

BHAKTI VIKAŠA SVAMI

**KRIŠNOS SAṂONĖS
PRADŽIAMOKSLIS**

Kauno Vedų kultūros centras

2008

Labai nuoširdžiai dėkoju Valdui IVANAUSKUI, finansavusiam šios serijos knygelių išleidimą, Justei ir Dariui LIŽAIČIAMS, kurie, nepaisant mano begalinių priekabių, nuolankiai parengė jų apipavidalinimą ir organizavo spausdinimą, Sauliui JUCIUI, taip pat finansuojančiam šį projektą, bei visiems kitiems, vienaip ar kitaip prisidedantiems prie Vedų kultūros centro leidybinės veiklos.

Vertėjas

IŽANGA

Žmogui gyvenimas duotas ne tam, kad jis užsiimtų proto kaprizų ir pojūčių tenkinimu – gyvenimas skirtas Dievo suvokimui. Krišna – tai Aukščiausias Dievo Asmuo, ir Jį suvokti galima praktikuojant atsidavimo tarnystę (*bhakti-joga*). Šį autoritetingiausią metodą dabartiniam vaidų ir veidmainystės amžiui (*Kali-juga*) nurodė Viešpats Čaitanja Mahaprabhu.

Viešpats Čaitanja – tai Patsai Krišna, įsikūnijęs Jam atsidavusio tarno asmenyje. Jis mokė žmones paties paprasčiausio savęs pažinimo metodo – kartoti Harė Krišna *maha-mantra*:

*HARÉ KRIŠNA HARÉ KRIŠNA KRIŠNA KRIŠNA HARÉ HARÉ
HARÉ RAMA HARÉ RAMA RAMA RAMA HARÉ HARÉ*

Viešpats Čaitanja sakė, kad šių šventų Dievo vardų kartojimas peržengs Indijos ribas ir pasklis po visą pasaulį. Šiuos žodžius po 500 metų įgyvendinti buvo lemta Jo Dieviškajai Malonybei A.C.Bhaktivedantai Svami Prabhupadai. Jis Harė Krišna *maha-mantras* kartojimą išplatino visame pasaulyje. Vadovaudamasis Viešpaties Čaitanjos nurodymais, Šryla Prabhupada 1966 m. Niujorke įsteigė Tarptautinę Krišnos sąmonės bendriją, kuri aktyviai veikia ir tebesivysto netgi po to, kai 1977 m. Šryla Prabhupada paliko šį pasaulį.

Krišnos sąmone domisi vis daugiau žmonių. Skaitydami Šrylos Prabhupados knygas ir bendraudami su ISKCON'o nariais daugelis jų nusprendžia įdiegti Krišnos sąmonę į savo gyvenimą.

Tai nesudėtingas metodas, tačiau jį praktikuoti reikia lobojuant patyrusiam mokytojui. Daugelis tų, kurie nori praktikuoti Krišnos sąmonę, nežino, kaip tai daryti teisingai, kadangi jie nepakankamai bendrauja su *bhaktomis*. (Nepakankamai bendraujama dėl įvairių aplinkybių, – pavyzdžiui, jeigu žmogus

gyvena toli nuo pamokslavimo centro). Būtent tiems, kurie susiduria su šia problema, ir skiriamas šis pradžiamokslis. Ši knyga – tai praktinių patarimų rinkinys apie tai, kaip teisingai kartoti šventus vardus, garbinti Viešpatį namuose, užsidėti *tilaką*, pažymėti vaišnaviškas šventes ir kt. Medžiaga, pateikta šioje knygoje, bus naudinga visiems *bhaktoms*, bet kai kurie jos skyriai skirti būtent tiems, kurie gyvena namuose, o ne šventykloje.

Pirmasis žingsnis tiems, kurie nori rimtai praktikuoti Krišnos sąmonę – Harė Krišna *maha-mantras* kartojimas su karoliukais. Be to, jiems būtina bendrauti su *bhaktomis*. Taip pat labai svarbu skaityti Šrylos Prabhupados knygas, klausytis jo paskaitų ir *bhadžanų* įrašų, ypač, jeigu nėra galimybių dažniau bendrauti su *bhaktomis*.

Vis dėlto ši knyga negali pakeisti asmeniškų vyresniųjų *bhaktų* nurodymų, kurie būtini pradedantiems, nes tik tokie nurodymai skatina sėkmingą dvasinį vystymąsi ir pakilimą į transcendentinį lygį. Šryla Prabhupada rašo: "Tas, kuris neturėjo tikro dvasinio mokytojo, nė iš tolo nesuvoks Krišnos". Taigi šis vadovėlis tik papildo vyresniųjų *bhaktų* nurodymus. Nors čia ir aprašoma, kaip užsidėti *tilaką*, atlikti *kirtaną* ir kt., bet geriau to mokytis, stebint vyresnius *bhaktas*.

Knygoje pateikti patarimai remiasi dvasinės praktikos metodu, kuriuo naudojasi *bhaktos*, priklausantys *Gaudija vaišnavų sampradajai* – mokinių sekai, kuriai pradžia davė Viešpats Čaitanja. Šis metodas aprašytas tokiuose autoritetinguose šventraščiuose kaip „Hari-bhakti-vilasa“, „Bhakti-rasamrita-sindhu“, „Šri Upadešamrita“ ir kt.

Čia pateiktos rekomendacijos taip pat remiasi Jo Dieviškosios Malonybės A.C.Bhaktivedantos Svami Prabhupados nurodymais. Nei kiek nenukrypdamas nuo praeities *ačarjų* nubrėžto kurso ir nedarydamas jokių pakeitimų šventraščiuose Šryla Prabhupada Krišnos sąmonę pateikė tokia forma, kuri labiausiai prieinama ir suprantama šiuolaikiniams žmonėms.

Knygoje aprašomas pagrindinis dvasinės vaišnaviškos praktikos aspektas ir pateikta labai įdomi informacija pradedantiems *bhaktoms*. Vis dėlto autorius apsieina be smulkesnio filosofinių klausimų nagrinėjimo, kadangi šie klausimai nuodugnai analizuojami Šrylos Prabhupados knygoje. O ši knyga – tai praktinių patarimų rinkinys tiems, kurie pakankamai gerai susipažino su filosofija, įsitikino jos autentiškumu ir nori ją praktiškai pritaikyti kasdieniniame gyvenime. Tam, kad čia pateikti dvasinės praktikos metodai duotų rezultatų, skaitytojams rekomenduojama būtinai kiekvieną dieną skirti dalį savo laiko Šrylos Prabhupados knygų skaitymui.

Šioje knygoje pateikti dvasiniai standartai – tinkamiausi pradedantiems *bhaktoms*. Galbūt iš pirmo žvilgsnio pasirodys, kad jų laikytis ne taip paprasta. Bet nereikia jaudintis: niekas iš jūsų nereikalauja, kad jūs įsisavintumėte viską iš karto. Darykite tai pamažu. Bet jeigu jūs, žengę vieną žingsnį matote, kad jau galite žengti ir kitą, – pirmyn! Veikla Krišnos sąmonėje teikia sielai pasitenkinimą. Todėl bet kuris nuoširdus žmogus, žengęs į Krišnos sąmonės kelią, natūraliai jaus įkvėpimą vis labiau tobulėti.

Praktikuodamas šį paprastą Krišnos sąmonės metodą, bet koks žmogus, nepriklausomai nuo jo amžiaus, lyties, socialinės padėties ir išsilavinimo, gali labai greitai savo gyvenimą padaryti tobulu, išvystyti savyje tyrą meilę Dievui ir ištrūkti iš pragaištingo gimimų ir mirties rato, sugrįždamas į amžinąją Dievo karalystę. Viešpaties Čaitanjos Mahaprabhu pradėtas *sankirtanos* judėjimas kiekvienam suteikia šią nuostabią galimybę.

Todėl knygos autorius nuolankiai prašo skaitytojus rimtai užsiimti Krišnos sąmonės praktika.

Viešpats Čaitanja šaukia: "Prabuskite, miegančios sielos! Kiek galima miegoti šios burtininkės Majos glėbyje? Aš duosiu jums vaistų nuo materialistinio gyvenimo ligos. Šie stebuklingi vaistai – tai šventų Viešpaties vardų kartojimas:

*Haré Krišna Haré Krišna Krišna Krišna Haré Haré
Haré Rama Haré Rama Rama Rama Haré Haré.*

KODĖL REIKIA PRAKTIKUOTI KRIŠNOS SĄMONĘ?

Mes – ne kūnas, o dvasinė siela. Mūsų kūnas egzistuoja tik tam tikrą laiką, o siela (*dživatma*), esanti kiekviename materialiam kūne, yra amžina.

Kiekviena siela, kiekviena gyva būtybė turi savo asmeninius ir amžinus, kupinus palaimos ir įvairovės, santykius su Aukščiausiaja Siela, Aukščiausiuoju Dievo Asmeniu, Krišna. Iš tikrųjų mes sukurti ne tam, kad vargtume materialiam pasaulyje; mūsų natūrali padėtis – gyvenimas dvasiniame pasaulyje, su Krišna.

Dvasinį pasaulį tiesiogiai valdo Krišna. Ten jį supa daugybė tarnų, kurių meilė ir atsidavimas Viešpačiui yra absoliučiai tyri. Tai tobulos sielos, ir jų vienintelis noras – patenkinti Krišną. Jų širdyse nėra nė žymės materialių troškimų, geismo, godumo ir pykčio.

Dvasiniame pasaulyje viskas – žemė, medžiai, namai, vanduo ir kt. – turi dvasinius kūnus, sąmonę ir yra kupini palaimos. Ten nėra liūdesio ir sielvarto – tik laimė, bet ne ta apgaulinga laimė, būdinga materialiam pasauliui, o tikroji dvasinė palaima, kuri įmanoma tik tiesiogiai bendraujant su Krišna. Viešpats, supamas Jam atsidavusių tarnų, mėgaujasi begaliniais, nuostabiais, įvairiausiais žaidimais. Būdami su Krišna, Viešpaties *bhaktos* šoka, dainuoja, žaidžia ir puotauja. Ši begalinė šventė nenutrūksta nė akimirksniai.

Tačiau tos sielos, kurios praranda protą ir pajunta Krišnai priešiškumą, patenka į materialų pasaulį. Materialus pasaulis panašus į kalėjimą, į kurį sukišami nusikaltėliai, kad galėtų pasitaisyti. Įkalintos šiame pasaulyje sąlygotos sielos kenčia nuo pasikartojančių gimimų ir mirčių, įsikūnydamos 8 400 000 gyvybės formų. Patekusi į *majos* (iliuzijos) įtaką ir per savo išdidumą praradusi protą, sąlygota siela įsivaizduoja esanti laiminga netgi būdama kiaulės kūne ir užkandžiaudama savo išmatomis. O iš tikrųjų materialus pasaulis, nuo pačios aukščiausios planetos iki žemiausios, – yra panašus į didžiulį kančių vandenyną.

Krišna nenori, kad mes amžinai čia kentėtume. Jis kviečia mus sugrįžti pas Jį ir susirasti savo amžinąją laimę. Išmintingas žmogus įsiklauso į Krišnos žodžius (jie pateikti „Bhagavadgytoje“) ir stengiasi išspręsti pasikartojančių gimimų ir mirčių problemą. Toks žmogus užsiima atsidavimo tarnyste, norėdamas prabudinti savyje snaudžiančią Krišnos sąmonę ir sugrįžti atgal pas Dievą.

Norėdamas dabartinėje epochoje, vadinamoje *Kali-juga*, išmokyti žmones atrasti savyje Dievo sąmonę, Krišna nužengė į šią planetą maloningiausiu Savo įsikūnijimu – kaip Čaitanja Mahaprabhu. Jis davė pradžią *sankirtanos* judėjimui, ir tai yra pats paprasčiausias ir patraukliausias būdas suvokti Dievą. *Kevala ananda-kanda* – *sankirtana* dovanoja džiaugsmą ir laimę.

Krišnos sąmonė nėra koks ritualinis kultas, nuobodus ir dogmatiškas. *Bhaktų* gyvenimas virte verda: jie kartoja šventus Viešpaties vardus, linksmiai šoka, mėgaujasi *krišna prasadam*, bendrauja su dvasiniais mokytojais, tarnauja Dievybėms, žavisi Jo nuostabiu grožiu, gilinasi į filosofiją, klauso pasakojimų apie Viešpaties galybę ir žaidimus, bei pasakoja kitiems apie Jo didybę. Krišnos sąmonė – tai gyvenimas, prisotintas dvasinio pasaulio atmosferos; gyvenimas, kupinas beribio džiugesio; tai kelias, kuris galiausiai leidžia mums savo akimis pamatyti Krišną ir betarpiškai bendrauti su Juo.

Krišnos sąmonė – tai patikrintas ir autoritetingas metodas, įgalinantis pasiekti gyvenimo tobulybę. Praeityje daug žmonių, remdamiesi šiuo metodu, apvalė savo sąmonę ir rado prieglobstį prie lotosinių Krišnos pėdų.

Žmogus, kurio dvasinis intelektas nesnaudžia, gali tinkamai įvertinti neregėtą Viešpaties Čaitanjos malonę, – Jis kiekvienam duoda galimybę dalyvauti *sankirtanos* judėjime. Toks žmogus nuoširdžiai pasišvenčia Viešpaties atsidavimo tarnystei, tvirtai nusprendamas daugiau niekada negimti materialiam pasaulyje.

