

(NYT FRA)

HARE KRISHNA

Nr. 2, 25. årgang, februar 2023 - Pris 35 kr.

**ISKCON'S
DANMARKSHISTORIE**

**FRA FÆNGSEL
TIL KRISHNABEVIDSTHED**

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

ISKCON's Danmarkshistorie

Forsidebilledet er fra en *harinama* i København engang midt i 1980'erne. På det tidspunkt havde Hare Krishna været i Danmark i mindre end ti år, selv om de første tilløb til at etablere Krishnabevidsthed i Danmark går helt tilbage til slutningen af 1960'erne. Det skriver Dandaniti mere om på side 6. Hun har bl.a. været i kontakt med nogle af de første hengivne, der puslede med tanken om at starte noget i Danmark, og hun ser på en GBC-resolution, der opfordrer hengivne til at nedskrive deres historie. Hendes håb er, at det bliver starten på en serie om Hare Krishnas Danmarkshistorie, så den kan blive dokumenteret for fremtiden. Hendes ambition er at få så meget som muligt nedfældet, mens de, der kan huske det, stadig er her.

Det bliver der forhåbentligt nogle interessante historier ud af til fremtidige *Nyt fra Hare Krishna*'er. I den forbindelse er ethvert billede, artikel, lydoptagelse, gode historier og minder osv. interessant, så hvis nogle af jer ligger inde med sådanne ting, må I gerne sende dem til os, enten i form af originalmaterialet eller skannet ind digitalt.

Ellers ikke mere indledning til dette blad, der giver sig selv, når det bliver åbnet. God fornøjelse med at læse endnu et *Nyt fra Hare Krishna*. Ld. 🌸

KALENDER

Onsdag	1.2	Ekadasi (faste fra korn og bønner for Bhaimi Ekadasi + faste til middag for Varahadeva i morgen)
Torsdag	2.2	Bryd fasten mellem 8:01–10:56 Herren Varahadevas fremkomst
Fredag	3.2	Nityananda Trayodasi: Sri Nityananda Prabhus fremkomst (faste til middag)
Søndag	5.2	Sri Krishna Madhura Utsava Srila Narottama Dasa Thakuras fremkomst
Fredag	10.2	Sri Purusottama Dasa Thakuras bortgang Srila Bhaktisiddhanta Sarasvati Thakuras fremkomst
Torsdag	16.2	Ekadasi (faste fra korn og bønner for Vijaya Ekadasi)
Fredag	17.2	Bryd fasten mellem 7:30–10:46 Sri Isvara Puris bortgang
Søndag	19.2	Siva Ratri
Tirsdag	21.2	Srila Jagannatha Dasa Babajis bortgang Sri Rasikanandas bortgang
Torsdag	23.2	Sri Purusottama Dasa Thakuras fremkomst
Fredag	3.3	Ekadasi (mahadvadasi, faste fra korn og bønner for Amalaki vrata Ekadasi) Sri Madhavendra Puris bortgang
Lørdag	4.3	Bryd fasten mellem 6:54–7:16
Tirsdag	7.3	Gaura Purnima: Sri Caitanya Mahaprabhus fremkomst (faste indtil måneopgang)
Onsdag	8.3	Jagannatha Misras festival
Onsdag	15.3	Srivasa Panditas fremkomst
Lørdag	18.3	Ekadasi (faste fra korn og bønner for Papamocani Ekadasi)
Søndag	19.3	Bryd fasten mellem 6:15–10:17 Sri Govinda Ghosh' bortgang
Søndag	26.3	Sri Ramanujacaryas fremkomst
Torsdag	30.3	Rama Navami: Herren Sri Ramacandras fremkomst (faste indtil middag)

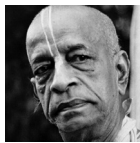
INDHOLD

2	Kalender & redaktionelt	6	ISKCON's Danmarkshistorie	12	Fra fængsel til krishnabevidsthed	16	Biologiprofessor i problemer
3	Srila Prabhupadas side	9	At servere og ære prasada	14	Massive oversvømmelse	19	Visdomshistorie
11	I kampens hede	15	Store bededag	20	Køkkenside		

'*Nyt fra Hare Krishna*' udgives af Det Internationale Samfund for Krishna-bevidsthed (ISKCON) i Danmark, grundlægger-acarya A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada. - © Copyright 2023, 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 - Bankkonto: Den Danske Bank reg. 1551, konto 3534 125 119 - MobilePay 361223 - Alle indlæg, kommentarer, spørgsmål osv. er velkomne.

SRILA PRABHUPADAS SIDE

BYG JERES NATIONER PÅ DEN ÅNDELIGE PLATFORM, 2



af Srila Prabhupada (Oversat af Christopher Thuesen)

Under en forelæsning, som Srila Prabhupada var blevet anmodet om at give i september 1972 på Nairobis Universitet, taler han til en stor samling studerende og regeringsansatte i Taifla Hall (Uafhængighedshallen). Srila Prabhupada anmoder borgerne i u-landet Kenya: "Jeg vil opfordre jer til at udvikle jer åndeligt, for åndelig udvikling er fornuftig udvikling. Lad være med at imitere amerikanerne eller europæerne, der lever som hunde og katte. Atombomben findes allerede, og så snart den næste krig bryder ud, vil deres skyskrabere og alt andet gå til grunde."

Første del bragtes i sidste nummer.

Folk, der ikke tror på sjælen, befinder sig i den mest uheldige situation. De ved hverken, hvor de kommer fra, eller hvor de er på vej hen. Kendskab til sjælen er den vigtigste viden, men ingen universiteter underviser deri. Hvad er kroppens position? Hvad er forskellen på en død og en levende krop? Hvorfor lever kroppen? Hvad er kroppens tilstand, og hvad er dens værdi? Ingen søger efter svaret på disse spørgsmål på nuværende tidspunkt, men gennem denne Krishnabevidsthedsbevægelse forsøger vi at uddanne befolkningen, så folk kan forstå, at de ikke er disse kroppe, men er åndelige sjæle. Menneskelivets formål er forskelligt fra hundenes og kattenes formål. Det er vores budskab.

Sjælen ligger under for evolutionsprocessen, og vi kæmper hårdt for eksistensen. Vi bakser med at opnå evigt liv. Evtigt liv er inden for rækkevidde. Hvis man gør sit bedste i menneskelivet, kan man blive tildelt en åndelig krop i det næste liv. Den åndelige krop er allerede inden i jer, og den vil udvikles, så snart I frigør jer fra den materielle eksistens' besmittelse. Det er menneskelivets mål. Folk kender ikke til deres virkelige egeninteresse: at opdage sig selv, at erkende, at "Jeg er en af Guds bestanddele. Jeg skal vende hjem til Guds rige for at være sammen med Gud."

Ligesom vi har et socialt liv her, har Gud også et socialt liv i det åndelige rige. Vi kan slutte os til Ham der. Man bliver ikke til ingenting, efter kroppen forgår. Nej, det er en

fejlopfattelse. I *Bhagavad-gita* (2.12) siger Krishna til Arjuna på Kuruksetras slagmark:

*na tv eva ham jatu nasam
na tvam neme janadhipah
na caiva na bhavisyamah
sarve vayam atah param*

"Aldrig var der en tid, hvor Jeg ikke eksisterede, og heller ikke du eller alle disse konger. Lige så lidt vil nogen af os ophøre med at være til i fremtiden."

Processen til at opnå evigt liv er på én og samme tid både meget nem og meget svær. Den er svær, fordi folk for det første ikke tror på sjælevandring. Hvis vi dog blot søger viden hos autoriteterne, vil processen være yderst simpel. Vores Krishnabevidsthedsproces består i at søge viden hos Krishna, det mest perfekte væsen, ikke fra et almindeligt væsen, der er underlagt den materielle naturs love. Viden, der fås fra et betinget væsen, er med sikkerhed mangelfuld.

Hvad er den betingede sjæls defekter? Vedkommende vil med sikkerhed begå fejltrin, være underlagt illusion, forsøge at snyde andre og besidde ufuldkomne sanser. Vi kan ikke opnå perfekt viden, fordi vi ønsker at snyde, og vores sanser er utilstrækkelige. Selv om vores sanser er uperfekte, er vi alligevel utroligt stolte af vores øjne, og vi ønsker at se alting. Derfor er der nogen, der siger: "Kan du vise mig Gud?" Faktisk er svaret

ja. Hvorfor kan man ikke se Gud hele tiden? Krishna siger, *raso 'ham apsu kaunteya*: "Jeg er vandets smag." Alle og enhver drikker vand, og smagen er til stede, så hvis vi opfatter denne smag som værende Gud, påbegynder vi Gudserkendelsesprocessen. Krishna siger også, *prabhasmi sisi-suryayoh*: "Jeg er solskinet, og Jeg er måneskinnet." Alle folk ser både sol- og måneskinnet dagligt, og hvis vi tænker over, hvordan Solen og Månen udsender lys, vil vi til sidst nå Gud.

Der er så mange tilsvarende eksempler. Det er ikke særligt svært at blive Gudsbevidst og erkende Gud, hvis man ønsker det. Man skal blot følge de foreskrevne metoder. Som nævnt i *Bhagavad-gita* (18.55), *tato mam-tattvato jnatva*. Man må blot forsøge at forstå Gud i sandhed og forsøge at forstå Hans fremkomst, forsvinden og funktioner. Man vil med det samme komme til Guds rige, når man virkelig forstår Ham. Personen, der forstår Gud eller Krishna, vender ikke tilbage og får endnu en materiel krop, efter han forlader sin nuværende krop. Krishna siger, *mam eti*: "Han kommer til Mig." Dét er, hvad vi sigter efter.

Derfor bør vi ikke spilde tiden, som hundene og kattene gør det. Man bør på én og samme tid leve komfortabelt og være Krishnabevidst eller Gudsbevidst. Det vil gøre os lykkelige. Hvis vi ikke forstår Gud og bliver Gudsbevidste, lader fred og lykke sig ikke gøre. Vejen til fred og lykke forklares i *Bhagavad-gita*.

