand opnår han ren hengiven tjeneste til Mig." (*Bg*.18.54)

Prabhupada bemærker: "For en upersonalist er opnåelse af *brahma-bhuta*-stadiet, at blive ét med den Absolutte, det højeste opnåelige. Men for personalisten eller den rene hengivne skal man gå endnu videre og blive engageret i ren hengiven tjeneste." (*Bg*.18.54, forklaring)

Hvordan ren hengiven tjeneste nås, beskrives i næste vers:

bhaktya mam abhijanati yavan yas casmi tattvatah
tato mam tattvato jnatva visate tat anantaram

"Man kan udelukkende forstå Mig, som Jeg er, som Guddommens Højeste Personlighed, gennem hengiven tjeneste. Og når man gennem en sådan hengivenhed er i fuld bevidsthed om Mig, kan man komme til Guds rige." (*Bg*.18.55)

I de følgende vers fortæller Herren, hvordan en ren hengiven bør opføre sig, og også lidt om, hvordan han ikke bør opføre sig. Essensen er, at en hengiven skal være helt overgivet til den Højeste Herres ordre. "Der er ingen tidsbegrænsning for en ren hengiven. Han er hele tiden døgnet rundt et hundrede procent engageret i aktiviteter under den Højeste Herres ledelse." (*Bg*.18.56, forklaring)

"Når man handler i Krishna-bevidsthed, opfører man sig ikke som verdens hersker ... I dette vers har ordet *mat-parah* stor betydning. Det angiver, at man ikke har andet mål i livet end at handle i Krishna-bevidsthed udelukkende for at tilfredsstille Krishna." (*Bg*.18.57, forklaring)

Krishna afslutter Sine instruktioner med ordene *yathecchasi tatha kuru*: "Du kan gøre, hvad du ønsker at gøre." Srila Prabhupada bemærker: "[Disse ord angiver] at Gud ikke griber ind i den lille uafhængighed, som det levende væsen har." (*Bg*.18.63, forklaring) Med andre ord lader Krishna nu den endelige beslutning være op til Arjuna.

Sjælens situation i den materielle verden beskrives meget rammende i det følgende vers, der også bibringer viden om Oversjælen:

isvara sarva bhutanam hrd-dese'rjuna tisthati
bhramayan sarva-bhutani yantrarudhani-mayaya

"Den højeste Herre befinder Sig i hjertet på alle levende væsener og leder deres færden, imens de sidder som på en maskine af materiel energi, O Arjuna." (*Bg*.18.61)

Det personlige aspekt af Guddommens Højeste Personlighed betones i et vers, der er en gentagelse af *Bg*. 9.34:

man mana bhava mad-bhakto mad-yaji mam namaskuru
mam evaisyasi satyam te pratijnane priyo 'si me

"Tænk altid på Mig og bliv Min hengivne, tilbed Mig og fremfør dine hyldester til Mig. Således kommer du med sikkerhed til mig. Jeg lover dig dette, for du er Min meget kære ven." (*Bg*.18.65)

Det næste berømte vers opsummerer *Bhagavad-gitas* lære:

sarva-dharman parityajya mam ekam saranam vraja
aham tvam sarva-papebhyo moksayisyami ma sucah

”Opgiv alle forskellige former for religion og overgiv dig blot til Mig. Jeg skal udfri dig fra alle syndige reaktioner. Frygt ikke.” (*Bg*.18.66)

Konklusion

Selv om *Bhagavad-gita* blev talt i en åben forsamling, var det ikke alle, der forstod Krishnas ord. Men Sanjaya kunne gennem sin åndelige mester, Vyasadevas, barmhjertighed forstå. Resultatet var, at han følte stor begejstring og forundring over det, han havde set og hørt, så meget, at hårene rejste sig på hans hoved. Der nævnes ikke noget om Arjunas hår. Til gengæld står der, at hans tvivl nu var borte, og at han var parat til at følge Krishnas instruktioner.

Bhagavad-gita begyndte med Dhrtarastras spørgsmål til hans rådgiver Sanjaya (*Bg*.1.1): ”Hvad foretager mine sønner og Pandavaerne sig på slagmarken ved Kuruksetra?” Dette udtrykte Dhrtarastras håb om sejr for hans sønner, men Sanjayas afsluttende ord måtte skuffe Dhrtarastra, da de lovede sejr til Pandavaernes side:

”Hvorend Krishna, mesteren over al mystik, og hvorend Arjuna, den suveræne bueskytte, befinder sig, dér vil der med sikkerhed også være overdådighed, sejr, usædvanlig styrke og moral. Det er min konklusion.” (*Bg*.18.78)

I forklaringen opsummerer Prabhupada *Bhagavad-gitas* lære og afslutter med en velkendt analogi: ”Det levende væsen er ren ånd i sin oprindelige position. Han er ligesom en atomisk partikel af den Højeste Ånd. Herren kan således sammenlignes med Solen og de levende væsner med solskinnet. Eftersom de levende væsener er Krishnas marginale energi, er de tilbøjelige til at være forbundet med enten den materielle energi eller den åndelige energi. Det levende væsen befinder sig med andre ord midt imellem Herrens to energier, og fordi han tilhører Herrens højere energi, har han en lille uafhængighed. Ved at anvende denne frihed rigtigt kommer han under Krishnas direkte ordre. Således genvinder det levende væsen sin normale tilstand i den glædesgivende energi.” (*Bg*. 18.78)

Spørgsmål til Kapitel 18

Vers 1-6

1. Forklar betydningen af navnene Hrsikesa og Kesinisudana.
2. Hvad er forskellen på *sannyasa* og *tyaga*?
3. Hvorfor skal askese, ofringer og velgørenhed ikke opgives? Hvordan udfører en Krishna-bevidst person disse?

Vers 7-12

1. Hvad er handlingens tre frugter?
2. Forklar forsagelse i naturens tre kvaliteter samt for en Krishna-bevidst person.
3. Hvad er virkelig forsagelse?

Vers 13-18

1. Hvorfor hverken nyder eller lider en Krishna-bevidst person reaktionerne på sine handlinger?
2. Forklar analogien med soldaten.
3. Redegør for de fem faktorer for handling. Hvilken er vigtigst?
4. Definer rigtige og forkerte handlinger.
5. Forklar inspiration og handlingens bestanddele.