Tiems, kurie užsiima atsidavimo tarnyste, išsivysto visos geriausios savybės – gerumas, kantrumas, nuolankumas, ramybė. Jie niekada nepraranda pusiausvyros ir yra labai patrauklūs. Dar daugiau, – Krišnos sąmonė pateikia žmonėms jų problemų – ekonominių, socialinių, politinių, psichologinių, filosofinių bei religinių – sprendimus. Apie tai smulkiai pasakojama Šrylos Prabhupados knygoje.

Todėl kiekvienas blaiviai mąstantis žmogus turi nedelsdamas, visa širdimi ir siela priimti Krišnos sąmonę.

DVASINIO GYVENIMO PAGRINDAI: GURU, SADHU IR ŠASTROS

„Vienoje iš savo dainų Šryla Narotama dasa Thakuras pataria: *sadhu-šastra-guru-vakya cittete kariya aikya*. Šio nurodymo prasmė tokia – jeigu mes norime suvokti tikrąjį gyvenimo tikslą, turime įsiklausyti į tai, ką sako *sadhu, šastros* ir *guru*. *Sadhu* ir dvasinio mokytojo nurodymai niekada neprieštarauja šventraščiams. *Bona fide* dvasinio mokytojo ir kitų šventų asmenybių žodžiai yra lygiaverčiai šventraščių nurodymams. Todėl tas, kuris pradėjo žengti dvasinio

gyvenimo keliu, visada turi vadovautis šiais trimis svarbiais šaltiniais" („Šri Caitanja-čaritamrita, Adi-lila" 4.8, kom.).

Krišnos sąmonės praktika grindžiama *guru, sadhu* ir *šastrų* autoritetu. *Šastrose* duoti Viešpaties nurodymai arba savo reikšme jiems lygiaverčiai realizuotų asmenybių pamokymai. *Sadhu* griežtai laikosi šventraščių nurodymų. Tačiau autoritetingais laikomi tik tie šventraščiai ir jų komentarai, kuriuos pripažįsta vaišnavai.

Kokio nors dalyko autentiškumo neįmanoma nustatyti, vadovaujantis savo išmąstymais. Absoliuti Tiesa nepriklauso nuo mūsų menkučio proto supratimo. Žinojimas apie Absoliučią Tiesą perduodamas atsidavimo tarnystės procese, nes jos neįtakoja nei laikas, nei kokie nors pokyčiai. Šią žinių perdavimo sistemą pripažįsta tokie *mahadžanai* (didžiosios šventos asmenybės) kaip Viešpats Brahma, Narada ir Viešpats Šiva. Nenutrūkstanti žinių perdavimo seka (*parampara*) išliko iki mūsų dienų. Tai ji mums suteikė galimybę gauti žinojimą apie Absoliučią Tiesą jo pirmą pradžiu pavidalu.

Daugelis, susidomėję Krišnos sąmone, bando savo gyvenime taikyti tuos principus, pagal kuriuos gyvena *bhaktos*. Tačiau negaudami tinkamo vadovavimo, trūkstant tarpusavio bendravimo, jie nesugeba įveikti pirmųjų pakopų. Kartais jie daro praktines klaidas, o kartais tiesiog neteisingai supranta Krišnos sąmonės filosofiją. Tokių trūkumų priežastys slypi jų dvasiniame nebrandume ir polinkyje įgytas žinias apie tyrą atsidavimo tarnystę perpinti savo išsigalvojimais. Pavyzdys: pasaulietinių mokslininkų, psichologų, vadybos specialistų ir kitų bandymai pagrįsti Krišnos sąmone savo apgaulingas idėjas. Bet nereikia užmiršti, kad žmogaus, neatsidavusio Viešpačiui, sąmonė nukreipta į juslinius malonumus. Be to, bet kuri sąlygota siela turi keturis trūkumus: ji pasmerkta daryti klaidas, turi polinkį pasiduoti iliuzijai ir apgautinėti kitus, priklauso nuo netobulų juslių. Todėl *bhaktos* atmeta bet kokius materialistų išsigalvojimus ir autoritetu laiko tik išsivadavusių sielų nuomonę.

Žinoma, bet kokia pradžia Krišnos sąmonėje verta pritarimo. Tačiau norint pasiekti realių rezultatų reikia vadovautis autoritetingu metodu, kai priimama dvasinio mokytojo globa ir vykdomi visi jo nurodymai. Neužtenka vien tik laikytis kažkokių taisyklių ir todėl laikyti save pažengusiu *bhakta*.

Be to, reikia būti atsargiam ir nepatekti į tokių šarlatanų įtaką, kurie skelbiasi esą vedinės kultūros ir Krišnos sąmonės propaguotojais, bet iš tikrųjų tokie nėra. Apsisaugoti nuo tokių "geradėjų" galima Tarptautinėje Krišnos sąmonės bendrijoje, Srylos Prabhupados prieglobstyje (per jo atstovus).

Ši knyga labai padės tiems, kurie nori užsiimti atsidavimo tarnyste, bet beveik arba visai neturi galimybės daryti tai asmeniškai vadovaujant *bhaktoms*. Kadangi knyga remiasi neklystančiu *guru, sadhu* ir *šastrų* autoritetu, ji padės pradedantiems *bhaktoms* išvengti daugelio klaidų ir taps jų vadovu *bhakti* kelyje. Skaitytojui bent jau nereikės išradinėti savų būdų kaip užsidėti *tilaką*, atlikti *kirtaną* ir kt. Bet aš vėl norėčiau pažymėti, kad knyga jokiū būdu negali pakeisti asmeninio dvasinio mokytojo vadovavimo. Norint, kad atsidavimo tarnystė būtų

sėkminga, reikia priimti *bona fide* dvasinio mokytojo prieglobstį, gauti jo iniciaciją, semtis per jį žinių ir nuolankiai jam tarnauti.

KRIŠNOS SĄMONĖ, KOKIA JI YRA

Dabar praktiškai kiekvienas ką nors žino apie Krišną. Deja, dėl nesąžiningų pamokslautojų veiklos atsirado daug prasimanymų apie Krišnos asmenį ir *bhakti-jogos* procesą. Todėl dauguma žmonių neteisingai įsivaizduoja *krišna-bhakti* procesą ir filosofiją. Tai, ką jūs kažkada sužinojote apie Krišnos sąmonę, daugeliu atvejų neturi nieko bendro su tikrove. Pateiksime jums kai kuriuos labiau paplitusius tokių "žinių" perliukus:

1." Krišna yra mitinis personažas. Iš tikrųjų jo niekada nebuvo."

2."Krišna – didi asmenybė, bet Jo negalima laikyti Aukščiausiuoju Dievo Asmeniu."

3." Krišnos elgesys amoralus."

4." Yra daug dievų, galima garbinti bet kurį iš jų ir gauti tą patį rezultatą kaip ir garbinant Krišną."

5." Užsiimdamas meditacija ar kokia kita dvasine praktika, bet kuris žmogus gali tapti Dievu."

6." Reikia garbinti ne patį Krišną, o negimusią, amžiną būtį Jame."

7." Aš tik tuomet tapsiu Krišnos *bhakta*, kai Jis man apreikš Savo malonę."

8." *Bhakti* – tai eilinis dvasinio tobulėjimo etapas, po kurio seka *gjana* (žinojimas)."

Nors visi šie teiginiai absoliučiai nepagrįsti ir šventraščiai jų nepatvirtina, vis tik jie plačiai pasklidę.

Panašių teorijų daugybė. Jas kuria ir skleidžia pavyduoliai, kurie stengiasi pasirodyti kaip religijos autoritetai. Tokie apgavikai atitraukia žmones nuo tikrojo religijos tikslo, kurio esmė – visiškai pasišvęsti Viešpaties tarnystei. Krišna apie tai kalba „Bhagavadgytoje“ (18.66):

*sarva-dharman parityajya
mam ekam śaranam vraja
aham tvam sarva-papebhyo
mokṣayiśyami ma śucah*

"Atmesk visų atmainų religijas ir tiesiog atsiduok Man. Aš išgelbėsiu tave nuo atoveikio už visas nuodėmes. Nesibaimink."

Daugelis iš pirmo žvilgsnio religingų ir dorybingų žmonių nenori atsiduoti Krišnai ir pripažinti Jį Aukščiausiuoju Dievo Asmeniu. Krišna apie juos sako „Bhagavadgytoje“ (7.15):

*na mam duṣkṛitino mudhah
prapadyante naradhamah
mayayapahrīta-jnana
asuram bhavam aśṛyтах*

"Man neatsiduoda tikrai nenaudėliai – didžiausi kvailiai, žemiausi žmonės, tie, kurių išmanymą pasiglemžė iliuzija, ir ateistiški demonai."

Tas, kuris nori tapti tyru *bhakta*, turi atsiriboti nuo pražūtingos nebhaktų ir pseudobhaktų įtakos. Ypatingą pavojų tyrai atsidavimo tarnystei kelia *majavadžijų* ir *sahadžijų* filosofija.

Majavados filosofiją išpažįsta impersonalistai. Jie nepripažįsta, kad Krišna yra Absoliuti Tiesa. *Majavadžiai* siekia vienovės su Dievu.

Viešpats Čaitanja sakė, kad *majavadžiai* įžeidinėja Krišną: *mayavadi krišne aparadhi (Šry Čaitanya-čaritamrita, Madhya-lila, 7.129)*. Šryla Prabhupada sakė, kad "būtent impersonalizmas pražudė vedinę kultūrą Indijoje" (iš pokalbio su Šryla Prabhupada, 5.07.1976).

Bhakti reiškia atsidavimą Krišnai. Atsiduoti Krišnai, savo ruožtu, – tai pripažinti Jo viešpataujančią padėtį, Jo transcendentinę asmenybę ir Jo amžinąjį pavidalą. Bet *majavadžiai* visiškai nepagrįstai kalba apie paprastos gyvos būtybės ir Dievo lygybę. Tai prieštarauja patiems *bhakti* filosofijos pagrindams. Štai kodėl Viešpats Čaitanja Mahaprabhu sakė, kad tas, kuris klauso, kaip šventraščius aiškina *majavadžiai*, yra pasmerktas, nes tai – dvasinė savižudybė.

Visose savo knygoose (ypač „Bhagavadgytoje“) Šryla Prabhupada nuosekliai triuškina *majavados* filosofiją. Sekdamas Viešpaties Čaitanjos pėdomis Šryla Prabhupada savo komentaruose „Šri Čaitanja-čaritamrita, Adi-lila“, septintame skyriuje, bei knygoje „Pažinimo kalavijas“ smulkiai išaiškino visą impersonalizmo doktrinos nepagrįstumą.

Sahadžijai – tai pseudobhaktos, kurių nuomone Krišnos sąmonė – tai kažkas lengvai pasiekiamas. Šie jie laiko pažengusiais *vaišnavais* ir demonstruoja "išaukštintus jausmus", tačiau nemato reikalo laikytis elementariausių taisyklių ir nurodymų, reglamentuojančių atsidavimo tarnystę.

Galima pastebėti, kaip profesionalūs pasakotojai, *bhadžanų* atlikėjai, komiksų leidėjai ir daugybė įvairaus plauko *guru* iš Krišnos sąmonės pasidaro savo gerbūvio šaltinį. Bet nors jie ir pasakoja apie Krišną įdomias istorijas ir gražiai gieda gražius *bhadžanus*, jų tikslas vienas – užsidirbti pinigų arba įgyti kuo didesnį pripažinimą. Šioje margaspalvėje publikoje trinasi ir vadinamieji *sadhu*, turintys nemažai asmeninio žavesio ir todėl pritraukiantys daugybę gerbėjų. Bet kokią naudą jie gali duoti savo pasekėjams? Juk juos domina tik jų asmeninis populiarumas ir šlovė. Šitie apgavikai žavi savo gerbėjus įvairiomis istorijomis, bet neduoda jiems jokie filosofinio supratimo. Tokie "sadhū" labai nereiklūs savo mokiniams ir dažniausiai leidžia jiems elgtis taip kaip jie nori. Būdami tikri savo įtaigos profesionalai, jie patraukia žmones kalbomis apie atsidavimo tarnystę.

Paprastai tokie "sadhū" į kairę ir į dešinę dalija visokius materialius palaiminimus, tokius kaip gera sveikata, geras gyvenimas, sėkmingas problemų sprendimas ir kt. Bet tikras *sadhu* niekada negaiš laiko, kad kažkam pagerintų materialinį gerbūvį. Atvirkščiai, jis pamokslauja apie tai, kad materialų gyvenimą neišvengiamai lydi įvairios kančios ir todėl nereikia ieškoti laimės šiame pasaulyje, verčiau pamėginti ištrūkti iš gimimų ir mirčių rato praktikuojant Krišnos sąmonę.

Sadhu tikslas – pakylėti žmones aukščiau materialios tikrovės, o ne skatinti jų materialistinį gyvenimo būdą.

Todėl *guru*, dalinantys materialius palaiminimus, iš tiesų tik apgaudinėja savo pasekėjus. Nenuoširdūs žmonės, jeigu tik jie nori būti apgauti, dažnai užkimba ant tokių apgavikų meškerių. Tiek pseudoguru, tiek pseudomokiniai vadovaujasi materialiais interesais. Vis dėlto jie laiko save dorybingais ir net šventais žmonėmis. O iš tiesų jie kupini materialių troškimų, geismo, pavydo, godo ir yra iliuzijoje.