Hvis man virkelig ønsker at forstå Gud, er Han meget nem at forstå. Gud ejer alt. *Isavasyam idam sarvam*. Desværre tror vi, at "Det hele er mit." I jeres land påstod briterne for eksempel, at de var herskerne, og nu hævder I at være herskere. Hvem ved, hvad fremtiden bringer? Faktisk er der ingen, der ved, hvem den virkelige hersker er. Landet er der, og det er Guds ejendom, men vi tænker blot: "Alt er i min besiddelse. Jeg ejer det her, og jeg ejer det der." Faktisk eksisterede Amerika, før europæerne kom, men nu tror amerikanerne: "Det er os, der hersker." På samme måde tænkte indianerne før dem:

"Det er os, der hersker." Faktum er, at intet menneske er hersker. Den sande hersker er Gud.

*isavasyam idam sarvam
yat kinca jagatyam jagat
tena tyaktena bhunjitha
ma grdah kasya svid dhanam*

"Alt levende og dødt inden for universet ejes og beherskes af Herren. Derfor bør man kun tage imod de ting, der er strengt nødvendige for én selv og er blevet tildelt som éns kvote, og man bør ikke tage imod andre ting velvidende, hvem de tilhører." (*Isopanisad*, Mantra 1)

Vi har brug for denne erkendelse. Krishna gør fordring på alle livsformer inklusive amerikanske og afrikanske livsformer, katteformer, hundeformer, træformer osv., for Han er besidderen og den Højeste Fader. Hvis vi blot erkender dette, opnår vi Gudsbevidsthed. Hvis vi faktisk erkender Gud som foreskrevet i de autoriserede bøger samt den vediske litteratur, vil vi opdage, at der ikke længere vil være konflikt mellem den ene og den anden fraktion. Alt vil være fredfyldt.

Alle og enhver har ret til at anvende Guds ejendele, ligesom en søn har ret til at leve på faderens bekostning. Der står i skrifterne, at selv et lille dyr inden for hjemmets rammer skal brødfødes. Dét er åndelig kommunisme. Ingen bør gå sultne, end ikke en slange. Vi er bange for slanger, men hvis vi finder ud af, at en slange har bosat sig i vores hjem, er det vores pligt at fodre slangen. Det er den Gudsbevidste eller Krishnabevidste opfattelse: *samah sarvesu bhutesu*. Den, der er transcendentalt situeret, behandler alle levende væsener ens. Således pointerer *Bhagavad-gita*, at man først for alvor påbegynder sit hengivne liv, når man opfatter alle på lige fod som bestanddele af den Højeste Herre. Denne Krishnabevidsthedsbevægelse forsøger på en autoriseret måde at få alle til at forstå, hvem de er, samt livets mål.



Denne renselsesproces af hjertet er nem at udføre. Det eneste, man skal gøre, er at recitere dette *maha-mantra* – Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare/ Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare. Man kan se, at der inden for vores bevægelse findes både drenge og piger med ophav i forskellige lande og fra forskellige religioner, men ingen af dem bekymrer sig om en bestemt sektion, et bestemt land eller en bestemt religiøs forsamling. Det eneste, vi interesserer os for, er at opnå erkendelse af os selv og vores forhold til Gud.

Gud er den Højeste Hersker, og vi er alle Hans sønner eller tjenere. Lad os derfor engagere os i Herrens tjeneste, som det anbefales i *Bhagavad-gita*. Så snart vi forstår, at Gud ejer alting, vil alle verdens problemer løses øjeblikkeligt. Det kommer måske ikke til at ske lige med det samme. Det forventes ikke, at alle og enhver vil forstå denne filosofi, men hvis alle verdens landes intelligente folk forsøger at sætte sig ind i den, vil det være tilstrækkeligt. I *Bhagavad-gita* (3.21) står der:

*yad yad acarati sresthas
tat tad evetaro janah*

*sa yat pramanam kurute
lokas tad anuvartate*

“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.”

Derfor anmoder vi verdens mest intelligente folk om at forsøge at forstå denne Krishna-bevidsthedsfilosofi og sprede den over hele verden. Nu er vi kommet til disse afrikanske lande, og jeg inviterer alle intelligente afrikanere til at forstå og sprede denne filosofi. I forsøger at udvikle jer, så prøv venligst at udvikle jer i en åndelig retning, for åndelig udvikling er fornuftig udvikling. Lad være med at efterligne amerikanerne og europæerne, der lever som hunde og katte. Civilisationer, der bygger på sansetilfredsstillelse, er ikke langtidsholdbare. Atombomben findes allerede, og så snart den næste krig bryder ud, vil deres skyskrabere og alt andet gå til grunde. Prøv at forstå dette fra menneskets sande synspunkt, det åndelige synspunkt. Det er, hvad Krishnabevidsthedsbevægelsen drejer sig om. Derfor anmoder vi jer om at forsøge at forstå denne filosofi. Mange tak. 🌸

ISKCON

DANMARKS HISTORIE



af Dandaniti Devi Dasi

Er det vigtigt for hengivne og resten af verden at kende ISKCON's historie? Det mener vi her på *Nyt fra Hare Krishnas* redaktion. I samme ånd udgav GBC (The Governing Body Commission, ISKCON's øverste styrende råd) tilbage i 1995 en resolution, hvor det anbefales, at alle templer med indviede Deiteter skal føre en løbende "logbog" over Deiternes historie, heriblandt hvordan Deiteterne blev anskaffet, selve indvielsen, og hvordan tilbedelsen er foregået gennem årene. Det anbefales også at fortælle om særlige "lilaer", historier, om Deiteterne.

I det følgende vil vi gå lidt tilbage i historien og se på, hvornår og hvordan ideen om et tempel i København først opstod.

Starten på ISKCON

Srila Prabhupada kom til USA i 1965, og i 1966 registrerede han officielt ISKCON som en international religiøs bevægelse. På det tidspunkt var der kun ét tempel, nemlig templet i New York. Lidt senere blev der åbnet et center i San Francisco, og i løbet af 1967 blev der åbnet et tempel i Montreal, Canada. Flere andre steder i USA fulgte snart trop.

Allerede fra starten havde Srila Prabhupada et stærkt ønske om at ekspandere til Europa. Især England stod højt på listen. Det var hertil, Srila Prabhupadas åndelige mester, Srila Bhaktisiddhanta Sarasvati Thakura, i sin tid sendte nogle af sine disciple i et forsøg på at etablere Krishnabevidsthed i Vesten. Det kom der ikke så meget ud af. En enkelt engelsk dame, Lady Bowtell, blev initieret af Bhaktisiddhanta Sarasvati Thakura og fik navnet Vinoda Vani Dasi. Det var alt.

Prabhupadas ønske om at sprede Krishna-bevægelsen i Europa var baseret på hans forgænger Bhaktivinoda Thakuras forudsigelser. Bhaktivinoda Thakura levede fra

1838-1914 og var Bhaktisiddhanta Sarasvati Thakuras far og samtidig hans *siksa-guru*. I 1885 skrev han: "Meget snart vil den uovertrufne vej ('unparalleled path') af *harinama sankirtana* blive udbredt ('propagated') over hele verden. Oh, hvilken dag ('for that day') når de heldige engelske, franske, russiske, tyske og amerikanske folkeslag vil bære bannere, *mridangaer* og *karatalaer* og tilvejebringe *kirtana* gennem deres gader og byer! Hvornår vil den dag komme?" (Fra tidsskriftet Sajjana Tosani 4.3, 'Nityadharmas Suryodoy', 1885)

De første ISKCON-hengivne kom til Europa i sommeren 1968. De fleste har hørt historien om Srila Prabhupadas tre initierede *grhastapar* Janaki Devi og Mukunda Dasa, Yamuna Devi og Gurudasa samt Malati Devi og Syamasundara Dasa plus deres lille baby Sarasvati, der sammen tog til England, hvor de mødte The Beatles og etablerede ISKCON i London og fik Bhaktivedanta Manor. Kort tid forinden var Srila Prabhupadas discipel Sivananda Dasa allerede ankommet til Europa.

Tidligere på året havde Srila Prabhupada besøgt Montreal-templet. På en morgenvandring havde Sivananda Dasa fortalt Prabhupada om alle de steder, han havde besøgt i Europa, før han sluttede sig til ISKCON. Efter at have lyttet med stor interesse sagde Srila Prabhupada: "Jamen godt, du skal tage dertil og åbne templer på alle de steder." Da Sivananda Prabhu forstod, at Srila Prabhupada ønskede at sende hengivne til London for at starte et tempel, meldte han sig frivilligt. Det virkede dog, som om Prabhupada ikke syntes, at Sivananda var den rette til at tage til London, men at han derimod skulle blive i Montreal, hvor han fungerede som tempelpræsident. Ikke desto mindre fik Sivananda snart nogle penge fra sin mor,

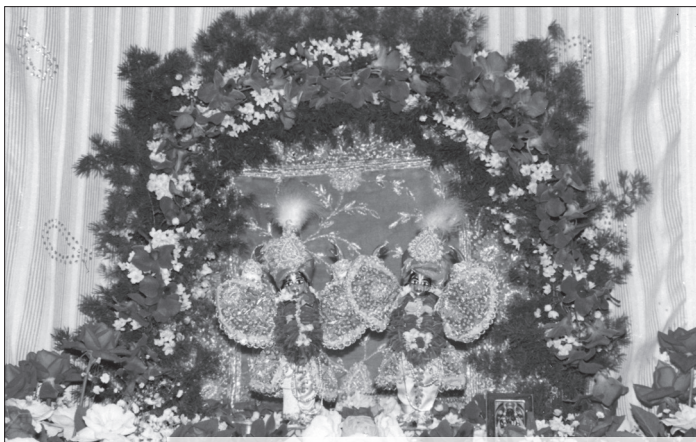
hvilket gjorde det muligt for ham at tage til Europa. Da han ankom til England, blev han imidlertid nægtet adgang. Hans hengivne fremtoning med kronraget hoved, *sikha*, *tilaka* og *dhoti* samt hans "mystiske" Deitet af Jagannatha med tøj på gjorde tilsyneladende toderne mistænksomme. Efter at være blevet afvist ved grænsen tog han til Amsterdam og derfra senere til Tyskland og startede dermed udbredelsen af Krishnabevidsthed på det europæiske fastland. Senere fik han selskab af flere hengivne fra USA samt hengivne, der sluttede sig til bevægelsen lokalt.