Vers 19-40

1. Forklar og giv eksempler på følgende ifølge naturens tre kvaliteter:

a. viden
b. arbejde
c. arbejderen
d. forståelse
e. beslutsomhed
f. lykke

Vers 41-48

1. Beskriv egenskaberne hos hver af de fire *varnaer*.
2. Hvordan kan man opnå fuldkommenhed gennem arbejde?
3. Hvad menes der med, at man ikke skal udføre en anden persons pligter? Hvorfor?

4. Beskriv analogien med ild og røg i relation til arbejde.
5. Nævn kvalifikationerne for at opnå selverkendelse.

Vers 49-55

1. Forklar *brahma-bhuta*.
2. Forklar analogien med slangens gifttænder.
3. Forklar analogierne med den grønne fugl og træet + floden, der flyder ud i havet.
4. Hvad er virkelig befrielse?
5. Forklar ordene *mad-vyapasrayah* og *mat-parah*.
6. Hvordan skal man handle/få vejledning, når Krishna ikke personligt er til stede?

Vers 60-66

1. Forklar eksemplet med sportsvognen.
2. Forklar ordene *yathecchasi tatha kuru*.
3. Definer fortrolig viden, mere fortrolig viden og den mest fortrolige viden.
4. Hvorledes befries den hengivne for alle syndige reaktioner?
5. Forklar den hengivne tjenestes proces og de seks symptomer på overgivelse.
6. Beskriv den form af Gud, man skal tilbede.

Vers 67-78

1. Hvem kan forstå *Bhagavad-gita*, og hvem kan ikke?
2. Hvorfor skal man ikke instruere en misundelig person?
3. Hvorfor holder hengivne alligevel åbne foredrag?
4. Hvad er resultatet af at studere *Bhagavad-gita*?
5. Hvad var Arjunas beslutning efter at have hørt *Bhagavad-gita*?
6. Hvordan kan man være i tvivl om det, hvis man var Gud?
7. Hvad var Sanjayas konklusion efter at have hørt *Bhagavad-gita*?
8. Forklar betydningen af *vyasapuja*.
9. Hvad er den højeste moral ifølge *Bhagavad-gita*?
10. Forklar filosofien "ufattelig samtidig enhed og forskellighed".
11. Hvorfor besidder det levende væsen uafhængighed, og hvordan anvendes denne korrekt?

Spørgsmål til yderligere refleksion

1. Hvilke kvaliteter hos de fire *varnaer* er du mest tiltrukket af?
2. Hvad er din beslutning efter at have læst *Bhagavad-gita*?
3. Nævn titlerne på de sidste seks kapitler i *Bhagavad-gita*.

TILLÆG

Overblik over Bhagavad-gita-serien

Introduktion: januar 2014
Kapitel 1: februar 2014
Kapitel 2: maj 2014
Kapitel 3: juni 2014
Kapitel 4: juli 2014
Kapitel 5: august 2014
Kapitel 6: september 2014
Kapitel 7: oktober 2014
Kapitel 8: november 2014
Kapitel 9: december 2014
Kapitel 10: januar 2015
Kapitel 11: februar 2015
Kapitel 12: marts 2015
Bhagavad-gitas tre sektioner: april 2015
Kapitel 13: juni 2015
Kapitel 14: juli 2015
At leve Bhagavad-gita: august 2015
Kapitel 15: oktober 2015
Kapitel 16: januar 2016
Kapitel 17: december 2017
Kapitel 18: juli 2018

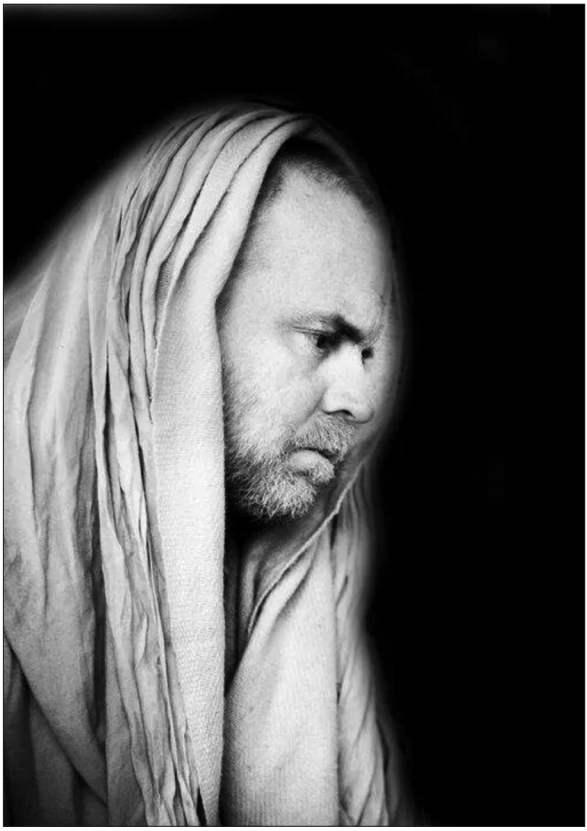
KIRTANA I BHAKTI-TRADITIONEN, 3
Interview med Sripad Aindra Prabhu

af Dhanudhara Swami og Akincana Krishna Dasa

Det følgende er afslutningen på interviewet med den berømte kirtana-leder Sripad Aindra Prabhu om kirtana. Første og anden del af interviewet bragtes i Nyt fra Hare Krishna 4.2018 og 5.2018.

Aindra Prabhu var discipel af Srila Prabhupada og blev kendt over hele verden for sine 24-timers kirtanaer i Vrindavana. Han gik bort i 2010.

At spille med ekspertise og følge melodien



Ekspertise har sin plads. Prabhupada udtrykte stor glæde over Acyutanandas *mrdanga*-spil. På den tid var Acyutananda temmelig dygtig sammenlignet med resten af os. Prabhupada komplimenterede ham med ordene: "Du spiller som en professionel." Det var ikke en kritik: "Hvad i alverden bilder du dig ind at forsøge at spille som en professionel!" Han komplimenterede ham: "Du spiller ligesom en professionel." Han udviste et vist niveau af kompetence, og Prabhupada satte pris på det. Professionalisme er ikke vigtigere end renhed, men der er ikke desto mindre brug for at forstå instrumentet, man spiller på.