Kai kada tokie apgavikai pasivadina *vaišnavais*. Kaip ir tikri *vaišnavai*, jie būna užsidėję *tilakas*, kartoja Krišnos ir Ramos vardus ir pasakoja istorijas apie Juos. Bet jų tikslas – ne atsidavimo tarnystė: jie naudojami kitų žmonių religiniais jausmais savo naudai. Todėl tas, kuris ryžtingai nusprendė siekti tyros atsidavimo tarnystės, turi vengti bendravimo su tokiais apgavikais. Nuoširdiems ir protingiems žmonėms reikia bendrauti su tais, kurie praktikuoja reguliuojamą atsidavimo tarnystę, nes tik toks bendravimas apvalys jų būtį ir išvaduos nuo materialių troškimų.

Kalbant apie *bhaktas*, kurie anksčiau praktikavo Krišnos sąmonę, laikydami autoritetingos tradicijos, bet vėliau prarado savo įsitikinimų tvirtumą ir apleido dvasinę praktiką, šitaip prarasdami ir neatsiejamą nuo atsidavimo nuotaiką, kuri apima žmogų, visiškai patikėjusį save Višnu – tai tokie pseudobhaktos verti tik pasigailėjimo.

Reikia vengti bendravimo su apsišaukėliais, kurie tvirtina esą Dievo inkarnacija. Bet pražūtinga Kali amžiaus įtaka paveikia taip, kad kai kurie iš jų tampa labai populiarūs, ir kvaili žmonės mieliau garbina juos nei Aukščiausią Dievo Asmenį, Krišną. Apkvailinti tokių apsišaukėlių pasekėjai jų beprasmėse kalbose įžvelgia dieviškąjį apreiškimą.

Iš pirmo žvilgsnio gali pasirodyti, kad visi šie aukščiau apibūdinti tipai praktikuoja *bhakti-jogą*. Tačiau jie yra iliuzijoje, turi materialius motyvus ir pavydi Krišnai. Todėl tikri *bhaktos*, priklausantys autoritetingai mokinių sekai, nevertina jų maldu, *mantrų* ir *puđų*, kadangi supranta, kad visa tai – tik balaganas, neturintis jokio ryšio su *bhakti*.

Šryla Rupa Gosvamis sakė:

*Šruti-smriti-puranadi
pančaratra-vidhim vina
aikantiki harer bhaktir
utpatayaiva kalpate*

„Jeigu atsidavimo tarnystė Viešpačiui neatitinka tokių autoritetingų šventraščių kaip Upanišados, Puranos, Narada Pančaratra ir kitų, nurodymų, ji tik pridaro visuomenei nereikalingų rūpesčių“. („Bhakti-rasamrita-sindhu“, 1.2.101).

Dabar kartu su pripažintais dvasiniais savęs pažinimo metodais egzistuoja ir daugybė išgalvotų srovių srovelių. Taip vadinamieji *jogai*, *svamiai*, *guru*, inkarnacijos, burtininkai, fakyrai ir visokie „šventieji“ moko savo pasekėjus ko tik nori, tik ne atsidavimo Krišnai. Matome, kaip išplitusi apgaulė, kai tuo pačiu metu

taip sunku surasti tiesą. Kartais net atrodo, kad bet kokia tiesa prarasta negrįžtamai. Dauguma žmonių nemato skirtumo tarp tikrosios religijos ir apgaulės, prisidengusios religiniais lozungais. Iš pirmo žvilgsnio Krišnos sąmonė – viena iš daugelio induizmo sektų. Daug sektų turi savo *bhadžanus*, šventyklas, šventes, *guru*, šventraščius, *tilakas* ir pan. Todėl paprasti žmonės linkę padaryti skubotą išvadą, kad visi keliai veda į vieną tikslą.

Tačiau tyros atsidavimo tarnystės kelias skiriasi nuo kitų. Krišnos sąmonė – tai tobula tiesa, apie tai aiškiai pasakyta šventraščiuose, tai pripažįsta visi dvasiniai autoritetai. Tik Krišnos sąmonės praktika (ypač sekant Viešpaties Čaitanjos nurodytu kursu), leidžia žmogui išsivaduoti iš visų materialių troškimų ir sugrįžti į savo tikrąją būklę, į Krišnos, Aukščiausio Dievo Asmens, tarno padėtį.

Šryla Rūpa Gosvamis taip apibrėžė tobulumo kriterijų:

*anyabhilaṣita-śūnyam
jnana-karmady-anavritam
anukulyena kriṣṇanu-
śīlanam bhaktir uttama*

„Tarnystę Viešpačiui reikia atlikti su derama nuotaika, nesiekiant materialios naudos ir karinės veiklos rezultatu, atmetus filosofines spekuliacijas. Tokia tarnystė vadinama tyra atsidavimo tarnyste“. („Bhakti-rasamrita-sindhu“ 1.1.11)

Kiekvienam pradedančiam *bhaktai* labai svarbu suprasti šį skirtumą tarp tyros atsidavimo tarnystės Viešpačiui ir jos imitacijos.

Krišnos sąmonės judėjimas – tai ne kokia nors indiškos rūšies sekta, atspindinti siauro asmenų rato pasaulėžiūrą. Šis judėjimas, įkurtas Šri Čaitanjos Mahaprabhu, turi galias kultūrinės, filosofinės ir mokslinės tradicijas, o jo tikslas – dvasinis žmonijos atgimimas. ISKCON'as, be abejo, paliks žymę istorijoje kaip organizacija, kuri išgelbėjo pasaulį nuo dvasinės savižudybės. Kaip sakė Šryla Prabhupada, Krišnos sąmonė – tai ne tik religija, visų pirma tai – mokslas. Krišnos sąmonės bendrijos autoritetingumą ir autentiškumą įrodo tai, kad jos veikla pagrįsta tvirta *Bhagavadgytos* filosofija. Taigi ISKCON'o veikla yra natūrali ir transcendentiška. Jos tikslas – padėti žmonijai peržiūrėti socialinius, politinius, religinius, moralinius ir kitus principus.

Krišnos sąmonė – tai ne standartinis tikėjimas, besiremiantis beprasmeis religiniais sentimentais. Krišnos sąmonė – niekada nekintantis mokslas apie Absoliučią Tiesą. Juk tikroji tiesa visada viena ir ta pati, ji negali keistis. Krišnos sąmonė – tai realybė, o ne iliuzija; tiesa, o ne apgaulė; šviesa, o ne tamsa. Krišnos sąmonė – aukščiausia tobulybė, ir su ja lyginti negalima jokios religijos ar filosofijos.

Tik tas, kuris supranta visą Krišnos sąmonės unikalumą, gali greitai dvasiškai progresuoti. Bet tam reikia peržiūrėti savo vertybių skalę.

Žinoma, Krišnos sąmonės bet kokia pradžia gera, bet greitą pažangą užtikrina atsiribojimas nuo pasaulietiško religinių praktikų. *Sarva-dharman parityajya...*

Norint atskirti, kas tikra, o kas ne, reikia pasiruošti. Ypač tai svarbu tiems, kurių protas užimtas įvairiausiomis nerealiomis idėjomis. Reguliarus Šrylos Prabhupados knygų skaitymas išsklaidys bet kokius neaiškumus. Net jeigu jūs negalite perskaityti daug knygų, užtenka „Bhagavadgytos“, nes joje autorius nuosekliai išaiškina atsidavimo tarnystės pranašumą prieš kitus savęs pažinimo metodus.

Taip pat reikia bendrauti su *bhaktomis*, kurie jau įsitvirtinę Krišnos sąmonės praktikoje ir neapgaudinėja kitų, prisidengdami tariamos „religijos“ skraiste.

Štai ką apie tai sako Šryla Prabhupada: „Todėl Šryla Rūpa Gosvami pataria, kad tie *bhaktos*, kurie jau paragavo atsidavimo nektaro, būtų atidūs ir saugotų savo atsidavimo tarnybą nuo sausų samprotavimų, formalių apeigų ir impersonalaus išsivadavimo šalininkų. *Bhaktos* privalo saugoti savo dvasinės meilės brangakmenį, kad jis nepakliūtų į plėšikų įsilaužėlių nagus. Žodžiu, tyram *bhaktai* nederėtų pasakoti apie atsidavimo tarnybą ir aiškinti įvairius jos analitinius aspektus sausų spekuliatyvių samprotavimų šalininkams bei žmonėms, praktikuojantiems netikrą atsižadėjimą. Žmogus, kuris netapo *bhakta*, niekada nepatirs to gėrio, kurį teikia atsidavimo tarnyba. Atsidavimo tarnyba jam visada bus sunkiai suvokiama. Tikrąjį atsidavimo nektaro skonį gali pajusti tik tie, kurie pasišventė Aukščiausio Dievo Asmens lotoso pėdoms“ („Atsidavimo nektaras“, 34 skyrius.).

„Iš tikrųjų aš vienintelis Indijoje smerkiu ne tik pusdievių garbinimą, bet ir apskritai viską, kas prieštarauja tyros atsidavimo tarnystės principams. Mano Guru Maharadža niekada nesileido į jokių kompromisus šiuo klausimu, taigi ir aš tvirtai laikysiuosi tokios linijos. Aš noriu, kad visi mano mokiniai sektų šiuo principu“ (iš Šrylos Prabhupados laiško, 1972 01 19).

ŠRYLOS PRABHUPADOS REIKŠMĖ

Garbingas titulas „Prabhupada“ skiriamas tik labai iškiliems dvasiniams mokytojams, kurie savo literatūriniais darbais arba pamokslavimu įnešė didelį indėlį į pasaulinę dvasinę kultūrą. Tarp jų – ir Šryla Rūpa Gosvamis Prabhupada, Šryla Dživa Gosvamis Prabhupada, Šryla Bhaktisidhanta Sarasvati Gosvamis Prabhupada.

Atsidavusiems Krišnos tarnams šis titulas pirmiausia susijęs su Jo Dieviškąja Malonybe A.C.Bhaktivedanta Svamiu Prabhupada. Tai neatsitiktinumas, kadangi pasaulinėje religijos istorijoje jis užima unikalią vietą.

„Šrimad Bhagavatam“ (1.5.11) Vjasadeva sako, kad šio kūrinio tikslas – „padaryti perversmą paklydusios ir dorą praradusios civilizacijos gyvenime“. Mokslininkų *vaišnavų* nuomone, šie Vjasadevos žodžiai turi betarpišką ryšį su Šrylos Prabhupados pamokslavimu. Tai jis parašė komentarus „Bhagavatam“, kurią prieš penkis tūkstančius metų sudarė Šryla Vjasadeva. Šie komentarai tapo svarbiausiu indėliu į nematytą iki šiol dvasinio atgimimo procesą, kuris dabar vyksta visuomenėje, klaidžiojančioje materializmo sūtemose.

Viešpats Čaitanja sakė, kad visame pasaulyje, kiekviename mieste ir kaime žmonės išgirs Jo šventą vardą. *Ačarjos*, priklausantys Šri Čaitanjos *sampradajai*, pranašavo, kad Krišnos sąmonės išplitimas reikš Aukso amžiaus pradžią Kali epochoje, ir jis tęsis dešimt tūkstančių metų. Be to, Ločana Dasa Thakura „Čaitanja *mangalā*“ rašė, kad ateis didis *senapati* (generolas), kuris aktyviai propaguos Viešpaties Čaitanjos palikimą. Ši išaukštinta misija – paskleisti Krišnos sąmonę po visą pasaulį – buvo patikėta Jo Dieviškajai Malonybei A.C.Bhaktivedanta Svamiui Prabhupadai.

„Šri Čaitanja-čaritamrita“ patvirtina, kad tik tas, kuriam Krišna suteikia ypatingas galias, gali įžiebtį Krišnos sąmonę daugelio žmonių širdyse. Devyniolikto amžiaus pabaigoje gyvenęs žymus *ačarja vaišnavas* Bhaktivinoda Thakura sakė: „Labai greitai pasirodys didi asmenybė, kuri paskleis Krišnos sąmonę visame pasaulyje“. Visiškai aišku, kad ta asmenybė – Jo Dieviškoji Malonybė A.C.Bhaktivedanta Svamis Prabhupada.

Bhaktivinoda Thakura taip pat sakė, kad apie *vaišnavo* reikšmę galima spręsti pagal netikinčiųjų skaičių, kurie per jį tapo *bhaktais*. Labai sunku į Krišnos sąmonę atversti netgi garbingą žmogų. Bet Krišna Šrylai Prabhupadai davė tokią galią, kad jis *bhaktomis* padarė tūkstančius hedonistinio Vakarų jaunimo atstovų, tai yra tokių, kurie mažiausiai tiko šiam reikalui. Nejmanoma pervertinti to gigantiško darbo, kurį atliko Šryla Prabhupada. Jis vienas gyveno tarp jaunimo, neturinčio nė menkiausio supratimo apie vedinės kultūros normas, išauklėto visuomenėje, kurioje atvirai skatinamas mėsos valgymas, neleistini lytiniai santykiai, azartiniai žaidimai, alkoholio ir tabako vartojimas. Šie žmonės visiškai nežinojo, kaip reikia bendrauti su *sadhu*. Daugelis iš jų visiškai netiko praktikuoti dvasinį gyvenimo būdą.

Šryla Prabhupada ne tik gyveno tarp tokių žmonių, bet ilgainiui daugelį jų taip išauklėjo, kad dabar jie yra pripažinti tikrais *vaišnavais* ir pamokslautojais, kurie sugeba duoti Krišnos sąmonę kitiems.