Prabhupadas vision for et tempel i København

I 1969 skrev Sivananda Dasa, der på det tidspunkt var i Tyskland, til Srila Prabhupada for at spørge, om han skulle tage til Danmark for at starte et tempel der. Srila Prabhupada svarede:

"Med hensyn til din ide om at tage til København er det en god ide, og jeg er altid ivrig efter at åbne stærke templer, hvor sangen af Hare Krishna og den Krishnabevidste filosofi bliver ordentligt formidlet. Så ligesom Janardana planlægger at starte et center i Paris, kan du undersøge mulighederne for et center i København. Så hvis du mener, at du kan åbne et sådant center i København, fortæl mig da venligst, hvad din konkrete ide om at begynde dette projekt går ud på, og jeg skal rådgive dig i overensstemmelse dermed. Jeg tænker, at vi kan tale om det, når jeg kommer til Hamborg." (Brev til Sivananda den 11. juli 1969)

For nylig fik jeg kontakt med Sivananda Prabhu via hans kone Madan Mohan Mohini Dasi og spurgte om omstændighederne



Københavns nyinstallerede Sri-Sri Gaura-Nitai anno

omkring Srila Prabhupadas brev, og om de rent faktisk fik talt om ideerne for København, da Srila Prabhupada kom til Hamborg. Sivananda fortalte, at han havde skrevet til Srila Prabhupada om ideen med at åbne et center i København, fordi han på det tidspunkt havde det lidt svært med en af de hengivne, han samarbejdede med i Tyskland. Som det fremgår af følgende brev til Hamsaduta Dasa knapt et år senere, blev planerne for et tempel i København skrinlagt på det tidspunkt. Sivananda mindes ikke at have talt videre om ideen med et center i København, da Srila Prabhupada besøgte Tyskland senere på året. Det lader dog til, at Prabhupada har diskuteret ideen med Hamsaduta Dasa, der på det tidspunkt var kommet til Tyskland sammen med sin kone Himavati Dasi og i en periode var leder for den tyske *yatra*:

"Dit ønske om at åbne et center i København kan stilles i bero indtil videre, medmindre vi rekrutterer nogle medlemmer fra Europa, for alle de bedste elever er allerede taget derover, så i øjeblikket vil det være svært at sende mænd fra Amerika. I Amerika skal vi også åbne så mange grene, så jeg tror ikke, at I skal vente flere medlemmer fra Amerika til at organisere de europæiske centre." (Brev til Hamsaduta den 26. april 1970)

Fra 1969 og op igennem 70'erne rejste de hengivne fra Tyskland periodevis til Danmark

og distribuerede bøger og gramfonplader og holdt sporadiske programmer, indtil der omkring 1979 blev etableret et permanent center for Krishnabevidsthed i Danmark. Malati Dasi har fortalt, at de hengivne fra England også besøgte Danmark omkring 1969 og distribuerede bøger der, men hvor og hvor længe de var her, husker hun ikke.

GBC-resolution om templerne historie

Lad os vende tilbage til GBC-resolutionen, der blev nævnt i starten. Deiternes historie kaldes *stapak sastra* og er et skrift, der beskriver Deiteternes tilblivelse og tilbedelse. Her er GBC's resolution fra 1995. Det nævnes, at de historiske begivenheder skal nedskrives i en hårdt indbundet bog. Med den teknologiske udvikling, der er sket siden da, foregår det meste nok digitalt, men essensen er selvfølgelig den samme:

Implementation af Tempel Stapak Sastra

AT det anbefales som en retningslinje, at alle ISKCON-templer med installerede Deiteter med det samme begynder at skrive og opretholde en *stapak sastra* i en holdbar hårdt indbundet bog egnet til at etablere videreførelsen. Hvert tempels historiske begivenheder skal nedskrives i templets *stapak sastra* af tempelpræsidenten og hovedpujarien efter nøje overvejelse og gensidigt samtykke. *Stapak sastraen* skal opbevares på alteret som Deiteternes personlige udstyr. Forslag til indhold er:

- a) Templets oprettelse
- b) Særlige *lilaer* og instruktioner fra ISKCON's grundlægger *acarya*, Srila Prabhupada.
- c) Særlig historie om Deiteterne, f.eks. hvordan De fik Deres navne, hvordan De kom, standard af tjeneste, Deres usædvanlige *lilaer* osv.
- d) Templets og de hengivnes aktiviteter og præstationer, f.eks. vindere af julemaratonet.
- e) Templets historie år for år.

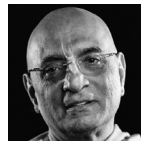
f) Afgående tempelpræsidenters afsluttende ord.

For nogle år siden havde vi i forbindelse med en festival i ISKCON København besøg af Yogindra Dasa, der oprindeligt er fra USA, men har boet det meste af sit liv i Sverige, og er indviet af Srila Prabhupada. Han fortalte, at han arbejdede på at nedskrive historien om Sri-Sri Gandharvika-Giridhari, Deiteterne på Korsnæs Gård i Sverige. Han foreslog, at min mand og jeg sammen skulle skrive historien om Sri-Sri Gaura-Nitai i Danmark. Eftersom vi har travlt med mange andre ting, er det begrænset, hvor meget tid vi har til denne opgave, men vi tænkte, at hvis vi kombinerer det med at skrive *Nyt fra Hare Krishna*, kan vi måske gradvist få dækket en del af ISKCON Danmarks historie.

Vi vil meget gerne have feedback og hjælp til denne opgave, så hvis der er nogle af jer læsere, der kunne tænke sig at være med, er I velkomne til at kontakte os her på redaktionen. Vi kan bruge hjælp til at kontakte og lave interviews med de hengivne, der kan bidrage med at fortælle deres del af historien. Vi vil gerne have bidrag fra tidligere *pujarier*, tempelledere, kokke, syersker og hengivne generelt. Især vil vi gerne i kontakt med personer, der har deltaget i Sri-Sri Gaura-Nitais indvielser, der foregik ad to gange, nemlig først af de små Deiteter og så de store. Vi vil også gerne have fremskaffet fotos fra alle de ISKCON-centre, der har været i Danmark.

Ud over at vi gerne vil lave en specifik beretning om Sri-Sri Gaura-Nitais historie i Danmark, er det planen, at al historisk materiale om ISKCON Danmark for eftertiden vil blive samlet og opbevaret på et fælles europæisk ISKCON-bibliotek og arkiv, der efter planen kommer til at ligge i Italien. Alle, der på den ene eller anden måde har været i kontakt med Krishnabevægelsen i Danmark, spiller en rolle i Sri-Sri Gaura-Nitais *lila*, så hvis du har noget på hjerte, du gerne vil dele, må du endelig ikke holde dig tilbage. 🌸

AT SERVERE OG ÆRE PRASADA VAISNAVA-ETIKETTE, 11



af Bhakti Caru Swami

I dette ellefte afsnit om *vaisnava-etikette* diskuterer Bhakti Caru Swami etiketten i forbindelse med servering og indtagelse af *prasadam*.

”Jeg er vældig glad for den idé – at vores sang af de hellige navne er medicinen, og vores *prasadam* er kosten, der helbreder den materielle sygdom.” (SP-brev til Dayananda den 17. oktober 1968)

Således æres *prasadam*

”Når en hengiven uddeler *prasadam*, dvs. rester af mad, der er ofret til Guddommens Højeste Personlighed, må vi for at bevare vores hengivne ånd acceptere denne *prasadam* som Herrens nåde, der bliver modtaget gennem de rene hengivne.” (*Nectar of Instruction*, tekst 4, forklaring)

1. Husk, at Krishna-*prasadam* ikke er forskellig fra Krishna. Recitér bønnen *sarira avidya-jal* for at huske det.

2. Benyt højre hånd til at spise og drikke.

3. Meditér på, hvordan Krishna smagte på ofringen. Man kan også meditere på Krishnas barmhjertighed ved at tilvejebringe *prasadam* samt Sri Caitanya Mahaprabhu og Herren Krishnas *lilaer* med *prasadam*.

4. Tal ikke, mens du ærer *prasadam* (ud over at forherlige Krishna og Hans *prasadam*).

5. Kast ikke med *prasadam*. Rør aldrig *prasadam* med dine fødder.

6. Vask hænder, fødder og mund før og efter spisning.

7. Drik et glas vand en time, før du spiser. Drik ikke i en rum tid efter at have spist. Hvis du er nødt til at drikke, så drik noget varmt.

8. Srila Prabhupada sagde: Fyld en fjerdedel af din mave med vand, halvdelen af

din mave med mad og den sidste fjerdedel med luft. UNDGÅ AT OVERSPISE!

Således serveres *prasadam*

”Vi bør aldrig lade Krishnas *prasadam* gå til spilde. Det bedste er kun at lave den mængde mad, der kræves, og derefter give hver person, hvad han ønsker. Det er det vediske system. Folk sidder på rækker [på gulvet] med deres tallerkener, og tjenerne passerer gennem rækkerne og placerer en meget lille portion af hver madvare på hver tallerken, medmindre der er indvendinger fra personen. I så fald serveres der ikke noget. Hvis nogen så vil have mere, passerer tjenerne fortsat gennem rækkerne og uddeler mere, hvis nogen anmoder om det. På denne måde går intet til spilde, og alle er tilfredse.” (SP-brev til Kirtiraja den 27. november 1971)

1. Alle, der bliver serveret mad for, bør inviteres til at sidde på gulvet, og *prasadam* bør uddeles af kvalificerede hengivne.

2. De, der serverer, bør være meget rene, fredsfulde og tilfredse. De kan om nødvendigt spise inden servering af *prasadam*. De bør forsøge ikke at tale, mens der serveres.

3. Servér lige nøjagtig den rette mængde, så intet går til spilde.

4. Ældre hengivne skal serveres først. Husholdere bør tjene gæsterne. Ældre mennesker og børn bør serveres først.