Det er også brug for at stemme instrumentet. Jeg forlanger personligt, at hengivne, der spiller *mrdangaer*, forstår, at det første, man gør, når man skal spille et hvilket som helst instrument, er at stemme det. Når man skal spille guitar eller sitar, stemmer man dem først. På samme måde har en *mrdanga* brug for at blive stemt ordentligt for at have den rette klang.

I enhver musikalsk opførelse vil man have sopraninstrumenter, instrumenter midt imellem og basinstrumenter. *Mrdangaen* er et basinstrument. Den er *madhura mrdanga bhaje*, meget lav og melodisk – meget bevægende for hjertet. De professionelle *kirtana*-spillere, selv hvis de er *sahajiyaer*, ved, hvordan de stemmer deres instrumenter. Man kan høre dem spille meget lav, meget melodisk og dybt rungende *mrdanga*. *Mrdangaer* udgør bunden af *kirtanaen*.

På samme måde er det vigtigt at forstå, hvad det vil sige at have et par stemte *karatalaer*.

Hvis den ene *karatala* ligger lavere i tone end den anden *karatala¸* eller hvis de ikke har den samme tone, kan det skabe en frygtelig uharmonisk lyd, der skærer i ørerne. I stedet for at tiltrække folk til *kirtanaen* skræmmer det dem væk. *Karatalaerne* hører til i det høje toneleje.

Så man har bunden og den højeste ende, der understøtter niveauet, der ligger midt imellem, nemlig stemmen. Hvis *mrdangaen* ikke er stemt lavt, trænger den ind på det mellemliggende niveau, hvor stemmerne synger. I stedet for at forstærke det hellige navns *kirtana* forstyrrer en ikke-stemt *mrdanga* sangen og ødelægger *kirtanaen*.

Hvad er den første ting, man hører, når man går hen ad gaden og hører en *harinama*-gruppe? *Karatalaerne*, fordi de ligger i det højeste toneniveau og automatisk lyder højere. Det sidste, man hører, er *mrdangaen*. Man hører *karatalaer*, stemmen og til sidst *mrdangaen*.

Ifølge Prabhupada skal *mrdangaen* spille halvt så højt som stemmen, og *karatalaer* skal spille halvt så højt som *mrdangaen*. Hvis der er fire *mrdanga*-spillere, skal man have seks mænd, der synger og leder *kirtanaen*. Det må ikke være sådan, at fire *mrdangaer* spiller og konkurrerer på mellemniveauerne med en enkelt stemme og gør det vanskeligt for lederen at synge. *Mrdangaen* skal være stemt meget lavt. Den giver da ikke blot bastonerne i bunden af *kirtanaen* og tillader stemmerne på mellemniveauet at komme igennem, men den er *madhurya*, meget melodisk og bevægende for hjertet. Vigtigst af alt giver den det hellige navn lov til at skinne igennem, hvilket er hele formålet med *kirtana*.

Spil og syng samtidigt

Prabhupada nævnte, at instrumenter må ikke spilles på en måde, så man ikke samtidigt kan synge med. Nogle gange bliver hengivne så absorberet i at forsøge at spille på deres instrumenter på en så indviklet måde, at de ikke kan synge, mens de spiller. Det betyder, at de har ikke lært at spille på dem ordentligt. Hvis man ikke er kvalificeret, eller hvis man ikke lærte det ordentligt, kan man måske vide, hvordan man slår indviklede slag på *mrdangaen*, men ikke, hvordan man synger på samme tid, hvilket ellers giver gavnen af kun at høre hundrede gange.

Hvis man spiller *mrdangaen* godt ved at følge *kirtana*-lederen og tjene det hellige navn og på samme tid lytter, er det alletiders. Men endnu bedre er det at kunne spille *mrdangaen* og synge med på samme tid, i det mindste så meget som muligt.

Somme tider, når *kirtanaen* bliver meget voldsom, og der virkelig kommer fart over den, kan *mrdanga*-spilleren blive nødt til at trække sig ud af sangen for at følge med i skiftene, som *kirtana*-lederen fører *kirtanaen* igennem. Men det bør være undtagelsen og ikke reglen. Som en generel regel bør *mrdanga*-spillerne så vidt muligt også svare med på sangen.

Med hensyn til *karatala*-spillerne har jeg set folk spille *karatalaer*, gongonger, bækkener og rangler eller slå på instrumenter blot for selv at blive høje uden at ænse, at de skal synge med. Helt ærligt bringer det mit blod i kog!

Spil på den vediske måde

Hvis hengivne kan lære, hvordan man spiller instrumenter på den klassiske indiske måde, hjælper det et langt stykke ad vejen til at forøge den transcendentale oplevelse af *sankirtana*. Hvis man lærer at spille *mrdangaen* godt ifølge et traditionelt *mantra*-system, genererer det den slags lyd, som løfter *kirtanaen* til en helt anden kulturel dimension.

På samme måde med violinen – nogle kan spille violin på den klassiske vestlige måde, men jeg synes, at til *kirtana* er det meget bedre at spille den klassiske indiske stil. Har I nogensinde hørt klassisk indisk guitarspil? Det er uhyrligt godt, kolossalt. Har I nogensinde hørt klassisk indisk klarinet? Det er enormt. Har I nogensinde hørt klassisk indisk fløjte? I sammenligning med den vestlige fløjtestil eller violinstil passer den klassiske indiske stil meget bedre til *kirtana*. Jeg finder det ikke så melodisk, når man spiller disse instrumenter i

en *kirtana* i vestlig stil.

Det samme kan siges om harmonium. Srila Prabhupada spillede harmonium på en klassisk indisk måde. Han brugte ikke akkorder. Det er ikke sådan, at den vediske kultur ikke er velegnet til højere kulturelle fremstillinger end andre såkaldte kulturer i verden. De højeste kulturelle udtryk i verden er de vediske kulturelle fremstillinger. Man vil ikke miste noget ved at lære at spille instrumenterne i overensstemmelse med den vediske stil.