Be abejo, Indijoje buvo daug *vaišnavų*, pasižymėjusių atsidavimu, mokytumu ir atsižadėjimu, bet tik Šryla Prabhupada buvo pakankamai kompetetingas paskleisti Krišnos sąmonę po visą pasaulį. Tam reikėjo nepaprasto tikėjimo Viešpaties Čaitanjos ir savo dvasinio mokytojo nurodymais bei šventu Krišnos vardu. Tik Šryla Prabhupada turėjo tokį tikėjimą. Tik jis buvo toks gailėstingas ir turėjo tokį dvasinį regėjimą, kad perdavė Viešpaties Čaitanjos palikimą tiems, kuriems jo labiausiai reikėjo. Tik vienas iš *bhaktų*, labiausiai išaukštintų ir priartintų prie Krišnos, galėjo tai padaryti. Todėl Šryla Prabhupada užima unikalią vietą vaišnaviškos tradicijos istorijoje.

Šryla Prabhupada buvo įgaliotas paskleisti Krišnos sąmonę tokia paprasta ir praktiška forma, kuri būtų priimtina šiuolaikiniams žmonėms. Nekeisdamas Krišnos sąmonės filosofijos, jis pasiekė, kad jos ezoterinės tiesos tapo suprantamos ir mokslininkui, ir eiliniam žmogui.

Šryla Prabhupada asmeniškai prižiūrėjo ISKCON'o plėtimąsi ir vystymąsi. Jis inicijavo visas programas, kurios dabar sudaro šios Bendrijos vystymosi pagrindą:

transcendentinės literatūros spausdinimas ir platinimas, *harinama sankirtanos* grupės, šventyklos, *ašramai, prasado* platinimas, transcendentinės žemės ūkio bendrijos, *gurukulos*, pamokslavimas mokslininkams ir t.t.

Šryla Prabhupada davė smulkius nurodymus kiekvienam Krišnos sąmonės veiklos aspektui: kaip garbinti Dievybes, kaip laikytis *sadhanos*, kaip pamokslauti, kaip nešioti *dhoti*, kaip ruošti maistą Krišnai, kaip kartoti *mantrą* ir t.t. Todėl Šryla Prabhupada yra Tarptautinės Krišnos sąmonės įkūrėjas *ačarja*. Tai jis nustatė ISKCON'e visus standartus. Visus nurodymus, kurių mes laikomės, taip pat davė jis. Taigi Šryla Prabhupada visada pasiliks svarbiausias ISKCON'o *šikša-guru* ir *ačarja*.

Šventraščiai ir religinė tradicija siūlo įvairias Krišnos sąmonės praktikas. Bet Šrylos Prabhupados pasekėjai vadovaujasi jo nurodymais, kadangi Šryla Prabhupada, būdamas ištikimu savo *guru* ir ankstesnių *ačarjų* pasekėju, pateikė Krišnos sąmonę labiausiai priimtina mūsų laikmečiui forma. Šryla Prabhupada nustatė taisykles, kurių turi laikytis kiekvienas rimtas *bhakta*. Jis reikalavo, kad inicijuoti *bhaktos* atsikeltų iki ketvirtos valandos ryto, dalyvautų *mangala-arati*, kasdien kartotų mažiausiai šešiolika *maha-mantras* ratų ir griežtai laikytųsi keturių reguliuojančių principų.

ISKCON'o nariai privalo laikytis visų standartų, kuriuos nustatė Šryla Prabhupada. Tie, kurie nori tapti tikrais jo pasekėjais, turi griežtai laikytis visų jo nurodymų. Negalima keisti ar savaip aiškinti vienus ar kitus nurodymus, nes Šryla Prabhupada pateikė tobulą visuomenės dvasinio atgimimo metodą, kuris jau veikia ir bus aktualus artimiausius dešimt tūkstančių metų.

GURU IR DVASINĖ INICIACIJA

Norint suvokti savo tikrąjį „aš“, nepakanka vien skaityti knygas. Ištrūkti iš *majos* glėbio ne taip paprasta. Šiame kelyje neišvengiami sunkumai ir išbandymai. Tas, kuris pasikliauja tik savo jėgomis, niekada nesugrįš į Dievo karalystę. Todėl visi šventraščiai ypač pabrėžia, kad norint sėkmingai užsiimti dvasine praktika, būtina sąlyga – *bona fide* dvasinio mokytojo prieglobstis.

„Dvasinis mokytojas, – kalbėjo Šryla Prabhupada, – savo mokiniui nurodo kiekvieną žingsnį. Todėl dvasinis mokytojas turi būti tobula asmenybė. Kitaip argi jis galės nurodyti jums teisingą kelią? Kadangi mokiniui draudžiama nepaisyti savo *guru* nurodymų, jūs turite pasirinkti tokį dvasinį mokytoją, kurio nurodymai neleis jums nukrypti nuo pasirinkto kelio. Jeigu jūs tapsite kokio nors apgaviko mokiniu, – pražudysite savo gyvenimą. Pasirinkite tokį dvasinį mokytoją, kurio nurodymai leis jums pasiekti gyvenimo tobulybę. Tokia mokinio ir dvasinio mokytojo santykių esmė. Dvasinė iniciacija – ne formalumas, o didžiulė atsakomybė“ („Šryla Prabhupada lilamrita“).

Dabar ISKCON'e bet kuris Šrylos Prabhupados mokinys, užimantis tvirtas pozicijas dvasiniame gyvenime ir gavęs specialų leidimą, gali priiminėti mokinius.

Norintys žengti Krišnos sąmonės keliu gali kreiptis į vieną iš jų ir paprašyti dvasinio iššventinimo.

Žodžiai „užimantis tvirtas pozicijas dvasiniame gyvenime“ reiškia, kad tas žmogus ilgai laikėsi keturių reguliuojančių principų, kasdien kartojo ne mažiau kaip šešiolika Harė Krišna *maha-mantras* ratų, kėlėsi anksti rytą, lankė rytines programas šventykloje, nuolatos buvo užsiėmęs atsidavimo tarnyste, ir kad jis teisingai supranta Krišnos sąmonės filosofiją ir vadovaujasi ISKCON'o Tarybos (GBC) nurodymais, šitaip nenukrypdamas nuo Tarptautinės Krišnos sąmonės bendrijos kurso.

„Hari bhakti vilasa“ pasakyta, kad tas, kuris nori gauti dvasinį iššventinimą, turi bent metus laiko reguliariai klausytis pažengusių *bhaktų* pasakojimų apie Krišną. Per tą laiką tarp *guru* ir mokinio turi nusistovėti santykiai, pagrįsti mokinio tarnyste ir noru suvokti transcendentinį žinojimą. Po to, kai mokinys tvirtai įsitikina, kad jis pasirinko būtent tą žmogų, kuris sugrąžins jį pas Krišną, jis gali kreiptis į jį, meldamas prieglobsčio ir dvasinio iššventinimo.

Dvasinio iššventinimo procedūra Tarptautinėje Krišnos sąmonės bendrijoje atitinka šventraščių nurodymus ir kartu tenkina ISKCON'o sąlygas, kai dvasiniams mokytojams reikia keliauti ir pamokslauti po visą pasaulį. Šventraščiai nerekomenduoja skubėti, siekiant gauti dvasinį iššventinimą. Norint apsaugoti ir *guru*, ir mokinį nuo galimos klaidos, sukurta tam tikra paruošiamoji sistema, kuri numato bandomąjį laikotarpį ir kandidato egzaminavimą.

Jeigu žmogus, susipažinęs su ISKCON'o *bhaktomis*, pajunta dievišką įkvėpimą rimtai praktikuoti Krišnos sąmonę, tai iš pradžių jam rekomenduojama laikytis Šrylos Prabhupados nurodymų. Šryla Prabhupada yra visų ISKCON'o *bhaktų šikša guru* (dvasiniu mokytoju, duodančiu nurodymus) ir *ačarja*. Todėl naujokai privalo jį laikyti savo dvasiniu mokytoju ir jį garbinti. Siūlydami Krišnai nusilenkimus ar maistą, šie *bhaktos* turi kartoti Šrylos Prabhupados *pranama-mantrą*.

Bhakta, kuris laikosi pagrindinių dvasinio gyvenimo taisyklių – kasdien kartoja šešiolika *džapos* ratų ir laikosi keturių reguliuojančių principų – jau po šešių mėnesių gali kreiptis į kurį nors inicijuojantį *guru* ir prašyti dvasinio iššventinimo.

Dvasinį mokytoją rinktis reikia labai apgalvotai. Prašydamas *guru* dvasinio iššventinimo, žmogus privalo turėti žinojimą ir tikėjimą. Norėdamas sužinoti apie *bona fide* dvasinio mokytojo savybes, pradedantis *bhakta* turi studijuoti Šrylos Prabhupados knygas ir klausinėti vyresnius *bhaktas*.

Tas, kurį jūs pasirinkote savo dvasiniu vedliu, turi įkvėpti jus atsidavimo tarnystei Viešpačiui. Jūs turite būti visiškai įsitikinęs, kad šis atsidavęs Krišnos tarnas – ištikimas Šrylos Prabhupados pasekėjas ir kad jo pamokymai visiškai atitinka Šrylos Prabhupados nurodymus.

Jeigu jūs turite tokį įsitikinimą, galite kreiptis į jį, prašydamas dvasinio iššventinimo. Tam, kuris abejoja savo pasirinkimu, priimti galutiniam sprendimui gali prireikti daugiau laiko negu šeši mėnesiai. Skubėti negalima, nes *guru*

pasirinkimas – tai svarbiausias apsisprendimas iš visų, kuriuos žmogus padaro per milijonus gyvenimų.

Nesvarbu, kokį ISKCON'o *guru* jūs pasirinksite, – jis vis tiek paprašys jus laikytis tų principų, kuriuos nustatė Šryla Prabhupada, – tai ankstyvas kėlimasis, kasdieniniai šešiolika *džiapos* ratų ir t.t. Tačiau jūsų pasirinktasis dvasinis mokytojas bus kaip jungiamoji grandis tarp jūsų ir *paramparos*, todėl norintiems gauti dvasinį išventinimą rekomenduojama labai rimtai viską apgalvoti. Galite kreiptis patarimo į vyresnius *bhaktas*, bet pirmiausia jūs pats turite rūpestingai išanalizuoti charakterį žmogaus, kurį norite matyti savo dvasiniu mokytoju.

Dvasinio mokytojo vertinimo kriterijus – ar jis suvaldė šešis kūno poreikius, ar išvystytos jo šešios teigiamos savybės, ar jis išsivadavęs nuo šešių trūkumų (smulkiau apie tai žiūrėk „Pamokymų nektaras“, 1-3 tekstai). *Guru* turi išmanyti šventraščius ir būti atsižadėjęs. Netgi turėdamas pakankamai lėšų, jis neturi prisirišti prie komforto ir turtų.

Stebėdamas savo pasirinktąjį dvasinį mokytoją, mokinys taip pat turi atkreipti dėmesį, ar mokytojas pasišventęs Krišnos sąmonės propagavimui ir atsidavimo tarnystei. Reikia pažymėti, kad užimama dvasinio mokytojo padėtis ir didelis mokinių skaičius – ne tie kriterijai, kurie rodo dvasinį lygį Krišnos sąmonėje ir sugebėjimą įdiegti savo mokiniams atsidavimą Aukščiausiam Dievo Asmeniui.

Tarp mokytojo ir mokinio turi nusistovėti artimi ir asmeniškai santykiai. Todėl renkantis dvasinį mokytoją, – žmogų, kurį mes garbinsime, reikia atkreipti dėmesį ir į savo asmeninį požiūrį į jį. Visi *bona fide* dvasiniai mokytojai duoda vienus ir tuos pačius nurodymus, bet kiekvienas iš jų – asmenybė ir kiekvienas turi savo mokymo metodus. Pavyzdžiui, kai kurie *guru* priima tik keletą mokinių ir asmeniškai prižiūri kiekvieno dvasinį vystymąsi; kiti inicijuoja daugybę mokinių, patikėdami rūpinimąsi jais vyresniems *bhaktoms*.

Reikia būti apdairesniam ir nesiekti iniciacijos prieš savo valią, spaudžiant per daug įkyriems geranoriams. Ateinantys į ISKCON'ą iniciacijos gali prašyti pas bet kurį bendrijos narį, gavusį teisę priimti mokinius ir turintį dvasinio mokytojo savybes.

Pasirinkęs dvasinį mokytoją *bhakta* ir toliau praktikuoja Krišnos sąmonę, bet dabar jis turi garbinti ne tik Šrylą Prabhupadą, bet ir savo *guru*. Išreikšdamas pagarbą *guru* ar aukodamas maistą Krišnai, jis turi pakartoti savo dvasinio mokytojo *pranama-mantrą*. Nors dar ir negavęs iniciacijos, jis jau rado *guru* prieglobstį ir todėl privalo išreikšti jam atitinkamą pagarbą.

Pasirinkęs dvasinį mokytoją mokinys gali gauti iniciaciją ne anksčiau kaip po šešių mėnesių. Prieš tai ISKCON'o *guru* turi iš konkrečios šventyklos prezidento gauti rekomendaciją mokiniui. Rekomendacija išduodama (arba ne), remiantis egzaminų – žodžiu ir raštu – rezultatais. Egzaminų tikslas – išaiškinti, ar mokinys supranta dvasinio mokytojo reikalingumą, ar žino, kokios mokinio pareigos, ką reiškia būti ISKCON'e, ar išmano kitus svarbius filosofinius dalykus. Be to, rekomendacijai gauti reikalingas asmeninis šventyklos prezidento patikinimas, kad prelegentas kasdien kartoja ne mažiau šešiolika *maha-mantras* ratų, griežtai

laikosi keturių reguliuojančių principų ir yra ryžtingai nusiteikęs praktikuoti Krišnos sąmonę visą gyvenimą.