5. Læg salt og citron på hver tallerken, inden dem, der skal serveres for, har indtaget deres plads.

6. Servér altid vand først.

7. *Prasadam* skal serveres i følgende rækkefølge:

a) Først de bitre tilberedninger som *sukta* og bittermelon.

b) Dernæst spinat og andre astringerende madvarer.

c) Stegte retter og *dhal*.

d) Forskellige krydrede grøntsager.

e) Surt.

f) Sødt.

g) Ris og *capatier* er basisfødevarer og skal hele tiden være på tallerkenen.

8. Gå rundt og servér ekstraportioner, indtil alle er tilfredse. Vær ikke nærig og hold ikke noget tilbage, fordi du vil have det senere. *Prasadam* er beregnet til at blive serveret.

9. Rør ikke ved tallerkenerne med serveringsskeerne. Berøring med tallerkenerne forurener serveringsskeen. Skulle en serveringsske blive forurenet, skal den vaskes.

10. Lad ikke dine fingre røre nogen af tilberedningerne, heller ikke vandet. Salt må aldrig serveres med hånden. Brug en ske.

11. Rør aldrig *prasadam* med fødderne og træd heller ikke over den.

12. Uddel *prasadam* fra serveringsspande eller -skåle.

13. Slæb ikke serveringsspande langs gulvet og lav ikke klirrende eller andre larmende lyde med håndtag eller køkkenredskaber. Servér stille og roligt.

14. Når alle er færdige med at ære *prasadam*, skal du straks rengøre stedet.

Citater fra Srila Prabhupada

Historien om Prabhupadas besøg sammen med nogle af hans disciple i Puri Maharajas *asrama* i Visakhapatnam beskrives i *Prabhupada Lilamrta V*, side 66-67:

"Prabhupadas Gudsbroder Ananda var ivrig efter at lave mad og servere for ikke blot Srila Prabhupada, men for alle hans disciple. Ananda var en ældre mand, men alligevel

indtog han den position, at han altid tilbød ydmyg tjeneste. Selv om han talte meget lidt engelsk, kunne Prabhupadas disciple opfange Anandas og Srila Prabhupadas hengivenhed for hinanden. Anandas kommunikation med Srila Prabhupadas disciple kom især til udtryk gennem hans madlavning og servering af *prasadam* ...

[Herefter gives en fantastisk beskrivelse af, hvordan Ananda ville tjene alle hengivne med *prasadam*.]

Hver morgen samledes alle på verandaen uden for Prabhupadas bolig. Mændene sad på den ene side og kvinderne på den anden. Ananda gik raskt ned ad midtergangen for at servere *prasadam*, mens Prabhupada sad for enden i en træstol og fingerede med sin *japa*-kæde, mens han observerede de hengivne indtage *prasadam*. Prabhupada havde givet penge til *asramaen*, og Ananda lavede regelmæssigt overdådige festmåltider – friturestegte kartofler fyldt med krydderier, ris, yoghurt, *dhal*, tre forskellige slags *sabjier*, pommes frites, chutney, *malpura*, *rajkeli*, *sandesa*, *ksira* – og alt var tilberedt til en nektarisk standard af fremragende kvalitet.

Prabhupada ville sidde for enden af de to rækker og opmuntre de hengivne til at spise mere *prasadam*: "Giv ham mere!" Prabhupada ville rose Anandas madlavning og smile ved synet af hans disciples indtagelse af *prasadam*. De hengivne ville til sidst blive færdige efter at være blevet tilskyndet til at spise så meget, som de overhovedet kunne, og Srila Prabhupada ville højt fremsige *prema-dhvani*. Så råbte alle de hengivne "Jaya!" tilbage!

Efter et sådant festmåltid kaldte Prabhupada de hengivne ind på sit værelse og påpegede: "Se, hvordan han laver mad. Han laver det hele, han serverer det, og så spiser han ikke selv, før alle er fuldt ud tilfredse. Det er sådan, en *vaisnava* skal agere. Han er mere tilfreds med at tjene end med at hygge eller more sig." 🌸

I KAMPENS

HEDE



af Svayam Bhagavan Kesava Swami

New York-børsen (NYB) er langt den største af sin slags i verden. Daglig handel når i gennemsnit op på 170 milliarder dollars, mens den samlede kapitalisering af børsnoterede selskaber på NYB er langt over 14 billioner dollars. Som man kan forestille sig, kan de daglige begivenheder nemt nå kogepunktet.

I slutningen af 1960'erne lavede et par kunstfærdige "yippier" et reklamestunt på Wall Street-etablisementet. Mens sværme af mæglere indgik handler for millioner af dollars, klatrede disse personer stille og



roligt op til et udkigspunkt med udsigt over hele det maniske børsgulv. De tiltrak alles opmærksomhed med et højt kald og fortsatte derefter med at udøse stakkevis af falske pengesedler ud over forsamlingen! Da personerne på børsgulvet så dette forbløffende syn, udbrød ragnarok. De kæmpede alle mod hinanden for at få fat i pengesedlerne og lod dermed deres lukrative handler hænge! Det var utroligt – der var praktisk taget ingen økonomisk fordel i deres smålige strid, men blot synet af fysiske kontanter fangede dem fuldstændigt. I disse få øjeblikke forlod deres bedre intelligens dem. Da de indså tricket, trak de sig hurtigt tilbage til deres handler i et desperat forsøg på at indhente deres tab!

Verden er fuld af fristelser. En sindrig analyse vil bekræfte disse fristelsers ultimative ubrugelighed og manglende evne til at give os, hvad vi virkelig ønsker. I kampens hede er sådanne fristelser desværre praktisk taget uimodståelige. Muligheden for øjeblikkelig tilfredsstillelse fanger vores sind. Trangen indeni synes så intens, at den ikke er mulig at styre.

Vi ved, at vi begår en fejl, men vi mangler den indre styrke til at sige "nej".

Den komiske Wall Street-episode lærer os en ældgammel lektie: Resultatet af at give efter for tomme, ubetydelige fristelser er, at vi føler os frustrerede, snydte og skuffede over os selv.

Desuden forsømmer og skader vi samtidig vores progressive vej i livet, der er mere værdifuld, tilfredsstillende og langvarig. Nødvendigheden af at give afkald på øjeblikkelig fornøjelse for at opnå noget langt større gælder inden for alle områder af livet – mate-

rielt eller åndeligt. *Bhagavad-gita* tilbyder en række forskellige løsninger til dem, der ønsker at undgå fristelser, så de kan opnå og sikre vedvarende velfærd. At lære denne kunst vil imidlertid KOSTE dig:

Overbevisning – vær overbevist om det store, du forsøger at opnå, og hvorfor det kræver en vis disciplin og selvbeherskelse. Intelligens og klarhed skaber overbevisning og indre styrke.

Åbenhed – vær uden hensyntagen til succes eller fiasko åben over for en ven og søg råd, støtte, vejledning og feedback. Ærlighed vil få din karakter og integritet til at vokse.

Sikkerhed – undgå provokerende situationer, mennesker og tankemønstre, der kan kompromittere dine principper. Kæmp ikke kampe, som du ikke behøver.

Smag – stræb efter at leve det "bedre liv" og styrk din beslutsomhed ved at mærke fordelene ved din beherskelse og selvkontrol. Omdiriger din bevidsthed i retning mod noget progressivt, rent og opløftende, der ultimativt vil give dig en "højere smag". 🌸

FRA FÆNGSEL TIL KRISHNABEVIDSTHED

af Chris Matthews

Denne artikel er fra Back to Godhead 37-04, 2003.

Jeg stiftede først kendskab til Krishna i 1985, da jeg var femten år gammel. Jeg var så heldig at møde nogle meget seriøse disciple af Srila Prabhupada. De inspirerede et dybt ønske i mig om at praktisere Krishnabevidsthed. Jeg ønskede at stikke af og vie mit liv til Krishna, men andre ønsker vandt over mig.

I 1986 blev jeg introduceret til morfin, der gradvist trak mig ned til de mørkeste dybder af afhængighed. I 1992 begyndte jeg at bryde ind i apoteker for at undgå de frygtede abstinenser, der var blevet hverdag for mig. Jeg tog engang en overdosis og 'døde' – var i koma i ti minutter. Jeg kom ind på akutvagten, hvor jeg forbandede lægerne, der reddede mit liv. Jeg ønskede ikke at fortsætte med at være i dette levende helvede, og døden virkede som den eneste udvej.

Alle mine forsøg på at forbedre mig mislykkedes. I klare øjeblikke kunne jeg ikke tro, at jeg var faldet til så lavt et niveau. Hvordan havde jeg glemt, at jeg er en evig tjener af Krishna? Hvordan var jeg sunket så dybt ned i illusion? Min kropslige identifikation havde berøvet mig for alle mine aspirationer efter et liv, der var viet til Krishna.

Jeg husker at have tænkt således, da jeg i 1993 ventede på en dom for indbrud i apoteker. Jeg var stadig en dybt afhængig narkoman, en datter var på vej, og jeg begræd, at jeg ikke kunne lære hende om Krishna. Hvordan kunne jeg hjælpe min datter, mens jeg selv var så langt ude?

Fuld af modstridende tanker besluttede jeg mig for aldrig igen at plage mit sind med tanker om Gud. Jeg ville benægte Hans eksistens. Men det er aldrig så ligetil. Krishna slipper aldrig en, der har haft bare så meget som et lille ønske om hengivenhed, og sidder

tålmodigt i hjertet og venter.

I 1994 blev jeg dømt til otte år i Tennessees statsfængsel. Jeg begyndte min afsoning med håbløshed og desperation. Min datter fødtes ti dage senere. Jeg var så modløs, at jeg tvivlede på, at jeg nogensinde ville se verden udenfor igen.

Søgen efter frihed

På en eller anden måde besluttede jeg efter kort tid inde i min afsoning, at jeg ville bryde ud – ikke som en fysisk flugt, men som en åndelig frigørelse. Jeg ville forsøge at leve et åndeligt liv i fængslet. Jeg tænkte, at jeg med meditation kunne beholde en vis forstand og normalitet. Jeg læste og studerede alt, jeg kunne. Jeg praktiserede en håndfuld forskellige meditationsteknikker. Jeg studerede islam, buddhisme, kabala, kristendom, *advaita-vedanta* – alt, der var til at få gennem forskellige fængselsinstitutioner.