Harmonium

Jeg følger Srila Prabhupadas instruktion på dette område. Først nævnte Srila Prabhupada, at harmoniet ikke skulle spilles i templet. Hvorfor sagde han det? Jeg tror, han ikke kunne lide harmoniet blive spillet med Vestens akkorder.

Det er helt tydeligt fra hans tredje brev om dette. Først bemærkede Prabhupada, at harmoniet ikke kunne spilles i templer, men kun til festivalprogrammer. Dernæst sagde han, at harmoniet kunne spilles i templet, men ikke under *arati*. Og i det tredje og sidste brev fortæller Prabhupada, at harmoniet kan spilles under en *arati*, men "melodisk". "Melodisk" vil sige at følge melodien og ikke hænge fast i nogle akkorder. "Melodisk" vil sige at følge den måde, som Srila Prabhupada lærte os at spille harmonium på. Han optog ikke blot sit spil på harmoniet, så vi kan nyde at høre det, men også så vi kan lære at spille på det.

Engang blev Srila Prabhupada spurgt: "Srila Prabhupada, hvad slags instrumenter er der i den åndelige verden?" Prabhupada svarede: "Der er *mrdanga*, der er *karatalaer*," og så tilføjede han: "Og der er et lille harmonium." Prabhupada satte pris nok på harmoniet til at importere det til den åndelige verden. Prabhupada spillede selv harmonium. Selv medlemmerne af Gaudiya Matha indrømmede, at Prabhupadas harmoniumspil var meget dygtigt. Ifølge Prabhupada skaber harmoniet en dejlig stemning.

Derfor lærte jeg at spille harmonium, og jeg bruger harmoniet i tempel-*kirtanaer*, fordi Prabhupada sagde, at det var i orden. Jeg finder det ikke forkert at spille harmonium, men jeg mener, at det er i det mindste en smule forkert at lade harmoniet spille mig. Hvis jeg med andre ord skal spille harmonium, skal jeg være god nok til at spille på harmoniet, som Srila Prabhupada gjorde det, eller i det mindste ifølge hans instruktioner. Det må ikke være sådan, at jeg ikke kan finde rundt på tangenterne, men tvinger melodien til at rette sig ind efter de akkorder, jeg kan finde på harmoniet. Akkorder ødelægger *raga*-systemet eller fængsler det, som Vaiyasaki ville sige det.

Råd til unge *kirtana*-ledere

Hvis man ikke er god til at følge i en *kirtana*, er man i virkeligheden ikke en god leder. En god leder er dygtig til både at lede og følge. Det må ikke være sådan, at man laver et stort nummer ud af selv at være *kirtana*-lederen, men når andre leder, er man enten uinteresseret eller ude af stand til at følge andre. En person kan være god til at spille harmonium, når han kan læse noderne, men den virkelige ekspert er den, der kan spille blot ved at høre. Han er den, der også kan følge den melodi, som andre ledere synger. Det er virkelig ekspertise.

Hvorfor arrangerede Herren Caitanya, at der var seks *kirtana*-ledere? For det første var der ingen mikrofoner, så der var brug for seks *kirtana*-ledere for at blive hørt. Når det kom til stykket, var der fire *mrdangaer* og seksten sæt *karatalaer* at konkurrere med. Tro ikke, at *mrdangaerne* og *karatalaerne* ikke blev spillet højt. De blev spillet meget højt. Det beskrives i *sastraerne,* at de blev spillet, så det lød som torden. På Herren Caitanyas tid var *kirtana* ikke kun blød, indadvendt og tankefuld. De havde ikke mikrofoner, så de, der ikke var så gode, kunne ikke slå *kirtanaen* ihjel med tonedøv sang. Herren Caitanya lod Sig ikke nøjes med det i Sine *kirtanaer*. Han havde han seks dygtige *kirtana*-ledere, der forstod sig selv nok til at gå videre til næste fase i *kirtanaen* og arbejde sammen om at synge højt nok, så tusinder af mennesker kunne høre.

Supplerende instrumenter

Instrumenter er vigtige, men vi har allerede de instrumenter, vi har brug for. Vi har en tunge, og vi har ører. Vi må huske på, at vores udførelse af *nama-sankirtana* bygger hovedsageligt på disse to instrumenter. Alt andet skal ses som et supplement, der støtter, pynter og forstærker og ikke må bortlede opmærksomheden fra sangen med tunge og øre.

Derfor tillader jeg ikke djembe [en afrikansk tromme], når jeg laver *sankirtana*. På et tidspunkt gav jeg efter, men da jeg så, hvad der sker, lovede jeg mig selv aldrig nogensinde igen at lade djembe ledsage min *kirtana*. Djemben har sin tiltrækning, måske fordi den er nemmere at spille på end at spille ordentlig *mrdanga*. Men djemben er et *tamasisk* instrument, der fuldstændigt overvælder og ødelægger skønheden ved lyden af *madhurya mrdanga*. Hvis djemben overhovedet skal bruges, skal den bruges udendørs. Men selv da er den tilbøjelig til at overdøve *mrdangaen* og forhindre skønheden og sødmen fra dens lyd i at nå hjertet og flytte det mod Krishna.

Personligt foretrækker jeg ikke at have en basguitar skruet så højt op, at den ødelægger alt andet, selv om den ikke behøver at være skruet så højt op. Når en ekspert spiller basguitar, kan det være godt, hvis den ikke er for høj, men jeg går alligevel ikke ind for at forstærke *kirtana* med basguitarer. Efter min mening gør det ikke meget for en *kirtana*.

Jeg hader harmonikaer. Lyden er spøjs og minder om russisk barmusik.

Hovedmantraet

Jeg understreger altid vigtigheden af at synge Hare Krishna *maha-mantraet*. Selv om Gosvamiernes sange ifølge Prabhupada er udvidelser af *maha-mantraet*, er *maha-mantraet* som *mukhya-mantraet*, hoved-*mantraet*, stadig vigtigere end dem. Så mange gange ledes de hengivne på afveje på grund af mangel på smag for at synge *maha-mantraet*, fordi de ikke synger det nok. De tror, at *kirtana* er kedelig, hvis vi ikke skifter til "Govinda Jaya Jaya", "Radhe Radhe" eller en hvilken som helst anden "Jaya,jaya, jaya." Men Srila Prabhupadas instruktion var helt sikkert, at hovedfokussen i *kirtanaen* skal være på *maha-mantraet*. Her i Vrindavanas 24-timers *kirtana* synger vi udelukkende *maha-mantraet*. Det er det vigtigste og bedste *sankirtana-mantra* til denne tidsalder. Selv om Hari Haraye Namah Krishna, der blev givet af Herren Caitanya, er en anden måde at synge *maha-mantraet* på, er hoved-*mantraet* det i *sastra* omtalte *maha-mantra* på seksten stavelser.