Iniciacijos metu *guru* duoda mokiniui dvasinį vardą. Jeigu mokinys ir toliau tvirtai laikosi atsidavimo tarnystės principų, – po šešių mėnesių ar kiek vėliau jis gali gauti brahmano iniciaciją ir *gajatri-mantra*.

Nereikia skubėti gauti iniciaciją, bet pernelyg ilgai delsti taip pat nerekomenduojama. Dažniausiai tie, kurie laikosi keturių reguliuojančių principų ir kasdien kartoja šešiolika *maha-mantros* ratų (ypač, jei jie turi pastovią tarnybą šventykloje), iniciaciją gauna per vienerius ar dvejus metus.

Inicijuotas *bhakta* turi tarnauti ne tik savo dvasiniam mokytojui, bet ir kitiems (ypač vyresniems) ISKCON'o *bhaktoms*. Jis turi vykdyti ir savo *guru*, ir jų nurodymus. Natūralu, kad mokinys didžiausią prisirišimą ir pasitikėjimą jaus savo dvasiniam mokytojui, bet *vaišnavų* etiketas sako, kad savo *guru* dvasinius brolius jis turi gerbti nė kiek ne mažiau.

Jeigu jūs jau esate gavęs iniciaciją iš žmogaus, kuris neturi šventraščiuose nurodytų vaišnaviškų savybių, turite jo atsižadėti ir pasiieškoti tikro dvasinio mokytojo. Kai kurie kartais bijo palikti tokį „*guru*“, bet čia nėra ko nerimauti. Šventraščių nurodymai, draudžiantys atsižadėti dvasinio mokytojo, šiam atvejui netaikomi. *Šastrose* irgi nurodoma atsisakyti tokių „*guru*“ paslaugų. O tais, kurie randa prieglobstį pas tikrą *guru*, *vaišnavą*, tiesiogiai rūpinasi Pats Krišna (išsamiau šis klausimas nušviestas „*Śrīmad Bhagavatam*“, 8.20.1, kom.).

Bhaktai, kuris ruošiasi gauti iniciaciją, rekomenduojama atidžiai susipažinti su knyga „Dvasinis mokytojas ir mokinys“, kurioje šiuo klausimu surinktos citatos iš įvairių *Śrīylos Prabhupados* knygų.

SADHANA – SVARBIAUSIAS DVASINIO GYVENIMO ASPEKTAS

Kiekviena gyva būtybė turi savyje Krišnos sąmonę. Bet veikiami iliuzijos – *majos* mes užmirštame Viešpatį. *Sadhana* – tas procesas, kuris pažadina mumyse snaudžiančią Krišnos sąmonę. Ją galima sulyginti su vaiko vystymusi, kuris dar motinos įsčiose turi visus sugebėjimus – kalbėti, vaikščioti ir t.t., bet jie pasireiškia laipsniškai, praktikos ir laiko eigoje.

Sadhana skirta *bhaktoms*, kurie rimtai siekia suvokti Aukščiausiąjį Dievo Asmenį ir supranta, kad be *sadhanos* neįmanoma pažanga dvasiniame gyvenime.

Sadhana – tai reiškia „dvasinė praktika“. *Bhakti-jogoje* (Krišnos sąmonėje) *sadhana* remiasi dviem procesais – tai pasakojimų apie Krišną klausymasis ir Jo šventų vardų kartojimas. To visiškai užtenka apvalyti mūsų širdis ir priartėti prie Krišnos. *Sadhanos* reikia laikytis nuolat, kiekvieną dieną. Tai suteiks mums dvasinės jėgos ir leis išsilaikyti prieš *mają*. Be griežtos *sadhanos* progresas Krišnos sąmonėje praktiškai neįmanomas. Net jeigu mes jaučiam potraukį Krišnai, bet nesilaikom *sadhanos*, tai mūsų atsidavimo tarnystė niekada nepakils iš pradinio lygmens.

ISKCON'o šventyklose *sadhanos* formą nustatė Šryla Prabhupada. Tai yra dienotvarkė, numatanti rytinę ir vakarinę programas. Rytinė programa prasideda nuo ankstyvo kėlimosi – ne vėliau kaip ketvirtą valandą ryto. Pasišventę *bhaktos* keliasi iki saulėtekio, nes ankstyvosios rytinės valandos – geriausias laikas dvasinei praktikai.

Atsikėlę *bhaktos* prausiasi, velkasi švarius drabužius ir eina į altorinę, kur atlieka *mangala-arati* ir *tulasi pudžą*. Po to kartoja *džiapą*, dalyvauja Dievybių sveikinimo ceremonijoje, *guru-pudžoje* ir išklauso paskaitą iš „Śrīmad Bhagavatam“. Apskritai rytinė programa tęsiasi 4 – 4,5 valandas.

Vakarinė programa, kurią sudaro *arati* ir paskaita iš „Bhagavadgytos“, tęsiasi apie pusantros valandos. Taigi Šryla Prabhupada skyrė savo mokiniams maždaug šešias valandas *sadhanos* per dieną.

Bhaktoms, kurie gyvena namuose ir turi eiti į darbą, gali pasirodyti nepraktiška skirti *sadhanai* tiek laiko.

Dabar žmonės beveik visą savo laiką skiria darbui ir šeimos išlaikymui. Bet žmogus, neturintis aukščiausio gyvenimo tikslo, – ne ką geresnis už gyvulį. Žmogaus gyvenimas pirmiausia skirtas dvasiniam tobulėjimui, todėl netikslinga visą savo laiką skirti kūno poreikiams tenkinti.

Tas, kuris suvokė Krišnos sąmonės svarbą ir suprato, kad be atsidavimo tarnystės Viešpačiui gyvenimas neturi prasmės, natūraliai stengiasi organizuoti savo gyvenimą tam tikros *sadhanos* rėmuose.

Todėl kai kuriems gal teks pakeisti nusistovėjusį gyvenimo ritmą, pavyzdžiui, sumažinti darbo valandų skaičių ir taip atsisakyti didesnio uždarbio vardan dvasinės gerovės. Jeigu šeimoje dirba abu sutuoktiniai, tai žmonai galbūt reikėtų mesti darbą ar atsidėti namams.

Net jeigu jūs nesiryšite iš esmės pakeisti savo gyvenimą, vis tiek galite efektyviau išnaudoti savo laisvalaikį. Dauguma žmonių praleidžia laisvą laiką tiesiog beprasmiškai, – kalbėdami niekus arba žiūrėdami telelaidas. O jūs pašvęskite tą laiką dvasinei praktikai.

Ši knyga jus išmokys, kaip laikytis *sadhanos*. Skyrelyje „ISKCON'o šventyklų dienotvarkė“ jūs rasite dvasinės praktikos tvarkaraštį visai dienai. Visiems skaitytojams rekomenduojama dvasinei praktikai skirti kuo daugiau savo laiko, nes taip jūs greičiau pasieksite aukščiausią tikslą – tyrą meilę Krišnai.

KIRTANAS

*harer nama harer nama harer namaiva kevalam
kalau nasty eva nasty eva nasty eva gatir anyatha*

“Šiame vaidų ir veidmainystės amžiuje išsivaduoti galima tik giedant šventus Viešpaties vardus. Nėra kito kelio, nėra kito kelio, nėra kito kelio.” („Brihad-naradiya purana“).

*haré krišna haré krišna krišna krišna haré haré
haré rama haré rama rama rama haré haré*

*iti šodakašam namnam kali-kalmaša našanam
natah parataropayah sarva-vedešu drišyate*

„Šie šešiolika vardų, susidedančių iš trisdešimt dviejų skiemenų, – vienintelis būdas atsispirti pragaištingam *Kali jugos* poveikiui. Visos Vedos tvirtina, kad nežinojimo vandenyną galima perplaukti tik kartojant šventus Viešpaties vardus,- kito būdo nėra („Kalisantarana Upaniśad“).

Kali jugoje šventų Viešpaties Hari vardų kartojimas yra *juga-dharma*, – tinkamiausias šiai epochai dvasinio pažinimo metodas. Šventų vardų kartojimas – ypatingai svarbus procesas. Kiekvienas turi jam skirti kuo daugiau laiko.

Šventus vardus kartoti galima dviem būdais: pirmasis – giedoti, pritariant būgnams (*mridangoms*) ir *karatalams*, – tai vadinasi *kirtanas*, antrasis – tyliai kartoti *džapą*.

Giedoti *kirtane* nesudėtinga. Vienas *bhakta* veda *kirtaną*, tai yra, dainuoja pirmas, o kiti po jo choru pakartoja tuos pačius žodžius ir melodiją. Paprastai *kirtanuose* naudojamos paprastos melodijos, kad jas būtų galima lengvai atsiminti ir pakartoti.

Svarbiausia *mantra* – tai *maha-mantra*: *Haré Krišna, Haré Krišna, Krišna Krišna, Haré Haré, Haré Rama, Haré Rama, Rama Rama, Haré Haré*. Tai reiškia: „O Krišna, o Krišnos energija, prašau, leisk man tarnauti Tau.“ Haré – tai kreipimasis į vidinę Viešpaties energiją, Hara (Šrimati Radharani). Krišna ir Rama – tai du svarbiausi visažavinčio Aukščiausiojo Dievo Asmens, amžinos palaimos šaltinio, vardai.

Viešpats Čaitanja Mahaprabhu nurodė daugiausia laiko *kirtane* skirti *maha-mantras* giedojimui. Bet prieš tai reikia sukartoti Šrylos Prabhupados *pranama-mantrą*, o taip pat *maha-mantrą Panča-tatvą*.

Kartodami *Panča-tatra mantra*, mes prašome Viešpaties Čaitanjos ir Jo palydovų malonės. Tai padeda išvengti įžeidimų, kuriuos mes galime padaryti, kartodami Haré Krišna *maha-mantrą*.

Yra daug kitokių *mantrų* ir *bhadžanų*, sukurtų žymių Krišnos *bhaktų*. Jų giedojimas sustiprina mūsų meilę ir atsidavimą Viešpačiui, todėl visiems rekomenduojama atmintinai išmokti bent keletą svarbiausių vaišnaviškų *bhadžanų*, geriausiai iš knygos „Ačarjų vaišnavų giesmės“.

DŽIAPA

*Krišna-nama-maha-mantrera ei ta svabhava
yei jape, tara krišne upajaye bhava*

„Haré Krišna *maha-mantra* turi savybę – tam, kuris ją kartuoja, iškart išsivysto ekstatinė meilė Krišnai („Čaitanja-čaritamrita, Adi-lila“, 7.83).

Džiapa, arba Hare Krišna *maha-mantras* kartojimas su karoliukais – svarbiausia dvasinės praktikos dalis kiekvienam pasišventusiam *bhaktai*. Netgi turėdami daugybę pareigų, mes kasdien turime skirti tam tikrą laiką *maha-mantras* kartojimui.

Maha-mantrą geriausia kartoti su *džiapa-mala*, tai yra, su karoliukų vėrinium, nes taip galima skaičiuoti sukartotus ratus. Jo Dieviškoji Malonybė A.C. Bhaktivedanta Prabhupada, Tarptautinės Krišnos sąmonės bendrijos įkūrėjas-*ačarja* ir pripažintas švento vardo šlovės propaguotojas, nustatė standartą, pagal kurį inicijuoti *bhaktos* privalo kasdien sukartoti – su *džiapa-mala* – ne mažiau kaip šešiolika *maha-mantras* ratų (vieną ratą sudaro 108 *maha-mantras* pakartojimai).

Kai kuriems pradedantiesiems būna sunku kasdien pakartoti šešiolika ratų. Todėl jiems reikėtų pradėti nuo mažesnio ratų skaičiaus: aštuonių, keturių, dviejų ar netgi vieno. Atsiradus įpratimui kartoti jie pamažu galės pakilti iki nustatyto standarto.

Stenkitės nemažinti kasdieninio ratų skaičiaus. Gavę iniciaciją, jūs turite kartoti ne mažiau kaip šešiolika ratų per dieną.

Bet reikia atsiminti, kad nustatyto ratų skaičiaus sukartojimas nėra esminis dalykas. Norint pasiekti greitą dvasinę pažangą, ypatingą dėmesį reikia skirti kartojimo kokybei. *Džiapą* reikia kartoti aiškiai tariant žodžius, nusiteikus taip, kaip žmogus, kuris su malda kreipiasi į Krišną, sukaukęs visą dėmesį į Jo švento vardo garsą.

Džiapai geriausia naudoti *tulasi* karoliukų vėrinį. Taip pat tinka karoliukai, padaryti iš nimbo medžio arba lotoso sėklų. Karoliukai padeda skaičiuoti, kiek ratų sukartota *maha-mantra*. *Džiapa-mala* susideda iš 108 mažesnių karoliukų ir vieno pagrindinio, didesnio.

Pradedant kartoti *maha-mantrą*, reikia paimti vėrinį į dešinę ranką ir nykščiu ir didžiuoju pirštais suimti bet kurį karoliuką, esantį šalia pagrindinio. Kadangi rodomasis pirštas laikomas nešvariu, juo nereikia liesti karoliukų. *Maha-mantras* kartojimą daugelis *bhaktų* pradeda *Panča-tatva mantra: śry-kriṣṇa-čaitanya prabhu-nityananda śry-advaita gadadhara śryvasadi-gaura-bhakta-vrinda*. Viešpaties Čaitanjos ir Jo palydovų vardų kartojimas padeda mums išvengti įžeidimų, daromų kartojant *maha-mantrą*. Tų įžeidimų yra dešimt ir visi jie įvardinti Atsidavimo nektaro aštunto skyriaus pabaigoje.