De to år, jeg tilbragte i isolation, var en stor mulighed for at gøre min celle til en *asrama*. Jeg tilbragte talløse timer i meditation, men til ingen nytte. Jeg forsøgte at meditere på en upersonlig opfattelse af Sandheden. Men jeg lærte hurtigt, at forsøget på at gøre sindet stille er, som Arjuna sagde det, "upraktisk og uholdbart ... for sindet er rastløst og upålideligt." Efter i flere år at have forsøgt teknikkerne, som Krishna beskriver i kapitel seks i *Bhagavad-gita*, kastede jeg armene i vejret. På trods af alle mine studier og praksis var jeg stadig miserabel. De gjorde ingenting for mig.

For første gang i årevis sendte jeg en simpel bøn til Bhagavan Krishna: "Herre, jeg er vildfaren. Jeg husker Dig. Hjælp mig."

Nogle få dage senere blev jeg overført til et almindeligt fængsel. På en eller anden måde

fadet jeg over adressen på Candrasekhara Dasa fra ISKCON's fængselsministerium. Jeg skrev til ham, han svarede tilbage, og en måned senere fik jeg en *Bhagavad-gita* som den er, *Hinsides fødsel og død* og *The Science of Self-Realization*. Jeg slugte Sri Krishnas ord og Srila Prabhupadas forklaringer. De gav mig nyt liv. Jeg ejede allerede tre udgaver af *Bhagavad-gita* med kommentarer fra upersonalister, men Prabhupadas udgave var ligesom at få en hilsen fra en gammel ven. Jeg forstod den meget bedre nu end som femtenårig. Det var så befriende igen at lære om mit forhold til Krishna som Hans tjener. Hvor fjollet det er at meditere på "Jeg er Brahman" og få at vide, at jeg er Gud, du er Gud, vi er alle Gud – imens jeg var indespærret. Hvordan er Gud blevet låst inde?

Jeg begyndte at recitere Hare Krishna og blev vegetar, selv om min eneste mad i disse år var bønner, macaroni og ost. Jeg lavede en *japa-mala* (meditationskæde) af et stykke tøj ved at slå 108 knuder på det og binde enderne sammen. Jeg opsatte et lille alter i min celle med billeder fra bøgerne. Jeg lærte at gøre mine arbejdsopgaver for Krishna og arbejdede i en ånd af utilknytning. De fleste indsatte er bitre over at skulle arbejde for staten. Men da jeg blev spurgt, hvorfor det ikke rørte mig, var jeg glad for at kunne fortælle dem, at jeg arbejdede for Krishna.

Jeg følte mig mere fri bag pigtrådshegnet, end jeg nogensinde havde følt mig udenfor. Det var alt sammen Krishnas nåde til en falden hengiven. Tanken om, at Srila Prabhupada havde bragt Krishnabevidsthed til Vesten, hjalp mig til at genfinde mit mistede forhold til skabelsens Herre, Sri Krishna, og bragte tårer til mine øjne, mens jeg reciterede. Jeg var registreret hos Tennessee's autoriteter som en forhærdet kriminel. Jeg havde set megen brutalitet i fængslet uden så meget som at blinke. Men her sad jeg og græd over den nåde og medfølelse, der blev vist os igennem gaven i form af *mahamantraet*, gennem hvilket Krishna smelter selv det hårdeste hjerte og

derefter kommer og stjæler det. Da jeg kom ud i juli 2000, var jeg en fri mand i mere end én forstand.

Min nyfundne tjeneste

Sidste år tog en ven og jeg til templet i Atlanta til Gaura Purnima-festivalen. Jeg havde ikke været i et tempel i sytten år. Hvilken lykke det var at have hengivnes selskab og stå foran Deiteterne for at høre den transcendentale lyd af *mahamantraet*! Denne ansporing fik mig til at beslutte at gøre, hvad mit liv er beregnet til: at tjene Krishna. Jeg vidste bare ikke hvordan.

Efter nogle måneder fandt jeg ud af det. Jeg bestemte mig for at starte en afdeling af ISKCON's fængselsministerium. Jeg tænkte på, hvor dejligt det ville have været for mig at have haft hengivnes selskab, mens jeg sad i fængsel. Jeg ønskede at give andre den mulighed. Hengivne kan komme ind i fængslerne, ligesom andre grupper kan, men de kan også have *kirtana*, klasser over *Bhagavad-gita* og distribuere *prasadam*, hvilket ingen andre kan.

Mit hjerte følte stor medfølelse med de sjæle, der sad og gik, hvor jeg engang havde siddet og gået. Jeg tænkte på alle de institutioner, hvor jeg havde været, hvor ingen af bibliotekerne havde Srila Prabhupadas bøger. Jeg begyndte at købe alle de af Prabhupadas bøger, som jeg kunne finde antikvarisk, og lagde dem til side for at sende dem videre til nogen. Jeg lagde annoncer ud på Internettet og kom i kontakt med alle stater for at bede om tilladelse til at sende bøger og korrespondenceklasser til indsatte, generelle biblioteker og fængselsbiblioteker. Jeg havde ikke bøgerne eller korrespondencekurserne, men jeg havde en stærk overbevisning og tro på, at jeg tjente Krishna, og at de ville komme ved Hans nåde.

Inden for kun fire uger fik jeg tilladelse fra 76 fængsler til at sende dem bøger, kæder og korrespondenceklasser, og jeg fik alle bøgerne og kursusmaterialerne til at gøre det. Nu beder jeg til, at hengivne vil træde frem og tage ind i fængslerne i efterfølgelse af Srila

(Fortsættes på side 18)

HAR DER VÆRET EN MASSIV OVERSVØMMELSE



af Jahnna Dasa

Er der noget bevis for, at der i Oldtiden var en massiv oversvømmelse, der ødelagde en god del af Jorden?

I Vedaerne beskrives det, at hele Jorden bliver oversvømmet hver Brahmas dag. Brahmas dag svarer i vores solår til 4 milliarder år, og lige så lang tid er hans nat.

Der er med andre ord en oversvømmelse af Jorden hver fire milliarder år. Om der er empirisk bevis for det, er jeg ikke klar over. Jeg anfører de skiftlige vidnesbyrd, der for mig er bevis.

Den materielle skabelse gennemgår en endeløs cyclus af skabelse, vedligeholdelse og tilintetgørelse. En cyclus på de 4 tidsaldre kaldes en *kalpa*, og 1000 af sådanne cyclusser kaldes en *mahakalpa*, der udgør skaberguden Brahmas dag. Så ved afslutningen på Brahmas dag bliver alt liv på Jorden tilintetgjort.

Først bliver alting brændt af Solen, og under Brahmas nat oversvømmes Jorden ved, at det regner i tusindvis af år.

Ideen om en oversvømmelse af Jorden nævnes også i andre religioner. I *Puranaerne* gives



det præcise skema. Det nævnes også, at forskellige livsarter lever i vandet på det tidspunkt. Efterhånden som vandet trækker sig tilbage, starter livet på Jorden på ny.

Det er også perioden, hvor Gud viser sig som en gigantisk fisk, der redder Manu (menneskehedens fader) ved at trække rundt med Manu i en båd, der er stor nok til at huse alle arter fra Jorden. Jeg går ud fra, at det er der, kirken har ideen om Noahs ark fra.

Selv moderne videnskab er enig i, at de første livsarter kom fra vandet og kravlede derefter op på land. Men Darwins teori er

selvfølgelig det rene vrøvl.

Hvad klovnene i de hvide kitler ikke ved, er, at der er en verdensomspændende oversvømmelse hver 4 milliarder år, og at denne cyclus af skabelse, vedligeholdelse og tilintetgørelse fortsætter til slutningen af Brahmas liv, der også er afslutningen på universet.

Brahmas liv er beregnet til 311 billioner år. Lige nu er vi ca. halvvejs gennem Brahmas liv, så vores univers har stadig 160 billioner år tilbage.

Krishna siger:

”Hvis man regner i solår lægger et tusind tidsaldre sammen, får man længden af Brahmas dag. Lige så lang tid varer hans nat.” (Bg. 8.17)

”I begyndelsen af Brahmas dag bliver alle de levende væsener manifesteret fra deres umanifesterede stadie, og når natten derefter falder på, indgår de igen i deres umanifesterede form.” (Bg. 8.18)

”Igen og igen, når Brahmas dag bryder frem, bliver alle levende væsener til, og når hans nat falder på, bliver de hjælpeløst tilintetgjort.” (Bg. 8.19)

”Dog findes der en anden umanifesteret natur, der er evig, og som er hævet over denne manifesterede eller umanifesterede materielle energi. Denne sfære er suveræn og bliver aldrig tilintetgjort. Når alle de materielle verdener tilintetgøres, forbliver denne del, som den er.” (Bg. 8.20)

”Det, som Vedantisterne beskriver som det umanifesterede og ufejlbarlige, det, der er kendt som det højeste mål, det sted, hvorfra ingen vender tilbage, når først de er nået dertil – det er Min højeste bolig.” (Bg. 8.21) 🌸

LØST OG FAST

OMKRING STORE BEDEDAG



af Lalitanatha Das

Danmarks regering vil afskaffe Store Bededag, så der kan arbejdes mere. Hvordan skal vi kunne betale regningerne til vores stigende militærudgifter udelukkende med bøn?

Forslaget er hovedløst. Hvordan afskaffer man noget, der aldrig har været der til at begynde med? Store Bededag må betyde, at alle skubber alt andet til side og beder. Men har det nogensinde foregået i Danmark? Hvordan kan man da tale om Store Bededag? Navnet er misvisende.

Et bedre forslag ville være faktisk at indføre Store Bededag og så sørge for, at alle virkelig beder (inklusive regeringens medlemmer). Bøn er kraftfuld. Bøn er nøglen til lykke, selvbeherskelse, fredfyldthed og erkendelse af livets formål. Den højeste form for lykke kommer ved at være forbundet i et tæt forhold til Gud og uafbrudt være i kontakt med Ham. Det opnås effektivt igennem bøn.