24-timers kirtana

Hvorfor *akhanda-nama*, 24-timers *kirtana*? Fordi folk tvinges til at blive fromme blot ved at træde ind i en atmosfære, hvor en *kirtana* har fundet sted. Hvor meget mere tvinges man da ikke til at blive from, når man kommer ind på et sted, hvor der er *kirtana*, og man hører det hellige navn? Endnu mere rensende er det sted, hvor det hellige navn synges døgnet rundet uden afbrydelse. Når man synger uden afbrydelse på et sted, vokser stedets kraft mere, mere og mere, men når *kirtanaen* standser, mister det i kraft.

Akhanda-kirtana tvinger folk til at overgive sig mere, for de kan ikke bare begynde at snakke om et eller andet. Man er nødt til at ofre sig. Der er også en højere grad af ansvar over for de andre medlemmer på holdet, der arbejder så hårdt for at holde *hari-nama* bestandigt manifesteret i atmosfæren.

Hvis man har *akhanda-nama-kirtana* år ud og år ind, bliver den atmosfære, der er blevet skabt af den uophørlige manifestation af *nama* så kraftfuld, at den ikke blot renser én fra materiel besmittelse, men renser sjælens egoisme og fører sjælen tilbage til dens oprindelige egoisme, der er den ånd, man finder hos indbyggerne i Vrindavana.

FORTIDIG AVANCERET TEKNOLOGI I HOYSELESWARA

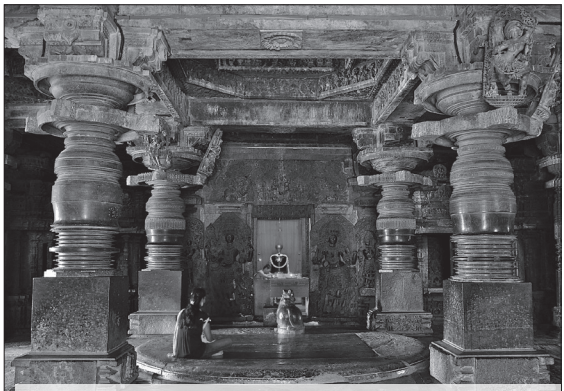
af Lalitanatha Dasa

Templet Hoysaleswara i Halebidu i den indiske delstat Karnataka er et utroligt bygningsværk, der officielt blev opført for 900 år siden. Templet er dedikeret til Siva og Parvati, men har også mange *vaisnava*-elementer.

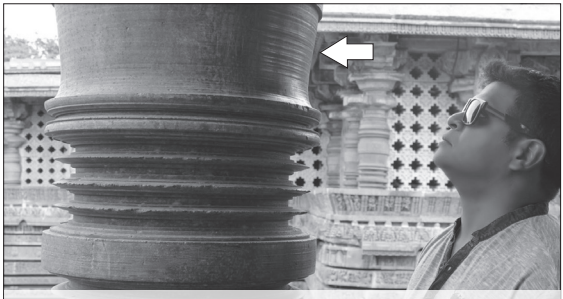
Templet vidner om et niveau af teknologisk kunnen, der er svær at forklare med ideen om, at folk på den tid kun havde redskaber som hammer og mejsel til rådighed. Det skal vi se nogle eksempler på i de næste par numre af *Nyt fra Hare Krishna*.

Et første eksempel møder øjet, når man kommer ind i templet i den lange gang mellem indgangene i nord og syd. På begge sider af gangen står rækker af fire meter høje søjler. Ikke bare bliver man slået af deres perfektion og det imponerende håndværk, der må have ligget i at lave sådanne søjler. Stenarbejdet er så perfekt poleret, at man kan spejle sig i det, og man spørger naturligt sig selv: "Hvordan i alverden har de overhovedet kunnet lave sådanne søjler?"

Hoyseleswara.



Et kig ind i Hoyseleswara med nogle af de drejede søjler.



Når man er tæt på søjlerne, kan man se, hvordan fine ringe løber rundt om søjlerne, et træk, der kun kan komme fra drejning i en slags drejebænk.

Når man kommer tæt på dem, kan man se fine cirkulære ringe løbe rundt om søjlerne. Arkæologerne forklarer, at disse kommer som resultat af drejning. Med andre ord mener arkæologerne, at søjlerne er blevet forarbejdet i en drejebænk eller noget i den retning. Det kan ikke lade sig gøre at få sådanne mønstre på nogen anden måde og da slet ikke med kun hamre og mejsler.

Svaret, at søjlerne er drejede, stiller imidlertid endnu flere spørgsmål, end det giver svar på. Selv i vore dage med vores moderne teknologi ville det være vanskeligt at dreje fire meter høje søjler i en drejebænk. Hvordan var man da i stand til det for mindst 900 år siden i fortidens Indien, hvor man ifølge gængs historieopfattelse ikke rådede over avanceret maskinteknologi?

DET UPERSONLIGE SAMFUND

af Madan Gopal Dasa

I anden del af Srila Prabhupadas *pranama-mantra* er der to ord, som specielt beskriver Vesten, nemlig *nirvisesa* og *sunyavadi,* som betyder tomhed og upersonlighedsfilosofi. Det lyder jo ikke særlig tiltrækkende, men det er desværre en altgennemtrængende filosofi i denne del af verden. For at kunne nyde vores sanser uden restriktioner bliver vi nødt til at leve i illusionen, at der ikke findes nogen Gud eller for den sags skyld et hierarki imellem Ham og os selv. Jo mere vi vender os bort fra Krishna, desto mere skiller vi os også fra hinanden.