Dabar, kai jau laikote pirštuose reikalingą rutuliuką, pakartokite vieną kartą: *Haré Krišna, Haré Krišna, Krišna Krišna, Haré Haré, Haré Rama, Haré Rama, Rama Rama, Haré Haré*. Pereinate prie kito rutuliuko ir vėl: *Haré Krišna...* Ir taip toliau, vienas rutuliukas po kito, kol grįšite – iš kitos pusės – prie pagrindinio. Sveikiname – jūs baigėte vieną *džapos* ratą. Pagrindinio rutuliuko į pirštus neimame. Apsukame vėrinį ir leidžiame karoliukus tarp pirštų priešinga kryptimi. O kiekvieną naują ratą galima pradėti *Panča-tatva maha-mantra*.

Šventų vardų kartojimas – labai paprastas metodas, bet geriausių rezultatų pasieks tas, kuris tinkamai juo naudosis. Kartoti *mantrą* reikia tokiu garsumu, kad jus girdėtų bent jau šalia esantis žmogus. Kartodami *maha-mantrą* sutelkite į ją visą dėmesį. Tokia dėmesio koncentracija vadinama *mantra*-meditacija ir yra labai veiksmingas metodas apvalant širdį. Galbūt iš pradžių bus sunku suvaldyti protą ir atsiriboti nuo pašalinių minčių, bet viskas susitvarkys

praktikuojant šį metodą. Svarbu atsiminti, kad kiekvieną *mantras* skiemenį reikia išstarti kuo aiškiau.

Kai kada atsidavusieji kartoja *maha-mantrą* neaiškiai, praleisdami skiemenis ir net žodžius, bekartodami užmiega arba užsiima pašaliniais darbais: kalbasi, skaito... Tai neleistina. Kita paplitusi negerovė – perėjimas prie sekancio rutuliuko, kai *maha-mantra* dar nebaigta, taigi apsukus vieną ratą, *mantra* pakartojama mažiau kaip 108 kartus. Reikia atidžiai stebėti, kaip mes kartojame *mantrą*. Mokykitės pastebėti savo trūkumus ir stenkitės juos pašalinti, taip gerindami savo *džiapos* kokybę.

Iš pradžių *mantras* kartojimas gali užimti daug laiko, bet praktikuojantys pakankamai ilgai šešiolikai ratų sugaišta pusantros, dvi valandas, tai yra, nuo penkių iki aštuonių minučių vienam ratui. Bet svarbu ne greitis, o kokybė. Todėl iš pradžių reikia ypač stengtis aiškiai išstarti vardus ir atidžiai jų klausytis. Kartojimo greitis praktikuojant padidės savaime. Jeigu jūs vieną ratą pakartojate per nepilnas penkias minutes, tai dažniausiai reiškia, kad jūs arba nepakankamai susikaupę, arba „ryjate“ žodžius ir skiemenis, arba peršokate per karoliukus.

Geriausias laikas *mantra*-meditacijai – dar prieš saulėtekį (sanskrite šis laikotarpis vadinamas *brahma-muhurta* ir laikomas palankiausiu dvasinei praktikai). Apskritai, *mantrą* kartoti galima bet koku laiku ir bet kokiomis aplinkybėmis: traukinyje, gatvėje ir kitur, bet geriau visus šešiolika ratų užbaigti anksti rytą, prieš imantis kasdieninių darbų.

Laikyti *džiapa-mala* reikia specialiame maišelyje. Jame turi būti kiaurymė rodomajam pirštui, kuris taip atsiduria maišelio išorėje ir neliečia karoliukų. Prie maišelio prisiuvama juostelė, kad jį būtų galima nešioti pasikabinus ant kaklo. Kad ir kur būtų *bhaktos*, jie visada nešiojasi su savimi vėrinį, kad bet kada galėtų kartoti *mantrą*. Prisižiūrėkite, kad vėrinys ir maišelis būtų visada švarūs. Vėrinio nederėtų nešti į tualetą.

KAIP SVARBU KLAUSYTI *BHAKTŲ*

*nitya-sidha krišna-prema sadhya kabhu naya
šravanadi-šudha-čite karaye udaya*

“Gyvų būtybių širdyse visada yra meilė Krišnai. Ji ten neatsiranda iš nežinios. Ši meilė pražysta natūraliai, kai gyva būtybė klauso pasakojimų apie Viešpatį ir kartoja Jo šventus vardus.” („Čaitanya-čaritamrita, Madhya-lila“, 22.107).

Tai vienas iš daugelio šventraščių tvirtinimų, kuriuose pabrėžiama, kaip svarbu klausytis pasakojimų apie Krišną iš dvasiškai pažengusių *bhaktų* lūpų.

Tie, kurie gyvena netoli nuo ISKCON'o šventyklų, gali lankyti paskaitas pagal „Šrimad-Bhagavatam“ ir „Bhagavadgytos“ tekstus, kurios ten skaitomos rytą ir vakare.

Be to, *bhaktos* turi galimybę klausytis Jo Dieviškosios Malonybės A.C. Bhaktivedantos Svamio Prabhupados paskaitų įrašų. Jų yra keli šimtai. Jokie

garsai nesusilygins su transcendentinėmis vibracijomis, sklindančiomis iš tyro *bhaktos* lūpų.

Bet kuriais klausimais kreipkitės patarimo į vyresnius *bhaktas*. Žengdami pirmuosius žingsnius link Krišnos, mes ypač reikalingi vyresniųjų paramos, nes dažnai kai kuriems nelengva keisti savo mąstymą ar priprasti prie naujo gyvenimo būdo. Kiekvienam gali atsirasti abejonių ir asmeninių problemų. Tokiais atvejais nesivaržykite, kreipkitės pagalbos į vyresnius *bhaktas*.

Klausydamas, kaip nuotaikingai *bhaktos* pasakoja apie Krišną, žmogus apsisvalo. Bet jeigu klausysitės impersonalistų, apsimetėlių, materialistų arba tų, kurie savo oratoriniais gabumais užsidirba duoną, – rezultatas bus priešingas. „Hari-bhakti-vilasa“ pateikia pavyzdį su pienu, kurį paragavo gyvatė. Pienas – nuostabiausias maisto produktas, bet jeigu jo paragauja gyvatė, jis tampa nuodingas. Atrodo, nei jo išvaizda, nei skonis nepasikeičia, bet tai jau nuodai. Taip ir paskaitos, spektakliai ir dainos apie Krišną gali būti pavojingi dvasiniam gyvenimui, jeigu juos kuria ir atlieka ne *bhaktos*. Reikia būti atsargiems.

DVASINĖS LITERATŪROS SKAITYMAS

Skaitymas – tai tas pats klausymas – skaitydamas žmogus taip pat įgyja žinojimą. Vaišnaviška literatūra – neišsenkantis šventraščių lobynas. Svarbiausius iš jų į anglų kalbą išvertė Jo Dieviškoji Malonybė A.C. Bhaktivedanta Svamis Prabhupada. Ir nors Šrylos Prabhupados jau nėra su mumis, bet kiekvienas gali bendrauti su juo, skaitydamas jo knygas.

Gavęs iš Krišnos ypatingus įgaliojimus Šryla Prabhupada taip meistriškai išvertė šventraščius, kad visi vaišnaviškos filosofijos subtilumai tapo prieinami dabartiniam žmogui.

Todėl, jeigu jūs norite suprasti Krišnos sąmonės filosofiją, skaitykite Šrylos Prabhupados knygas. Jose yra viskas, ko reikia Krišnos sąmonės išvystymui.

Šryla Prabhupada sakė, kad svarbiausius iš jo išverstų knygų – „Bhagavadgyta“, „Šrimad Bhagavatam“, „Viešpaties Čaitanjos mokymas“ ir „Atsidavimo nektaras“. Jose smulkiai nagrinėjami visi dvasinės filosofijos aspektai.

Naujokams rekomenduojama pradėti nuo kitų Prabhupados knygų: „Tobuli klausimai ir atsakymai“, „Amžinos palaimos šaltinis (Krišna, Aukščiausias Dievo Asmuo)“ ir „Savęs pažinimo mokslas“. Dar viena puiki knyga pradedantiems, beje, ir visiems kitiems, – tai „Prabhupada“ – Šrylos Prabhupados trumpa biografija.

Perskaite šias knygas galite pradėti studijuoti „Bhagavadgytą“, „Šri Išopanišad“, „Pamokymų nektarą“ ir „Atsidavimo nektarą“. „Bhagavadgytą“ būtų neblogai perskaityti bent du kartus. Po to pereikite prie „Viešpaties Čaitanjos mokymo“. Šį kūrinį Šryla Prabhupada pavadino „didžiausią dovana žmonijai“.

Perskaičius minėtas knygas galima pradėti skaityti „Šrimad Bhagavatam“. Šis kūrinys, susidedantis iš dvylikos giesmių, – tobuliausia, analogų neturinti dvasinė enciklopedija, atsidavimo, transcendentinio žinojimo ir vedinės kultūros lobynas. Studijuoti „Šrimad Bhagavatam“ reikia nuosekliai, po truputį kiekvieną dieną. Po

to skaitykite kitą daugiatomį kūrinį, – „Čaitanya čaritamrita“, kuris išsamiai aprašo išaukštintą Viešpaties Čaitanjos filosofiją ir Jo žaidimus.

Lygiagrečiai su „Śrīmad Bhagavatam“ ir kitomis knygomis tęskite „Bhagavadgīto“ studijas, skaitydami kasdien po truputį. Vaišnaviškoje literatūroje yra ir daugiau kūrinių, kurie parašyti Viešpaties *bhaktų*, bet mūsų laikmečio svarbiausios knygos, atskleidžiančios Krišnos sąmonės esmę, yra Šrylos Prabhupados knygos.

Bhaktos turi būti išrankūs pasirinkdami ką skaityti. Kai kurios knygos, iš pirmo žvilgsnio labai patrauklios, gali nepalankiai paveikti jūsų dvasinį gyvenimą. Todėl geriausia atiduoti pirmenybę knygoms, kurias parašė Šryla Prabhupada arba autoriai, tiksliai sekantys jo pėdomis. Kai dėl praeities *ačarjų* knygų, tai praktiškai jų neįmanoma suprasti, kol gerai nesusipažinsite su Šrylos Prabhupados knygomis.

Kasdieninis Šrylos Prabhupados knygų skaitymas – būtinybė kiekvienam *bhaktai*. Kiekvieną dieną skaitykite valandą, dvi, arba nors pusvalandį. Dvasinės literatūros studijos – vienas iš atsidavimo tarnystės aspektų, todėl skaityti reikia pagarbiai nusiteikus, atidžiai, meldžiant dvasinį mokytoją ir Krišną duoti intelektą, reikalingą tokių išaukštintų temų supratimui. Tie, kurie pajuto transcendentinių knygų skaitymo skonį, niekada nepaisys į rankas beverčių tarsi šiukšlės, pasaulietinių rašytojų kūrinių. Vaišnaviškos literatūros skaitymas padės gilinti mūsų dvasinį supratimą ir meilę Krišnai.

BENDRAVIMAS SU BHAKTOMIS

Šventraščiuose pabrėžiama, kaip svarbu bendrauti su Viešpaties *bhaktomis* (*sadhu-sanga*). Laikoma, kad toks bendravimas puoselėja atsidavimo daigėlį ir užtikrina jo tolimesnį vystymąsi. Čaitanja Mahaprabhu taip kalbėjo apie tai:

*krišna-bhakti-jaṇma-mūla haya sadhu-sanga
krišna-prema jaṇme,tenho punah mukhya*

“Atsidavimo tarnystė ir meilė Krišnai žmogui pabunda bendraujant su Viešpaties *bhaktais*. Toks bendravimas visą laiką – svarbiausias dvasinio gyvenimo faktorius.” (Šri Čaitanya-čaritamrita, Madhya lila“, 22.83).

Bendrauti su *bhaktomis* – tai klausytis jų nurodymų ir jiems tarnauti. Todėl labiausiai pasisekė tiems, kurie gyvena ISKCON'o šventyklose arba netoli jų. Visada visada ieškokite bendravimo su *bhaktomis*, kurie rimtai praktikuoja Krišnos sąmonę.

Tiems, kurie gyvena toli nuo šventyklos, palaikyti ryšį su *bhaktomis* reikia kuo dažniau pas juos lankantis. Jeigu tai problematiška, galima su jais susirašinėti. Galimas daiktas, kad netoli jūsų gyvena žmonės, kurie taip pat domisi Krišnos sąmone, tik jūs nežinote apie juos. Pasidomėkite apie tai artimiausioje šventykloje ir ji jus supažindins. Tada galėsite susitikinėti su jais, kartu rengti *kirtanus*, šventes, užsiimti atsidavimo tarnyste. Jeigu jūs platinsite Šrylos Prabhupados knygas ten, kur gyvenate, tai būtina susitiksime žmones, kurie rimtai susidomės

Krišnos sąmone. Tad jeigu jums trūksta bendravimo su vienminčiais – susiieškokite juos!

Pagal vedinę tradiciją namų šeimininkai kviečiasi į namus *sanjasius* ir šventus žmones – brahmanus, vaišina juos *prasadu*, klausosi jų pasakojimų, užduoda klausimus, kartu su jais gieda Harė Krišna *maha-mantrą* ir visaip stengiasi jiems patarnauti. Tokia *sadhu-sanga* teikia pasitenkinimą ir dvasinį gėrį visiems, kurie joje dalyvauja.

KETURI REGULIUOJANTYS PRINCIPAI

Pagrindiniai reguliuojantys principai yra tokie:

1. Nevartoti maistui mėsos, žuvies ir kiaušinių.
2. Nenaudoti svaigalų.
3. Nežaisti azartinių žaidimų.
4. Neturėti neleistinų lytinių santykių.