Bøn handler ikke om at bede til Gud for at få Ham til at forstå, hvad jeg har brug for. Det ved Han udmærket i forvejen. Bøn handler om at bede og blive ved med at bede, indtil jeg selv forstår og kan høre, hvad Gud ønsker af mig. Det var Søren Kierkegaards pointe. Når jeg forstår, hvad Gud ønsker af mig, vil jeg også naturligt forstå, hvordan jeg skal handle, så jeg får et afbalanceret liv. Jeg vil vide, hvordan jeg arbejder, så jeg kan svare enhver sit, og samtidig har retning på mit liv imod det, der er livets egentlige formål og gør mig virkelig lykkelig. Tænk sig, hvis det var normen for alle danskere. Sådan kunne det være, hvis Store Bededag blev fejret med det, som den virkelig burde fejres med – nemlig bøn.

Problemet er, at danskere ikke beder ret meget, om overhovedet. Problemet er ikke, at danskerne ikke arbejder nok. Danskerne anno 2023 pukler allerede som æsler. Det sjove er, at FREMSKRIDTET, hvorved menes

teknologiske fremskridt og hjælpemidler, altid er blevet præsenteret som en måde at reducere arbejdsbyrden på. Jeg husker, hvordan man talte om, at det store problem i fremtiden bliver at få tiden til at gå. Maskinerne vil have overtaget alt arbejdet, og vores eneste opgave er at finde ud af, hvad vi skal bruge af vores fritid på.

Det modsatte sker. Det kaldes illusion. Friere og lykkeligere – nej. Vi er blot blevet mere slavebundne og viklet ind i alle mulige komplikationer ligesom insekter, der er fanget i et edderkoppespind. Vi har aldrig haft så mange teknologiske hjælpemidler som nu, og aldrig har så mange mennesker bukket under med stress og arbejdsbyrder. Og nu vil regeringen afskaffe en af de få helligdage, så der kan arbejdes endnu mere. Det er hovedløst. Blot at pukle som et æsel kan aldrig gøre et menneske lykkeligt, og det i sig selv gør heller ikke samfundet velstående. Tværtimod avler det mere stress og frustration med alle de samfundsproblemer, det medfører.

Det bedste vil derfor være ikke bare at lade Store Bededag være Store Bededag, men faktisk gøre den til Store Bededag. Endnu bedre vil det være at gøre hver eneste dag til Store Bededag. Et virkeligt intelligent indrettet samfund har masser af religiøse helligdage. Faktisk er der ikke en tid på året, hvor der ikke er en eller anden højtidelighed. Hver dag er helligdag og starter helligt tidligt om morgenen med meditation, bøn, religiøse ritualer og læsning af hellige skrifter. Folk lever og ånder omkring disse religiøse aktiviteter, hvilket gør dem begejstrede for den gave, som livet er, såvel som inspirerede til at være vågne, ærlige, moralske, pligtopfyldende, fredfyldte, hensynsfulde og vise samfundsborgere. Det ville være dejligt at se regeringen lede landet i den retning. 🌸

BIOLOGIPROFESSOR VENDER SIG MOD DARWIN



af Lalitanatha Dasa

Srila Prabhupada bemærkede, at jo mere vi sparker Darwin i ansigtet, desto mere gør vi åndeligt fremskridt. Grunden er åbenlys. Srila Prabhupada så korrekt darwinismen som en af de primære kilder til ateisme, materialisme og upersonalisme i verden. Derfor udtalte han, at det er vores opgave at bekæmpe evolutionsteorien, både inden i os selv i det omfang, vi selv er påvirkede af den, og i den bredere verden.

Her er det relevant og interessant at se endnu et eksempel på en nutidig topprofessors kritik af darwinismen. Hendes eksempel er interessant af to grunde. For det første er hendes videnskabelige kritik af darwinismen svær at komme udenom. For det andet viser behandlingen af hende den diskrimination, som de, der går imod den herskende darwinistiske ideologi, udsættes for.

Dr. Change Laura Tan var indtil for nylig fastansat som professor på University of Missouri i USA, hvor hun forskede og underviste i molekylærbiologi. Hun er uddannet med en bachelor i kemi og en kandidatgrad i fysisk-organisk kemi. Dernæst tog hun en Ph.D. fra University of Pennsylvania i biokemi og en postdoc i genetik fra Harvard Medical School. Hun er altså ikke ingen tilfældig lægmand, men en topforsker, der er forfatter til adskillige bøger inden for det biologiske felt og snesevis af peer-reviewede fagartikler, der er blevet citeret vidt og bredt.

Dr. Tan er født og opvokset i Kina. Hun lærte først om Darwins evolutionsteori, da hun gik i mellemskole i Kina. Hun accepterede uden spørgsmål ideen om, at mennesker er en slags dyr, at liv kom fra det ikke-levende, og at komplekst liv kom fra simpelt liv. Mennesket er udviklet fra en abeforfader, og der er ingen Gud eller Skaber.

Dr. Tan blev kristen i 2004, men fortsatte

med at være evolutionist, for hun troede, at det var den bedste videnskabelige forklaring. Det fik hende dog til at stille spørgsmål ved teorien, da hun i 2006 begyndte at undervise i molekylærbiologi på University of Missouri. Dr. Change Laura Tans forskning endte med at overbevise hende om, at Darwins teori eller nogen form for evolution i det hele taget ikke kan være forklaringen på biologiens verden.

Denne konklusion kostede hende også hendes stilling. Da det stod klart for universitetet, hvor hun underviste i molekylærbiologi i seksten år, at hun var darwinkritiker, opstod der en intern kampagne for at slippe af med hende. Hun endte med at blive indstillet til afskedigelse, hvilket blev bekræftet for nyligt i 2022 af en intern 'retssag', hvis udfald nærmest var givet på forhånd. Dr. Tan blev helt uøstret afskediget fra sin faste ansættelse, en ting, der normalt ikke foregår inden for forskningens verden.

Jeg vil ikke komme så meget ind på processen imod hende, men snarere nøjes med at forsøge at give en ide om, hvad der fik hende til videnskabeligt at forkaste darwinismen. For at kunne følge med i det følgende er det nødvendigt at vide, at når man taler om cellebiologi, findes der tre klart forskellige "domæner" af celler, der kaldes prokaryoter, eukaryoter og arkæer. Eukaryoter er celler med en cellekerne. De omfatter alle de højerestående organismer og er meget mere komplekse end de to andre celletyper. Prokaryoter er bl.a. bakterierne, der ingen cellekerne har og er langt mere simple end eukaryoter. Arkæer er en tredje slags celler, der også er mere simple, og som man engang regnede med til prokaryoter og bakterier, men som forskningen nu har vist udgør sit eget domæne.

I løbet af sin undervisning og forskning fandt Dr. Tan ud af, at generne, der er involverede

i DNA-replikation, transkription og oversættelse inden for livets tre domæner, alle er meget forskellige fra hinanden. Hun så det som et klart bevis for, at prokaryoter ikke kan have udviklet sig til eukaryoter, som darwinismen hævder det. Ydermere kunne de tre domæner ikke have en fælles stamfader, for de fleste af de essentielle gener er specifikke for de pågældende domæner. Derfor er der en uoverstigelig kløft mellem prokaryoter og eukaryoter.

Jo mere hun studerede og undersøgte gener og genomer fra forskellige organismer, desto mere blev hun overbevist om, at Jordens organismer meget mere ligner en skov af separate træer i stedet for at være stammer og grene på ét enkelt evolutionært fylogenetisk træ, som den ortodokse darwinisme hævder det. Med andre ord kan der ikke have været en fælles stamfader til alle arter og organismer.

Hendes første reaktion var, at måske var hendes viden om evolution forældet, for op til det tidspunkt havde hun aldrig formelt studeret evolution. Ligesom så mange andre havde hun bare taget evolution for givet. Hun tog derfor et nærmere kig på isolerede gener ("orphan genes"), der er unikke for en bestemt art uden at findes i andre arter.

Professor Tan dokumenterede først, at blandt 317 udvalgte organismer var omtrent 29,8 procent af de proteinkodende gener isolerede gener, mens mindre end 0,01% var universelle gener, der findes i alle arterne. Da hun forskede videre, opdagede hun, at de universelle gener blev færre og færre, mens de isolerede gener blev flere. Til sidst sammenlignede hun 3.863 bakterier, 711 eukaryoter og 179 arkæer, og der var ikke et eneste af de



Dr. Change Laura Tan

universelle gener tilbage. Med andre ord er alle gener taksonomisk afgrænsede, om end på forskellige taksonomiske niveauer. Dette er det stik modsatte af, hvad evolutionsteorien forudsiger, og kan i virkeligheden slet ikke forklares med evolutionsteorien.

Dr. Tan fortsatte med at forske i problemet og konkluderede, at visse evolutionære skridt er umulige inklusive udviklingen af prokaryoter til eukaryoter, af enkeltcellede organismer til flercellede organismer og af kønsløs forering til kønnet forering.

Professor Tan gennempløjede faglitteraturen for at se, om andre havde gjort den samme opdagelse. Da hun dykkede ned i litteraturen om evolution, konstaterede hun, at mange artikler var vanskelige at læse i modsætning til, hvad hun normalt oplevede, når hun læste

videnskabelige artikler. Helt andre standarder bruges inden for evolutionsfeltet. Antagelser, subjektive perspektiver og imaginære forklaringer præsenteres ofte som kendsgerninger. Videnskabelig substans kan der til gengæld være langt imellem.

Professor Tan blev ydermere overbevist om, at livet umuligt kunne være kommet fra det ikke-levende. Hun forstod hurtigt, at der er en overflod af palæontologiske, molekylære, statistiske, fænotypiske, genomiske og histologiske data, der demonstrerer, at Darwins evolutionsteori (sammen med dens moderne syntese) er endt i en blindgyde. Ingen har imidlertid klart og systematisk samlet alle stykkerne sammen. Folk flest har travlt med blot at lære om detaljerne inden for biologien og tager evolution for givet.