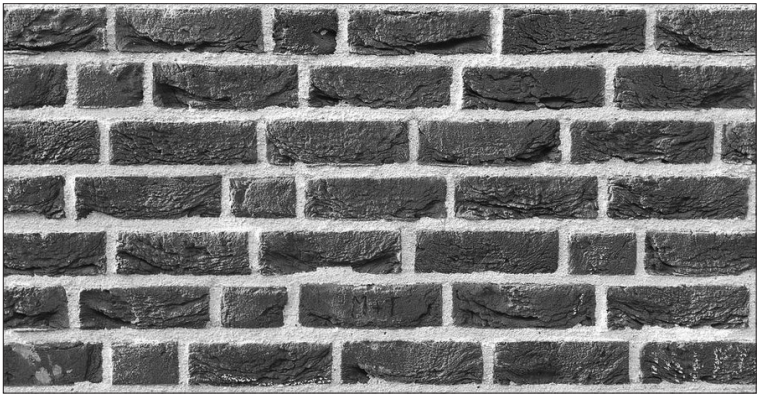
Et symptom på ateisme er simpelthen den type samfund vi har i dag, og hvordan det organiseres fra de små familier til lokalsamfundet og staten, og hvordan man relaterer til hinanden på alle slags niveauer. Bureaukratiet er et typisk eksempel på upersonlighedsfilosofi. I stedet for at tale med en person ansigt til ansigt skal man udfylde en masse papirer og formularer. Hvis man endelig kommer til at tale med en person, refererer vedkommende ofte mest til regler og paragraffer. Hvis man så ikke lige passer ind i en af deres kasser, kan man ikke få hjælp. Man bliver ofte dirigeret i en cirkel, hvor man ender det samme sted, og så bliver man sendt videre rundt i karrusellen. Til sidst er man tilbage på det samme sted, hvor man startede. Man er ikke kommet nogen vegne, og vi kender det alt for godt.

Hvis man tror, der er meget bureaukrati i Skandinavien, så prøv at bo i Frankrig. Hvis man vil sætte et lille drivhus op på sin egen grund, må man søge om tilladelse og udfylde 5-10 sider papir og vente på svar. Alting er kontrolleret og styret ned til mindste detalje. Alting er blevet meget mere indviklet end før, og det er svært at gøre helt almindelige ting uden at blive viklet ind i et hav af papirer og regler. Her i Frankrig er der for tiden mange strejker bl.a. på grund af bureaukratiet, specielt blandt landmændene. De har ofte store demonstrationer inde i byerne, hvor de kører i optog med deres traktorer og stopper trafikken. For praktiske mennesker sætter bureaukratiet en dæmper på deres udvikling.

Selvfølgelig vil staten ikke have, at man skal blive alt for uafhængig, men at vi skal bidrage til bruttonationalproduktet, som det jo så fint hedder. Hvis f.eks. en eller to personer bliver selvforsynende på landet og i stand til at klare sig mere og mere uden penge, er det ikke så stort et problem for staten. Men hvis det drejer sig om et helt lille samfund i samfundet, som også prædiker deres filosofi til andre, kan vi regne med at få modstand. Vi må i ISKCON være parat til at kæmpe hårdt for vores sag.

Familieliv og ægteskab i Vesten er blot en myte i vore dage. Hvem tager sig f.eks. af deres forældre, når de bliver gamle? Hvem tager sig for den sags skyld af deres egne børn? Både de unge og gamle ryger på institution, fordi ingen har tid længere. Det handler hele tiden om at tjene penge, så meget, så man glemmer, at mennesker er vigtigere end ting. Det er ekstrem materialisme. Krishna er den Højeste Person, og derfor er Han også i allerhøjeste grad social med Sine venner og familie. Krishna fik over 160.000 børn med sine dronninger! Krishna er den eneste, som er helt uafhængig, men vi andre er afhængige af Ham og hinanden. Vi er stadigvæk afhængige af hinanden,

selv om vi ikke ved det. Vi kan selvfølgelig bruge maskiner til at gøre mange ting for os, men vi bliver ikke lykkelige af at være sammen med maskiner. Vi er evige personer ligesom Krishna, og lykke begynder først, når der er mere end én person.



Folk undrer sig over, hvorfor der er så meget ensomhed, arbejdsløshed og mentale sygdomme i vore dage. Vi har et usundt samfund, som ikke tager hensyn til individet, hverken åndeligt eller materielt. Det moderne samfund har skabt så mange unødvendige problemer eller *anarthaer* – i sidste ende, fordi vi har vendt os fra Krishna. I stedet for at koncentrere sig om at gøre sin pligt eller arbejde støder vi igen og igen ind i problemer, som forhindrer os i det, selv om vi officielt har gjort stort fremskridt på mange områder. F.eks. inden for økologi er vi så stolte af at sige, at flere og flere vælger økologiske madvarer, men vi tænker ikke på, at før i tiden var alting økologisk, og man behøvede ikke et klistermærke og en officiel godkendelse for at være økologisk producent.

Inden for sundhedsvæsenet er det heller ikke blevet bedre. De fleste læger kigger ikke engang på dig til konsultationen. De taster bare noget ind på tastaturet og skriver selvfølgelig altid en recept ud. Uanset hvad der sker, får man altid en recept med i hånden. Der er penge i det. I godhedens kvalitet lever man et sundt liv, så man så vidt muligt undgår at blive syg. Det moderne sundhedsvæsen tjener penge på, at folk bliver syge, og måske hjælper de os endda til at blive mere syge. I mange landsbyer i Indien den dag i dag er der stadigvæk mange, som lever et selvforsynende liv og dyrker alting på deres egne marker. Lægen kommer sjældent forbi, for de er for det meste sunde og raske. I landsbysamfundet er man også tvunget til at arbejde sammen og have gode relationer til hinanden.

Mental sygdom er i virkeligheden kilden til fysisk sygdom og også det allerstørste problem i vestlige lande i dag. Men hvor kommer mentale sygdomme så fra? Det er der ingen, som rigtig ved, og derfor giver man bare folk nogle såkaldte "lykkepiller". At tro man kan blive lykkelig af at tage en tablet, er den højeste form for materialisme. Mental sygdom har i virkeligheden sin oprindelse i vores virkelige sygdom, nemlig at identificere sig med kroppen og sindet. Vi er sindssyge! Vi er åndelige sjæle med et evigt personligt forhold til Krishna, som er den eneste, der virkelig kan give os den intense lykke, vi alle går og drømmer om. Det er dog ikke kun "mig og Krishna". Krishna er kun tilfreds med vores tjeneste, når vi tjener Hans hengivne, og også når vi prøver at bringe folk, som ikke er hengivne, til Krishna-bevidsthed.