Gyvulinės kilmės maistas, neleistinas lytinis gyvenimas, azartiniai žaidimai, svaigalai – tai keturi stulpai, ant kurių laikosi nuodėmingas gyvenimas. Jie iš pagrindų sugriauna keturias žmogaus religines dorybes: gailestingumą, asketizmą, teisingumą ir švarą. Argi galima be šių savybių progresuoti dvasiniame gyvenime? Todėl ir kiekvienas *bhakta*, ir bet kuris žmogus, laikantis save civilizuotu, turi laikytis aukščiau išvardintų principų.

Kai dėl pirmo principo, tai *bhaktos* taip pat turi nevalgyti svogūnų ir česnakų bei duonos kepinų iš parduotuvių ir bet kokio maisto, kurį paruošė ne *bhakta*. *Bhaktos* valgo tik *krišna-prasadam* – maistą, kuris buvo pagamintas Viešpačiui ir pasiūlytas Jam su meile ir atsidavimu.

Kai dėl antrojo principo, tai reikia patikslinti, kad svaigalai – ne tik alkoholis ir įvairūs narkotikai, bet ir tabakas, arbata, kava ir kiti gėrimai, kurių sudėtyje yra kofeino – tai ir pepsi- ir koka-kola. Mūsų mylimas šokoladas bei kakava taip pat priklauso šiai kategorijai.

Trečias principas apima ne tik azartinius žaidimus. *Bhaktoms* nerekomenduojama žiūrėti televizorių, lankytis kinoteatruose, užsiimti profesionaliu sportu, klausytis pasaulietiškos muzikos ir apskritai užsiimti kokia nors dažniausiai beprasmiška pasaulietine veikla. Tarp kitko, loterijos irgi priskiriamos prie azartinių žaidimų.

Ketvirtas principas draudžia lytinius santykius ne tik nevedusiems. Vedusiems leidžiama juos turėti tik norint pradėti vaiką. Labai didelė nuodėmė yra santuokinė neištikimybė – ji gali padėti kryžiuką ant viso dvasinio gyvenimo. Abortas, dirbtinis nėštumo nutraukimas ir sterilizacija ne tik prieštarauja žmogaus prigimčiai, bet irgi yra sunki nuodėmė.

Neleistini lytiniai santykiai – tai ir masturbacija. Šiuo atveju žmogus praranda sėklą, gyvybiškai svarbią medžiagą, ir labai užteršia savo sąmonę.

Šiuolaikinė, taip vadinamoji progresyvi ir civilizuota visuomenė labai ir labai toleruoja nežabotą lytinių santykių laisvę, kuri taip intensyviai propaguojama, kad

dažnai netgi tie, kurie nuoširdžiai siekia dvasinio apsivalymo, nepajėgia atsispirti ir pasiduoda jos kerams. Geriausia išeitis tokioje situacijoje – kreiptis pagalbos į *bhaktą*, kuriuo jūs labiausiai pasitikite ir atvirai su juo pakalbėti. Šiuo klausimu dar padeda knyga „Brahmačarja Krišnos sąmonėje“. Ją parašė šios knygų autorius.

ŠVENTYKLA JŪSŲ NAMUOSE

Vedę *bhaktai*, ypač tie, kurie gyvena toli nuo šventyklos, turi ją susikurti savo namuose. Jeigu šeimos gyvenime svarbiausią vietą užims Viešpaties garbinimas, jūsų paprastas butas ar namas virs šventa vieta. Tie, kurie turi pakankamai vietos, Krišnai galėtų paskirti atskirą kambarį, įrengdami jame altorinę. Kurie tokios galimybės neturi, altorių gali pasistatyti bendrame kambaryje.

Altorinė – tai vieta, kur šeima susirenka padainuoti *kirtaną*, atlikti *arati* ir skaityti šventraščius. Ten tinkamiausia vieta kartoti *džiapą*, studijuoti *šastras*, melstis ir siūlyti Krišnai maistą.

Namuose galima garbinti Viešpaties ir Jo tyrų tarnų atvaizdus. Kai šeimos nariai taps tvirtesni atsidavimo tarnystėje ir įgis praktikos, vietoj atvaizdų galėsite pastatyti Dievybes. Inicijuotiems *grihasthoms* (vedusiems) Dievybių garbinimas turi būti neatsiejama dvasinio gyvenimo dalis.

Norint garbinti Dievybes, reikia vadovautis dvasinio mokytojo nurodymais, todėl šioje knygoje smulkiai apie tai nekalbėsime. Jeigu jūs garbinate Viešpatį su meile ir atsidavimu, tai jums neturi būti skirtumo tarp atvaizdų ir Dievybių, padarytų iš medžio, akmens ar metalo. Tačiau Dievybių garbinimas reikalauja griežtai laikytis tam tikrų taisyklių, todėl leidimas garbinti Dievybes paprastai duodamas tiems, kurie atsidavimo tarnystę praktikoja pakankamai ilgai.

Namų altoriuje turi būti tokie atvaizdai (išvardintų atvaizdų numeriai atitinka jų vietą altoriuje, žr. paveiksluką viršelio viduje) :

1. *Sampradajos ačarjų* atvaizdai:
 - a) ISKCON'o įkūrėjas *ačarja* A.C.Bhaktivedanta Svamis Prabhupada;
 - b) Bhaktisidhanta Sarasvati Thakura;
 - c) Gaurakišora Dasa Babadži;
 - d) Bhaktivinoda Thakura.

Kai kada *bhaktos* altoriuose dar pasistato Džaganathos Dasa Babadžio atvaizdą.

2. Šeši Vrindavano Gosvamių: Rūpa Gosvami, Sanatana Gosvami, Raghunatha Bhata Gosvami, Raghunatha Dasa Gosvami, Gopala Bhata Gosvami ir Dživa Gosvami. Visi jie yra garsūs Viešpaties Čaitanjos mokiniai, supažindinę pasaulį su Gaudija vaišnavizmo filosofija ir praktika.

3. *Panča-tatva* (Viešpats Čaitanja ir jo artimiausi palydovai: Viešpats Nitjananda, Šri Advaita Ačarja, Šri Gadadhara Panditas, Šrivasa Thakuras).

4. Viešpats Nrisimhadeva. *Bhaktos* garbina šią Viešpaties formą, nes ji gina nuo demonų ir visokių pavojų, kurių tiek daug šiame Kali amžiuje, bei padeda atsisakyti demoniškų troškimų, išsikerojusių mūsų širdyse.

5. Radha-Krišna.

6. *Bhaktos*, gavę iniciaciją arba oficialiai pasirinkę kurį nors ISKCON'o *guru*, jo portretą taip pat laiko altoriuje.

Reikia pažymėti, kad tie, kurie dvasinėje hierarchijoje užima aukštesnę padėtį, ir altoriuje negali būti žemiau tų, kurie juos garbina. Pavyzdžiui, *guru* atvaizdą altoriuje negalima statyti aukščiau Krišnos paveikslo. *Panča-tatva* garbina Radha-Krišną, o juos, savo ruožtu, garbina *paramparos ačarjai*. Todėl *Panča-tatvos* paveikslas turi būti žemiau Radha-Krišnos, bet aukščiau už *ačarjų* atvaizdus.

Vaišnavai, priklausantys autentiškai *sampradajai*, garbina pirmąjį Dievo Asmenį, Krišną, o taip pat Jo ekspansijas, vidines energijas ir tyrus atsidavusius *ačarjas*. Jie abejingi žemesnio lygio garbinimui, kaip, tarkim, pusdievių garbinimas. Vaišnavai labai reiklūs paveikslams, dedamiems į altorių. Nors tokios asmenybės kaip pusdieviai ir mūsų protėviai, žinoma, verti pagarbos, tačiau jų nedera garbinti ten, kur garbinamas Krišna. Kai dėl visokių apgavikų ir apsišaukėlių, kurie laiko save dievais ir šventaisiais, tai negali būti ir kalbos, kad jie užimtą vietą altoriuje.

Geraiusia, kad jūsų altorius būtų ne koks nors baldas, bet specialiai pagamintas – iš medžio ar kitos medžiagos. Altorius turi būti pakankamai erdvus, kad jame būtų galima teisingai ir gražiai išdėstyti visus paveikslius. Kairėje altoriaus pusėje pastatykite nedidelį, gal metro aukščio, staliuką, – ant jo galėsite laikyti padėklą su visais atributais, reikalingais atlikti *arati*. Maisto aukojimui jums prireiks dar vieno, maždaug trisdešimties centimetrų aukščio, staliuko. Be to, reikia turėti nedidelį dembliuką. Tinkamiausias – supintas iš žolės *kuša*, nors tinka ir paprastas audeklinis kilimėlis. Ant jo sėdėsime *puadžos* metu ir aukodami maistą.

„Atsidavimo nektare“ išvardinti visi nurodymai ir taisyklės, kurių reikia laikytis, būnant altorinėje. Namų sąlygomis tai gana sudėtinga, bet vis tiek pasistenkite išlaikyti pakankamai aukštą elgesio standartą.

DIEVYBIŲ GARBINIMAS - ARATI IR PUDŽA

Šis atsidavimo tarnystės aspektas yra gana sudėtingas, todėl pateiksiu tik trumpą jo aprašymą. Jis skirtas tiems, kurie praktikoja Viešpaties garbinimą namuose.

Visai nebūtina ir netgi nepageidautina, kad kiekvienas laikytųsi visų garbinimo standartų. Jau geriau laikytis paprasto puadžos varianto, pagrindinį dėmesį skiriant *juga-dharmai* – šventų Viešpaties vardų kartojimui. Žinoma, Dievybių garbinimas – svarbus atsidavimo tarnystės aspektas, bet siekiant efektyvumo, jį reikia derinti su *kirtanu*. Šventų vardų kartojimas – pagrindinis Dievo suvokimo metodas šioje epochoje. Norintiems smulkiau susipažinti su Dievybių garbinimo

metodika, rekomenduoju išstudijuoti ISKCON'o išleistą knygą „Pančaratrapradipa“, kurioje šis klausimas išsamiai išnagrinėtas.

„Hari-bhakta-vilasa“ ir kiti autoritetingi raštai nurodo, kad Dievybių garbinimo standartai gali būti keičiami priklausomai nuo aplinkybių. Todėl *bhaktos*, garbinantys Viešpatį namuose, turi atsižvelgti į savo galimybes. Visiškai nebūtina namų Dievybes garbinti taip iškilmingai, kaip didelėse šventyklose.

Tinkamas standartas yra toks: atėjus Dievybėms į namus, reikia pagal visas taisykles atlikti instaliacijos ceremoniją ir tada jau garbinti Jas pagal šventraščių nurodymus. Tačiau toli gražu ne visi *bhaktos* yra tam subrendę. Daugelis tiesiog neturi tokios galimybės. Būtent jiems ir skirtos šios rekomendacijos.

Reikia pažymėti, kad šventraščiuose nėra kažkokio vieno, griežtai reglamentuoto garbinimo metodo. Todėl čia pateikiami tik paprasčiausi nurodymai, kuriuos kiekvienas galės lengvai suprasti. Pavyzdžiui, atlikti *arati* ir *puščą* namuose gali ir moterys, bet tai visiškai neleistina Indijos šventyklose. O menstruaciniu laikotarpiu joms tai daryti draudžiama ir namuose.

Dievybių kambarys ir visa garbinimo atributika turi būti idealiai švarūs. Atvaizdai, altoriaus papuošimai, kriauklės, nosinaitės, naudojamos *arati* metu, grindys, sienos – visa tai turi būti nuolat prižiūrima. Kai tik pamatysite, kad Dievybių drabužėliai bent kiek susinešiojo ir nublanko, pakeiskite juos. Bronziniai ir variniai daiktai turi būti nušveisti taip, kad spindėtų. Gėles, pasiūlytas *arati* metu, nakčiai reikia nuimti nuo altoriaus.

Prieš *arati* ir *puščą* ir net prieš valgio gaminimą, jeigu garbinate Dievybes, reikia apsiplauti visą kūną ir apsirengti švariais drabužiais. Geriau, kai drabužiai šilkiniai arba medvilniniai. Vilna, kuri nors ir laikoma švaria, pagal griežtas garbinimo taisykles netinka šiam tikslui, drabužiai iš sintetikos – irgi. *Bhakta*, atliekantis garbinimo ceremoniją, turi būti apsirengęs vaišnaviškais rūbais. Mūsų įprastiniai drabužiai šiuo atveju netinka.

Nors *bhaktoms*, gyvenantiems namuose, garbinimo standartas žemesnis, tačiau nereikia būti šykščiam. Jeigu leidžia kišenė, pasistenkite aukoti Dievybėms bent jau smilkalų ir gėlių – gražių, šviežių gėlių. Juk Krišna gyvena Vrindavane, kaimo aplinkoje, ir Jam labai patinka gėlės. Mūsų paaukotos gėlės Jį džiugins labiau, negu auksas ir brangakmeniai. Labiausiai Jam patinka baltos, stipriai kvepiančios gėlės.

KAIP ATLIEKAMAS *ARATI*

Ant specialaus padėklo, kuris naudojamas tik šiam tikslui, sudėkite viską, ko reikės *arati* metu. Ten turi būti:

1. Jūros kriauklė, kuri pučiami, pranešant apie *arati* pradžią ir pabaigą.
2. Indas su šviežiu vandeniu ir šaukšteliu – *ačamanui*.
3. Smilkalai – trys lazdelės ar bent jau viena.