Følgende kan give en ide om hendes forskning og konklusioner. Det er et uddrag fra hendes forsvarstale under processen mod hende, hvor hun fremlagde noget af det materiale, der fik hende til at sætte spørgsmålstejn ved darwinismen. Hun diskuterede således, at "en sammenligning af RNA polymeraser (enzymene, der bruges til at syntetisere RNA med DNA som skabelon)" afslører, at:

"... bakteriel RNA polymerase består af fire forskellige proteiner og fem forskellige underelementer. Bakterier bruger en enkelt RNA polymerase til at syntetisere alle deres

RNA'er. Eukaryoter bruger på den anden side mindst tre forskellige RNA polymeraser. Den eukaryotiske RNA polymerase, der vises her, er den simpleste – det er RNA polymerase II – der bruges inden for Eukarya til at transkribere deres proteinkodende gener. Den består af tolv forskellige proteiner. Men hos bakterier består det centrale enzym af fire proteiner. Det har brug for et ekstra protein til at udføre det grundlæggende niveau af transkription. Men en eukaryotisk polymerase, i dette tilfælde RNA polymerase II, har brug for mange flere forskellige proteiner her. Der er i virkeligheden 43 forskellige proteiner involverede. Hele ensemblet indeholder 49 forskellige dele. Så jeg kan logisk konkludere, at bakterier og eukaryoter har hver deres måder at transkribere deres gener på. Eukarya RNA polymeraser er meget mere komplicerede. Og selv om de er meget mere komplicerede – de består af mange flere forskellige proteiner – har de brug for yderligere hjælp fra mange flere proteiner, end bakterierne har ..."

Vil man læse hele historien om Dr. Tan, kan man gå ind på <https://crev.info/2023/01/tenure-no-longer-protects-creationist-professors/>. Her kan man læse mere om processen imod hende, ligesom der er referencer og litteraturhenvisninger til yderligere læsning af og om hende. 🌸

(Fortsat fra side 13)

Prabhupadas eksempel på medfølelse.

Jeg vil gerne takke Candrasekhara Dasa, der har kæmpet uselvvisk i seksten år inden for fængselsministeriet med at distribuere bøger, korrespondere med titusindvis af indsatte og være et lysende eksempel i udførelsen af Herren Caitanyas ønske om, at Krishnabevidsthed skal spredes overalt. Candrasekhara Dasas medfølelse nåede mig og mange andre. Men endnu flere har brug for vores hjælp og skal absolut have chancen for at ændre sig og praktisere Krishnabevidsthed.

Den største gave, jeg har fået gennem ISKCON's fængselsministerium, er en ny chance for at opdrage min datter, der nu er syv, i Krishnabevidsthed. Jeg kan sidde med hende og min forlovedes tvillinger, der også er syv, og recitere *japa* foran vores Deiteter. Vi reciterer seks runder sammen. Når jeg ser pigerne med deres kæder, bæver mit hjerte. På grund af ISKCON's fængselsministerium kan jeg nu lære min datter om Krishna. Det er min perfektion som far. 🌸

PRØV IKKE AT SNYDE EN LÆGE FRA GUJARAJ

Marwari'er og gujarati'er er to grupper, der er kendte i Indien som meget dygtige og snu forretningsfolk. Der går også mange historier om begge folkeslag. Her er en af slagsen.

Selv efter at have prøvet igen og igen var det ikke lykkedes en læge fra Gujarat at få sig et godt arbejde. Til sidst åbnede han sin egen klinik, og for at tiltrække patienter satte han et skilt op over døren:

"20 rupier for alle behandlinger, hvis de lykkes. Hvis de ikke lykkes, får man 100 rupier."

En marwari advokat kom forbi og så skiltet. Han tænkte straks, at det skulle da være nemt at få 100 rupier ud af den læge. Han gik indenfor og meldte sin ankomst: "Jeg har mistet smagsansen."

"Javel," sagde lægen og vendte sig til sin assistent: "Giv mig flaske nr. 22." Da han fik den, bad han advokaten åbne munden og hældte en dråbe fra flasken på hans tunge. Med det samme sprang advokaten op og brølede: "Hvad er det for noget, du giver mig? Det smager som benzin."

"Nå, du har fået smagssansen tilbage. Jamen, så bliver det 20 rupier," svarede lægen.

Advokaten gik betuttet derfra, men var sikker på, at han nok skulle få skovlen under lægen. Den næste dag kom han tilbage: "Doktor, jeg har mistet hukommelsen."

"Javel," sagde lægen og vendte sig til sin assistent: "Giv mig flaske nr. 22."



Gaura Gopala Dasa

Advokaten udbrød: "Jamen, er det ikke den samme flaske som i går?"

"Nå, du har fået hukommelsen tilbage," sagde lægen. "Så skylder du mig 20 rupier."

"Det var godt nok pokkers," sagde advokaten, da han gik derfra. En uge senere kom han igen. "Doktor, jeg har mistet synet."

"Synet er desværre det eneste, vi ikke kan gøre noget ved," svarede lægen og vendte sig til sin assistent: "Giv manden hans 100 rupier."

Assistenten kom frem, men i stedet for 100 rupier gav han ham 20 rupier.

"Hov," sagde advokaten. "Skulle jeg ikke have 100 rupier?"

"Nå, du har fået synet tilbage," sagde lægen. "Jamen, så skylder du os 20 rupier."

(Fortalt af Gaura Gopala Dasa) 🌸

SUNDE PROTEINER - INDIENS BÆLGFRUGTER

MADLAVNINGSLEKTION 3



af Yamuna Devi Dasi (Oversat af Christopher Thuesen)

Fra Back to Godhead 26-04 1992.

Klokken var omtrent halv elleve om formiddagen, da jeg ankom til Sadhu Kutir, Srila Prabhupadas rum. De to stenrum, der var forbundet med en veranda, lå på toppen af et højdedrag med udsigt over stejle bakker, en granatæbleplantage, en lille sø og en mark. Disse idylliske omgivelser lå inden for det berømte Sri-Sri Radha-Govinda Tempels område i Jaipur i den indiske delstat Rajasthan. Srila Prabhupada besøgte den "lyserøde by" i anledning af, at ISKCON's første festival dér var arrangeret af Jaipurs dronning, Srimati Gayatri Devi.

Jeg havde haft en behagelig indkøbstur under den klare himmel i februar, hvor daggrøen tåge fordampede under den klare vintersol. Med hænderne fulde af indkøbsposer og i færd med mentalt at planlægge frokostmenuen var jeg ikke særligt opmærksom på de dristige langhalede aber, der var ivrige efter at snuppe mine varer.

Kort efter, at jeg havde lagt mine indkøbsposer fra mig, fik jeg øje på Srila Prabhupada. Han var klædt i et sjal af uld og spankulerede frem og tilbage på verandaen, mens han sagte reciterede på sin kæde. Han viftede mig hen til sig for at vise mig en gruppe rajasthankvinder, der var ved at tilberede frokost under åben himmel. I en messinggryde simrede de *dhal* (bælgfrugtsuppe) over et bål af margosatræ og kokasser, der udsendte en kraftig røg, der drev i vores retning.

Imens kvinderne tilberedte deres frokost, bemærkede Srila Prabhupada deres snilde og ekspertise. De havde skaffet brænde, samlet sten og bygget en lille bålplads, oprettet et fungerende køkkenområde og arrangeret et spisebord. Men mest af alt priste han *dhal*-suppen, der kogte over ilden. *Dhal* er næringsrig, alsidig, nem at tilberede og

Indiens primære proteinkilde, fortalte han mig. De uskyldige køer behøver ikke at lide slagtedøden for at tilfredsstille tungen. Srila Prabhupada opdannede mig til at eksperimentere med dette fabelagtige og simple frokostmåltid af *dhal*, bålristede *capatier* og evt. en lille smule tykmælk og pickles som tilbehør. Jeg påbegyndte mit eksperiment med det samme, og hovedretten til hans frokostmåltid var den samme grøntsags-*dhal*-suppe, som opskriften længere nede i artiklen beskriver.

Bælgfrugter, der kaldes *dhal* i Indien, tilhører ærteblomstfamilien, der producerer bælg med spiselige frø inklusive tørrede bønner, ærter og linser. Indien er verdens største producent og forbruger af bælgfrugter. Omtrent en halv snes forskellige varianter anvendes hyppigt. Hvis du synes, det kunne være spændende at lære at tilberede *dhal* på indisk manér, er der opskrifter på lette såvel som tykke supper samt gryderetter i kapitlet om *dhal* i kogebogen *Lord Krishna's Cuisine*. Disse opskrifter er ikke mejslet i sten. Man behøver ikke at følge dem til punkt og prikke. Man kan i stedet anvende dem som inspiration til sine egne skaberværker med sæsonbestemte grøntsager og tilberedelsestider. Jeg anbefaler at bruge krydderier såsom gurkemeje, koriander, ingefær, spidskommen og sennepsfrø, ikke blot som smagsgiver, men også fordi de ifølge indisk tradition er behjælpelige med at fordøje samt optage madens næring. De følgende opskrifter kræver ikke en indkøbstur til en indisk forhandler. Man kan finde ingredienserne i alle supermarkeder eller helsekostforretninger.

Inden for de senere år er Vestens mennesker begyndt at spise flere bælgfrugter, primært igennem påvirkning fra fremmede madkulturer bl.a. fra Indien, middelhavs-

kysten, Frankrig, Mexico og Mellemøsten. Mange folk er godt klar over, at bælgfrugter er en fremragende kilde til fedtfattigt protein og et glimrende alternativ til animalsk protein. Set fra et ernæringsmæssigt synspunkt er bælgfrugter rige på B-vitaminer, jern og kalium. De er tætpakkede med fiber, en god kilde til komplekse kulhydrater og er skånsomme for maven med blot 70 kalorier per dl tilberedte bønner.

Grøntsags-dhal-suppe

(6 portioner)

Flækket, afskallet mung-*dhal*, Srila Prabhubadas favorit, blev anvendt i Jaipur-udgaven af denne ret. Den kan også tilberedes med flækket *toor* eller *urad dhal* eller gule flækærter.