Folk er ulykkelige, fordi de bare føler sig som et tal i rækken eller "just another brick in the wall", som Pink Floyd så populært sang det. Krishna-bevidsthed er baseret på personlige forhold i Krishnas tjeneste. En hengiven af Krishna er alle levende væseners velønsker og ven.

HERREN KRISHNAS KØKKEN
En kartoffel, to kartofler, tre...

af Visakha Devi Dasi

Jeg vil nu gennemgå tre måder at tilberede grønsager på. I takt med at man bliver fortrolig med disse tre metoder, og ser, hvordan disse metoder påvirker ingredienserne, lærer man at variere den endelige smag, konsistens, og hvordan det hele ser ud på tallerkenen. Naturen af en bestemt grønsag afgør, om den skal koge, indtil den er sprød, blød eller moset.

Metode 1 giver tørre grønsagsretter. Små, ensartede stykker af grønsager svitses hurtigt i ghee og koges, til de er gennemkogte, uden tilsætning af nogen form for væske. Hvis de grønsager, man koger, mest indeholder saft, kan man stege dem under omrøring, til de er kogte og sprøde og lettere brunede. Men hvis grønsagerne er tørre eller stivelsesholdige, stilles varmen på mellemlav, gryden dækkes til, og grønsagerne får lov til at stege i ghee og deres egen saft, indtil de er bløde som smør.

Metode 2 giver smørbløde grydestegte grønsagsretter. Her svitser man hurtigt grønsagerne, tilsætter noget væske og fortsætter med at koge under låg på lav varme, indtil grønsagerne er kogte. Brug denne metode til sammenkogte grønsagsretter, grønsager med sovs, våde grønsager i koncentreret glasur eller sovs eller sprøde grønsager, der er overtrukket med krydret ghee.

Metode 3 resulterer i grønsager i krydret smør, sovs eller suppe. I modsætning til de første to metoder, hvor grønsagerne svitses, før de koges, koger man dem først her, til de er gennemkogte, og derefter svitser dem. Afhængig af grønsagerne kan man koge dem, dampe dem, trykkoge dem, bage dem i ovn eller over gløder eller friturestege dem. Man kan enten koge dem hele eller skåret i stykker, skrællede eller uskrællede. Hvis man koger dem hele, skærer man dem bagefter i ensartede stykker og svitser dem hurtigt i krydret ghee over mellemhøj varme. Dette forbedrer strukturen og smagen. Man kan yderligere forbedre de færdige grønsager ved at vende dem i en tilberedt sovs, dryppe smør og citronsaft over dem eller lade dem svømme i en velsmagende suppe.

For at vise disse tre metoder i praksis tager vi en universel grønsag, kartoflen, og tilbereder den på alle disse måder. Afhængig af hvilke krydderier og urter, som man har,

skal man vælge én af de tre foreslåede krydderiblandinger til alle metoderne. Derved kan man se forskellene, der skabes ved blot at ændre på varme, tid og størrelse og form på grønsagsstykkerne. Med variationer i ingredienser og krydderier er det let at se, hvordan man kan skabe talløse hovedretter og mellemretter med alle slags grønsager. Den hengivne elsker at lave forskellige retter og ofre dem til Herren Krishna. Og Herren giver mange gange igen ved at give Sin kærlighed til den hengivne. Således er Herren Krishnas køkken en udveksling af kærlighed. Af den kærlighedsudveksling kommer de lækreste retter, man nogensinde kunne forestille sig.

Tre metoder til tilberedning af grønsager

Vælg én af kombinationerne af ingredienser herunder – elementær, standard eller gourmet – og brug den samme kombination til tilberedning af kartoflerne efter metode 1, 2 og 3.

Elementær krydderiblanding:

½ kg skrællede kartofler (mellemstørrelse)
3 spsk. ghee eller vegetabilsk olie
¼ til 2 tørrede chilibælge brækket i stykker
¼ tsk. gurkemeje
ca. ½ tsk. salt
2½-6,25 dl vand (kun til metode 2 og 3)
2 spsk. friske koriander- eller persilleblade, finthakket
¼ tsk. sukker

Standard krydderiblanding:

½ kg skrællede kartofler (mellemstørrelse)
3 spsk. ghee eller olie
1 spsk. skrællet frisk ingefærrod, finthakket
1 spsk. stærk grøn chili uden frø, finthakket
1 tsk. spidskommenfrø
¼ tsk. gurkemeje
½ spsk. stødt koriander
ca. ½ tsk. salt
2½-6,25 dl vand (kun til metode 2 og 3)
2 spsk. friske koriander- eller persilleblade, finthakket
¼ tsk. sukker

Gourmet krydderiblanding:

½ kg skrællede kartofler (mellemstørrelse)
1 spsk. skrællet frisk ingefærrod, finthakket
1 spsk. stærk grøn chili uden frø, finthakket
1 tsk. spidskommenfrø
¼ tsk. mild hingpulver
½ tsk. sorte sennepsfrø
¾ tsk. gurkemeje
½ spsk. stødt koriander
ca. ½ tsk. salt
2½-3,75 dl vand (kun til metode 2 og 3)
½ spsk. frisk citronsaft
2 spsk. friske koriander- eller persilleblade, finthakket
¼ tsk. sukker

Metode 1: Tørre kartofler

1. Skær kartoflerne i terninger på 1,25 cm. Opvarm ghee eller olie i en svær stegepande over mellemhøj varme, indtil der dannes en dis på ghee'ens overflade. Kast de grønne eller røde chili, de hele krydderifrø og den finthakkede ingefærrod i. Steg krydderierne, indtil de får den ønskede nuance af brun. Tilsæt kartoflerne og steg dem under hyppig omrøring for at undgå, at de brænder på, indtil de er delvist kogte og let brunede.
2. Skru varmen ned til mellemlav, drys pulverkrydderier og salt i, tilsæt halvdelen af de friske urter, dæk let til og kog, indtil kartoflerne er gennemkogte. Rør resten af urterne i sammen med sukker og citronsaft (valgfrit). Steg i et eller to minutter mere for at inddampe og fjerne den sidste væske.