2 dl flækærter eller *dhal*

1,6 l vand

½ tsk. gurkemeje

5 dl blomkålsbuketter

2 dl hakket gulerod

2 spsk. ghee eller vegetabilsk olie

1-2 jalapeno chilier

1 spsk. hakket frisk ingefær

1 spsk. spidskommenfrø

½ tsk. fennikelfrø

1 dl hakket koriander

2 spsk. citronsaft

friskmalet peber

salt

Hvis du anvender flækærter, så sæt dem i blød i to timer. Se efter for fremmedlegemer. Skyl og udskift vandet flere gange. Put flækærter eller *dhal*, vand, gurkemeje og grøntsager i en gryde og bring i kog. Sænk temperaturen, sæt låget på skrå og kog nænsomt i 45-90 minutter og rør jævnligt, indtil bælgfrugterne bliver møre og cremede. Fjern gryden fra blusset og blend indholdet eller pisk med håndkraft, indtil der dannes en cremet tekstur.

Varm ghee eller olie i en lille pande over middelvarme. Tilføj chili, ingefær, spidskom-

men og fennikel og rist, indtil blandingen bliver mørkebrun. Hæld krydderierne i suppen og tilsæt koriander, citronsaft, salt og peber.

Hele mungbønner med spinat og tomater

(6 portioner)

Et tykt, robust og fyldigt alternativ til chili. For at give ekstra tekstur kan man tilføje 1 dl pandestegt knust *mung vadi*, hjemmelavede panir-tern eller tofu.

2 dl hele mungbønner

1 tsk. gurkemeje

1 tsk. hakket frisk ingefær

2 dl hakket frisk koriander

½ kg frisk spinat

3 tomater, hakkede

1 spsk. cayenne eller 1 knivspids stødt chili friskmalet peber

1 spsk. sennepsfrø

2 spsk. spidskommenfrø

2 spsk. ghee eller vegetabilsk olie

salt

Sæt mungbønnerne i blød i 1 l vand i to timer. Dræn og placer dem i en gryde med 1,4 l frisk vand, gurkemeje, ingefær og halvdelen af korianderne. Bring i kog. Skru ned på lav varme, sæt låget på skrå og lad det simre i 1½ time, indtil bønnerne bliver møre og fyldige.

Mens bønnerne koger, vaskes spinatbladene, og stilkene fjernes. Skær bladene i fine strimler. Tilføj spinat, tomater og cayenne eller stødt chili 20 minutter, inden bønnerne er færdigkogte, og kog, indtil spinaten er svundet ind og blevet blød. Tilsæt salt og peber. Sæt en lille pande over middelhøj varme. Tilsæt sennepsfrø, dæk til, og efter sennepsfrøene begynder at poppe, tilsættes spidskommenfrø. Rist, indtil frøene bliver et par nuancer mørkere. Tilsæt krydderierne til bønnerne, tilsæt de resterende urter og dryp enten resten eller en smule af ghee'en eller olien i blandingen. 🌿

BREVKASSE: HVORDAN FORBEDRER MAN SIN RECITATION AF HARE KRISHNA?, 2



Sankarsana Dasa svarer på spørgsmål

Har du spørgsmål om Krishna-bevidsthed, er du velkommen til at sende dem til redaktionen: Nyt fra Hare Krishna, Holsteinborgvej 20, 1.th., 2720 Vanløse. E-mail: lalitanatha@krishna.dk. Her svarer Sankarsana Prabhu på endnu et par spørgsmål om at recitere Hare Krishna.

SPØRGSMÅL: *Jeg undrer mig over, at hvis recitation af én runde på japa-kæden er 108 mantraer, betyder recitation af 16 runder så ikke, at man i virkeligheden har reciteret Hare Krishna-mantraet 1.728 gange.*

SVAR: På hver perle reciterer vi hele *mahamantraet*:

Hare Krishna, Hare Krishna,
Krishna Krishna, Hare Hare
Hare Rama, Hare Rama,
Rama Rama, Hare Hare

Hver gang vi reciterer én runde af de 108 perler, reciterer vi Hare Krishna-*mahamantraet* 108 gange. Hver initieret hengiven reciterer mindst seksten gange rundt på kæden hver dag. Dit regnestykke er korrekt: $16 \times 108 = 1.728$. Så hver dag reciterer initierede hengivne Hare Krishna-*mantraet* mindst 1.728 gange. På denne måde dykker de dagligt dybt ned i det søde, nektariske hav af *nama-rasa*, smagen af navnet.

Så gør nu dit liv perfekt ved at opgive dårlige vaner og recitere mindst seksten runder hver dag under dygtig vejledning fra *guru, sadhu* (helgenagtige avancerede hengivne) og *sastra* (skrifterne). Dit liv vil blive ufatteligt ophøjet.

SPØRGSMÅL: *Er det i orden at recitere seksten runder af maha-mantraet på kæden i løbet af dagen, eller bør det gøres på én gang i ét stræk? Jeg synes, det er svært at gøre det på én gang, men jeg forsøger mit bedste.*

SVAR: Runderne kan reciteres når som

helst i løbet af dagen, men det er meget mere kraftfuldt at gøre dem i de tidlige morgentimer før solopgang. Det er også lettere at koncentrere sindet på Herrens navne på dette tidspunkt. Hvis det er et problem at sidde ned i lang tid, kan du stå op eller gå frem og tilbage, imens du reciterer din *japa*.

SPØRGSMÅL: *Det er mig en stor byrde at recitere mine runder. Jeg kan lytte eller synge i en kirtana (gruppesang af de hellige navne) 24 timer i træk, men når jeg forsøger at recitere med min kæde, vandrer mit sind, og jeg kan ikke koncentrere mig om mantraet.*

SVAR: Nøglen til koncentreret *japa*-recitation er at stå tidligt op om morgenen og færdiggøre sin daglige kvote af *japa*-recitation før solopgang. Denne tid på dagen kaldes *brahma-muhurta*. Det er en meget åndelig tid på dagen, hvor det er meget let at holde sit sind fokuseret på de hellige navne. På dette tidspunkt på dagen er godhedens kvalitet fremherskende. Det er derfor, det er så let at recitere på denne tid. Så snart Solen står op, ændrer atmosfæren sig til lidenskabens kvalitet, en tid til aktivitet og produktivitet. Så bliver det vanskeligere at sidde og fredeligt meditere på de hellige navne. Hvis du af en eller anden grund ikke kan færdiggøre din *japa* før solopgang, skal du gøre dine runder færdige, før du spiser din morgenmad. Hvis du tager dette alvorlige løfte og holder det hver dag, vil du kunne træne dit sind til at være fint absorberet under din *japa*-recitation. Det er blot et spørgsmål om træning og øvelse. 🌸

TEMPLET I KØBENHAVN

Skjulhøj Allé 44, 2720 Vanløse - Tlf.: 53 83 11 08
www.krishna.dk - iskcon.denmark@pamho.net

Fredag 3.2: Herren Nityanandas fremkomst. Festprogram fra kl. 16.

Fredag 10.2: Srila Bhaktisiddhanta Sarasvatis fremkomst. Aftenprogram fra kl. 17.



Aarhus

For fremtidige arrangementer kontakt

Danesh Das Tlf.: 28880377

Ananta Sri Das Tlf.: 22222763

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

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.govinda.dk - info@govinda.dk

Åbningstider:

Alle ugens dage fra 17.00 - 21.30

Facebook

<https://www.facebook.com/HareKrishnaDanmark/>
Hare Krishna bevægelsens i Danmarks officielle facebook side

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

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.radiokrishna.dk

Hjemmeside for Radio Krishna i Århus

www.soundcloud.com/krishnack/sets

Flere hundrede af Radio Krishnas udsendelser til streaming eller download

www.intelligentdesign.dk

Videnskabsside om det seneste inden for debatten omkring evolution, Darwin og intelligent design

ISKCON NORGE

HAREKRISHNA.NO

OSLO: Ensjøveien 9, 0655 Oslo

Program i tempel hver lørdag fra 17-19 og søndag fra 13-16.

Vi fejrer Nityananda Trayodasi **Søndag den 5. Februar**
Vi fejrer Bhaktisiddhanta Sarasvati Thakurs åpenbarelsesdag søndag den **12. Februar**.

GOVINDA - BERGEN HARE KRISHNA SENTER:

Govinda, Lille Øvregaten 14, 5018 Bergen

Hver søndag kl. 15-18: Lovefeast. Kirtan, foredrag og prasada.

Friday kirtan: Hver fredag kl. 17-19.

Torsdag 2.2: Varaha Dvadasi: Appearance of Lord Varahadeva. Program i senteret kl. 17-20. Kirtan, abhiseka (Varaha shila), foredrag og prasada.

Torsdag 3.2: Sri Nityanandas åpenbarelsesdag. Program i senteret kl. 17-20. Kirtan, foredrag og prasada.

Fredag 10.2: Srila Bhaktisiddhanta Sarasvati Thakurs åpenbarelsesdag. Program i senteret kl. 17-20. Kirtan, foredrag og prasada.

Web: harekrishna.no

Facebook: Hare Krishna Bergen – Iskcon

Mail: govindabergen@gmail.com



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.



NITYANANDA TRAYODASI

Den 3. februar er det Herrens Nityananda Prabhus fremkomst. Han er kendt som Herrens anden krop og er manifesteret som Balarama til Sri Krishna, Laksmana til Herren Ramacandra og Nityananda Prabhu til Caitanya Mahaprabhu. Alle andre former og ekspansioner af Herren udgår fra denne anden krop. Nityananda Prabhu er således kilden til Sankarsana, alle Visnu'erne og Ananta Sesa. Som *visnu-tattva* tilbedes både Han og Advaita Acarya i samme kategori som Sri Caitanya Mahaprabhu.

I Deres manifesterede jordiske *lila* er Nityananda Prabhu mere end ti år ældre end Caitanya Mahaprabhu. Nityananda Prabhu åbenbarede Sig i landsbyen Ekacakra i Vestbengalen omkring 1474. I *Caitanya-caritamṛta* og andre skrifter beskrives Han som *avataraen* af Herren Balarama, den direkte ekspansion af Guddommens Højeste Personlighed, Krishna.

“Min kære Herre Nityananda, Du er altid lystig i åndelig lyksalighed. Siden Du altid virker meget lykkelig, er jeg kommet til Dig, for jeg er aldeles ulykkelig. Hvis Du vil være så venlig at kaste Dit blik på mig, kan jeg måske også blive lykkelig.” (Narottama Dasa Thakura).

Se side 23 for fejringen af denne og andre festivaler i februar. 🌸