Metode 2: Tørre, sprøde grydestegte kartofler

1. Skær kartoflerne i terninger på 2½ cm. Opvarm 2½ spsk. ghee eller olie i en

svær 4-6 liters gryde over mellemhøj til høj varme, indtil en dråbe vand, der stænkes i, med det samme danser. Kast de grønne eller røde chili uden frø i sammen med de hele krydderifrø og den hakkede ingefærrod (valgfrit). Steg krydderierne, indtil de får den ønskede brune nuance. Kom kartoffelterningerne i og steg dem under hyppig omrøring, så de ikke brænder på, indtil de er en tredjedel kogte og lettere brunede.

2. Kast de resterende pulverkrydderier i sammen med salt, halvdelen af de friske urter og ca. 3 dl vand. Skru varmen ned til mellemlav, kog derefter kartoflerne let, indtil de er gennemkogte, og vandet er næsten inddampet. Rør resten af den tilbageblevne halve spsk. ghee, sukker og citronsaft i. Skru derefter op for varmen til mellemhøj og steg, indtil grønsagerne er tørre eller let sprøde. Tag gryden af varmen og fold resten af de friskhakkede urter i.

Metode 3: Dampede, pandestegte kartofler med krydderier

1. Skær kartoflerne i terninger på en halv centimeter og anbring dem i en grønsagsdamper inden i en stor gryde. Læg låg på gryden og damp kartoflerne over kogende vand, indtil de er bløde og gennemkogte uden at være mosede.
2. Varm ghee eller olie i en 25-30 centimeters svær pande over mellemhøj varme, indtil der dannes en dis på overfladen. Kast chilierne, de hele krydderifrø og den hakkede ingefær i. Steg krydderierne, indtil de får den ønskede brune nuance. Tilsæt de dampede kartofler, pulverkrydderierne og salt, sukker og citronsaft. Skru lidt ned for varmen og steg kartoflerne under omrøring, indtil de er brunede. Tag panden af varmen og bland de friskhakkede urter i.

Her er nogle praktiske råd til at få det bedste ud af grønsagstilberedning. Vælg så vidt muligt små, faste grønsager, der er så friske som muligt.

For at bevare friskheden og næringsværdien er det bedst at opbevare grønsagerne uskrællede og uvaskede i et køleskab eller en kold kælder. Gør dem først rene, lige før de skal tilberedes.

For at fjerne bitterhed fra visse grønsager kan man vaske dem og skære dem i stykker, drysse salt over dem og stille dem til side i 30-60 minutter. Pres til slut saften ud af grønsagerne. Nogle grønsager bør da vaskes igen og tørre helt, før de bruges.

Forsøg kun at tilberede så mange grønsager, som der lige netop er brug for, og servér dem så vidt muligt, så snart de er færdiglavede. Grønsager er tilbøjelige til at miste smagen, hvis de genopvarmes hurtigt eller holdes varme i lang tid. Hvis man skal genopvarme grønsager, er det bedre at gøre det over medium varme end høj varme.

Friske, naturlige grønsager bevarer deres friske, naturlige grønsagssmag, når de dampes, bages i tør varme, koges hurtigt eller koges hele og uskrællede, indtil de er gennemkogte, og derefter omgående krydres med ghee.

Undgå at tilberede spinat eller friske grønne blade i aluminium eller støbejern, da grønsagerne nemt absorberer smagen fra disse metaller. Rustfrit stål, sliplet pander og gryder og emaljeret køkkengrej er ideelle til formålet.

For at fjerne den skarpe smag fra broccoli, hvidkål eller rosenkål kan man blanchere grønsagerne i 4-6 minutter og derefter sænke dem ned i koldt vand for at standse deres kogning, hvorefter de tilberedes som normalt.

Fra Back to Godhead 19-09-1984

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*.

Lørdag den 7. juli: Ratha-yatra i København (se side 2)
Fredag den 13. juli: Srila Bhaktivinoda Thakuras bortgang. Aftenprogram i templet fra kl. 17

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 - 08.00 & 21.00 - 23.00
Tirsdag 06.00 - 08.00 & 21.00 - 23.00
Onsdag 07.00 - 08.00
Torsdag 07.00 - 08.00 & 21.00 - 23.00
Fredag 07.00 - 08.00 & 21.00 - 23.00

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

Store begivenheder og Kirtan aftener:
Kontakt: Danesh Das Tlf.: 28880377

Bhakti Vriksa:
Kontakt: Ananta Sri Das Tlf.: 22222763

Alle aktiviteter i Aarhus 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.krishnahuset.dk
Hjemmeside for ISKCON i Århus

www.radiokrishna.dk
Hjemmeside for Radio Krishna i Århus

www.soundcloud.com/krishnadk/sets
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.

Fredagskirtan kl. 18-20: Nesten hver fredag. Se FB: ISKCON Norway for mere info.

Juli 2018
12. juli: Ratha Yatra, vognparaden, i Oslo kl. 16-20.Se hjemmesiden for mer info.

Ekadasi: 9. og 23. juli

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.

BHAKTI SANGAM 2018

Igen i år er der Bhakti Sangam-festival på Almviks Gård uden for Stockholm. Det er Skandinaviens største Hare Krishna-festival, der i år afholdes fra mandag den 16. juli til søndag den 22. juli. Flere hundrede hengivne forventes at møde op for at være sammen på Almviks naturskønne område og høre talere og *kirtana*-ledere fra hele verden.

Blandt årets talere og gæster vil være Smita Krishna Swami, Yadunandana Swami, Narayani Devi Dasi, Kalakantha Dasa, Madhava Dasa, Vrindavan Kirtan Dasa, Visvambhar Sheth og Vrinda Devi Sheth. Der forventes flere gæstetalere, som dog ikke er fuldt bekræftede endnu.

Almviks Gård er et fantastisk sted for familier. Tag børnene med – der vil være særlige aktiviteter for dem!

Nærmere oplysninger om tilmelding, priser, overnatning og transport til Almvik kan findes på http://www.bhaktisangam.se.