4. *Pančapradina* – lampada su penkiais dagčiais, įmirkytais lydytam svieste (*ghi*). Galima naudoti lampadą ir su vienu dagčiu.

5. Kriauklė vandeniui ir padėkliukas jai.

6. Indelis, į kurį pilamas paaukotas vanduo.

7. Nosinaitės. Šiam tikslui geriau turėti dvi ar tris – švarias ir gražiai sulankstytas.

8. Lėkštelė su gėlėmis.

9. Aliejų ar *ghi* įmirkyti vatiniai dagčiai ar žvakė, degtukai.

10. *Čamara*.

11. Vėduoklė iš povo plunksnų.

12. Varpelis.

Visa tai sudedama ant padėklo, bet ne Dievybių kambaryje. Padėklas padedamas ant staliuko prie altoriaus. Daiktai, pažymėti 1 ir 9-12 numeriais, visada turi būti laikomi Dievybių kambaryje.

Prieš įeidamas į Dievybių kambarį *pudžaris* nusilenkia ir atlieka *ačamaną*: paėmęs šaukštelį į kairę ranką nupila tris lašus vandens į dešinę delną, išgeria juos ir taria: *om keśavaya namaha*. Šitaip tris kartus, tik po antrojo gurkšnio reikia sakyti: *om narayanaya namaha*, o po trečiojo – *om madhavaya namaha*. Indelis *ačamanai* naudojamas viso *arati* metu. Vandeniui iš jo apvalomi daiktai prieš jų aukojimą Viešpačiui. Tam reikia tris kartus apšlakstyti juos šaukšteliu. Be to, prieš kiekvieną aukojimą reikia trimis lašais vandens apvalyti ir dešinę ranką.

Taigi jūs atlikote *ačamaną*. Dabar apšlakstykite vandeniu pirmąją kriauklę, paimkite ją į dešinę ranką ir tris kartus papūskite, išgaudami daugiau ar mažiau stipresnį garsą. Vėl apšlakstykite kriauklę bei dešinę ranką vandeniu iš *ačmano* indelio, įeikite į Dievybių kambarį ir, skambindami varpeliu, atidenkite altorių. Visi nusilenkia Dievybėms ir pradeda *kirtaną*. *Pudžaris* apvalo smilkalus, tris kartus apšlakstydamas jų kotelius iš *ačmano* indelio, ir uždega juos nuo lampados ar nuo žvakių, kurios įžiebiamos įėjus į Dievybių kambarį. Lampada gali degti visą laiką. Smilkalus galima uždegti ir su degtukais.

Dabar apšlakstykite vandeniu abi rankas ir varpelį, paimkite jį į kairę ranką ir pradėkite *arati*. Skambindami varpeliu, pasiūlykite Dievybėms toliau išvardintus daiktus eilės tvarka: smilkalus, lampadą, kriauklę su vandeniu, nosinaitę, gėles, *čamarą* ir povo plunksnų vėduoklę.

Tokios ISKCON'o nustatytos Dievybių garbinimo taisyklės. Iš pradžių siūlomas daiktas parodomas Šrylai Prabhupadai arba savo dvasiniam mokytojui. Ką nors siūlyti tiesiogiai Krišnai negalima – pirmiausia siūlome dvasiniam mokytojui, suvokdami, kad esame Šrylos Prabhupados ir visų *paramparos guru* tarnai. Siūlydami vieną ar kitą daiktą, iš lėto sukite jį pagal laikrodžio rodyklę, taikydami į Viešpaties pėdas, paskui į Jo galvą ir galiausiai – į visą kūną. Toliau ta pačia tvarka viskas pasiūloma eilės tvarka Šrimati Radharani, Viešpačiui Čaitanjai, Viešpačiui Nitjanandai ir visiems *paramparos guru* – pradedant seniausiu ir baigiant savo dvasiniu mokytoju. Šrimati Radharani siūlome tai, kas buvo pasiūlyta Krišnai, o Viešpačiui Čaitanjai tai, kas pasiūlyta Radharani ir t.t. Kai

kuriuose šventraščiuose nurodyta, kad siūlant daiktą jį reikia apsukti tam tikrą skaičių ratų.

Vandenį siūlykite tokia tvarka: pasiūlę Krišnai truputį nupilkite į tam skirtą indelį; pasiūlę Radharani – vėl nupilkite. Ir taip iki galo. Pasiūlę *guru*, išpilkite visą vandenį ir paimkite indą su perpiltu vandeniu į kairę ranką. Atsisukite į dalyvaujančius *arati*, į dešinę delną įsipilkite vandens ir pašlakstykite *bhaktų* galvas. Stenkitės, kad kiekvienam ant galvos nukristų bent keli lašai. Siūlydami gėles dėkite po vieną ar kelis žiedelius prie Dievybių ir *guru* lotosinių pėdų, o kitas išdalinkite *bhaktoms*.

Siūlant *čamarą* ir vėduoklę, jų nereikia sukti prieš Dievybes, tik jas pavėduoti. Žiemą vėduoklė nenaudojama, nes oras pakankamai vėsus. Kiekvieną daiktą prieš siūlymą (o po to – ir ranką) reikia apšlakstyti vandeniu.

Arati tęsiasi maždaug dvidešimt minučių. Baigęs aukojimą, *puđžaris* triskart papučia į kriauklę, *kirtanas* baigiamas, o vedantysis pasako *prema dhvani*. *Arati* metu siūlomi daiktai išnešami iš Dievybių kambario. Vėliau jie plaunami ir valomi. Kriauklės garsais paskelbęs *arati* pabaigą *puđžaris* pasiūlo Dievybėms aromatinio aliejaus. Tamponas iš vatos pamirkomas aliejuje ir prinešamas prie Dievybių veidų. Jis tampa *prasadu* ir tada atiduodamas *bhaktoms*, kurie tamponu pasitrina dešinės plaštakos išorinę pusę ir ją pauosto. Įsidėmėkite – Dievybėms negalima siūlyti aliejų, kurių sudėtyje yra spirito.

Arati metu *puđžaris* turi sutelkti visą savo dėmesį į Aukščiausią Viešpatį ir atlikti aukojimą su giliu pagarbos jausmu.

Kartais Dievybėms siūloma tik smilkalai, gėlės ir *čamara*. Toks aukojimas vadinasi *dhupa arati*. Bet rytinio (*mangala arati*) ir vakarinio (*sandhja arati*) aukojimų metu reikia siūlyti visus septynis daiktus.

PUDŽA

Šastrose aprašomi įvairūs *puđžos* atlikimo metodai, ir visi jie gana sudėtingi. Todėl pateiksiu tik pagrindinius principus, nes atlikti *puđžą* pagal visus reikalavimus sugebės ne kiekvienas. Atlikti *puđžą* mokomasi tik gavus antrą iniciaciją. Bet pradedantys *bhaktos*, norintys tai daryti namuose, gali remtis šiomis rekomendacijomis. Jos skirtos tiems, kurie garbina Viešpatį Jo atvaizduose. Garbinantys Dievybes turėtų kreiptis pagalbos į patyrusius *puđžarius*.

Puđža atliekama anksti rytą, po *mangala arati*. Turi būti sutvarkytas Dievybių kambarys ir pats altorius, nuvalyti visi atvaizdai. Šventraščiuose nurodyta, kad *puđžos* metu reikia pasiūlyti penkis, dešimt, šešiolika ar šešiasdešimt keturis daiktus. Penki pagrindiniai – tai aromatinis mišinys (*gandha*), gėlės, smilkalai, lampada ir maistas (*naivedja*).

Iš pradžių *puđža* pasiūloma dvasiniam mokytojui, paskui – Gaura-Nitai ir tik po to – Radha-Krišnai. Atlikę *puđžą* dvasiniam mokytojui, kreipkitės į jį melddami, kad jis leistų jums garbinti Gaura-Nitai ir Radha-Krišną. Čia pateikiamas *puđžos* variantas su penkiais siūlomais daiktais.

Paruoškite pastą iš sandalo medžio miltelių ir kamparo. Dėmesio – milteliai turi būti rožiniai, o ne ryškiai raudoni. Įsitaisykite ant kilimėlio Dievybių kambaryje ir pasistatykite prieš save ant staliuko savo dvasinio mokytojo atvaizdą. Patepkite jo kaktą sutaisyta pasta. Tada paimkite šviežiai nuskabytą tulasi lapelį ir ta pačia pasta pritvirtinkite jį prie dešinės *guru* rankos, kad jis galėtų jį pasiūlyti lotosinėms Dievybių pėdoms. Atminkite, kad tulasi galima siūlyti tik *višnu tatva* Dievybės. Štai dabar jūs pats galite siūlyti smilkalus, lampadą ir gėles – kaip *arati* metu. Pasiūlę gėles padėkite jas prie lotosinių savo mokytojo pėdų ir papuoškite jo atvaizdą šviežių gėlių girlianda (ją gali nupinti bet kuris šeimos narys). Visa tai atlikite ir su *Panča-tatva* bei Radha-Krišna. Po to pasiūlykite maistą. Tai gali būti švieži vaisiai, saldumynai, pienas ar ant ugnies pagamintas maistas. Dabar *pudža* laikoma baigta, ir jūs galite atlikti *arati*.

Pudžos metu reikia kartoti tam tikras *mantras*, šlovinančias dvasinį mokytoją, Gaura Nitai ir Radha Krišną.

ISKCON'o šventyklose Dievybes perrengia vieną ar du kartus per dieną. Bet namų sąlygomis tai leidžiama daryti vieną kartą per savaitę.

TULASI

„*Tulasi* palanki visais atžvilgiais. Tą, kuris žiūri į *tulasi*, liečia ją, garbina ją maldomis, pagarbiai lenkiasi jai, klauso istorijų apie ją arba ją augina, visada lydi sėkmė ir gerovė. Kiekvienas, kuris tarnauja *tulasi* bet kuriuo minėtu būdu, gauna amžiną gyvenimą Vaikunthos karalystėje“. („Skanda Purana“)

Tulasi garbinimas – svarbus atsidavimo tarnystės aspektas, nes ji – mylimas Krišnos augalas. Krišnai labai patinka jos lapai ir pumpurai. Todėl kiekvienas *bhakta* namuose augina bent jau vieną ar du medelius, kasdieną juos pagarbiai puoselėdamas. Sveika ir greitai auganti *tulasi* rodo, kad tas, kuris ją garbina, gavo *bhakti*.

Tulasi-arati

Tulasi-arati paprastai atliekama altorinėje. Kadangi *tulasi* negalima garbinti Dievybių akivaizdoje, tai prieš įnešant *tulasi* altorius uždengiamas. Prieš įnešdami papuoškite tulasi vazonėlius gražiais audekliukais. Pastatykite Tulasi devi ant specialaus staliuko altorinės viduryje. Kai tik *tulasi* įnešama, vienas iš *bhaktų* pradeda kartoti žemiau pateiktą *mantrą*, o kiti nusilenkdami kartoja iš paskos:

vrindayai tulasi-devayai
priyayai keśavasya ča
višnu-bhakti-prade devi
satyavatyai namo namaha.

Mantrą reikia pakartoti tris kartus. Po to *bhaktos* gieda „*namo namaha tulasi*“, o vienas veda *arati*. *Arati* metu reikalingas iš anksto paruoštas padėklas, ant kurio turi būti: indas *ačamanui*, varpelis, trys smilkalai, lampada ir lėkštelė

su gélėmis. Neužmirškite degtukų ar žvakės, nes reikės užžiebtį smilkalus ir lampadą. Prieš pradėdamas arati *puđžaris* atlieka *ačamaną*. Po to sukamais judesiais pagal laikrodžio rodyklę jis pasiūlo *Tulasi devi* smilkalus, lampadą ir gėles. Pasiūlyti smilkalai dedami į specialų dėkliuką, o lampada įduodama vienam iš *bhaktų*, kuris su ja apeina visus arati dalyvius. Jie, savo ruožtu, delnu paliečia ugnį, o paskui – savo kaktą. Pasiūlę *tulasi* gėles, keletą jų padėkite prie jos kamienuko, o kitas padalinkite *bhaktoms*.

Baigiantis *tulasi-arati*, *bhaktos* kelis kartus pagal laikrodžio rodyklę apeina *Tulasi devi*, kartodami *mantrą*:

*yani kani ča papani
brahma-hatyadikani ča
tani tani pranašyanti
pradakšinah pade pade.*

Po to visi gieda Harė Krišna *maha-mantrą*.

Dar šiek tiek apie tulasi

Višnu garbinimui reikalingi *tulasi* lapeliai. Skabyti juos reikia ryte, po saulės patekėjimo, ir labai atsargiai. Eidami aplink *Tulasi-devi*, ar siūlydami jai vandenį, būkite ypač atidūs: stenkitės nepaliesiti augaliuko, nes *tulasi* tada skauda. Atminkite: *tulasi* – ne paprastas medelis, o siela, labai labai atsidavusi Krišnai.

Kai tik pasirodo *tulasi mandžari* (pumpurai), juos reikia pašalinti. Kitaip jų priaugs dar daugiau ir jums bus sunku juos tinkamai prižiūrėti. Laiku pašalinus *mandžari tulasi* auga sveika ir tvirta.

Tulasi reikia laikyti ten, kur nepasiektų gyvūnai, ypač šunys, kurie gali prie jos pakelti koją, ar ožkos, kurios ją būtinai apgrauš. *Tulasi* nereikia laikyti ten, kur vaikščiojame, nes žmonės tolydžio ją užkliudys. Vaikams, o dar labiau – suaugusiems, reikia nurodyti, kad su *tulasi* elgtųsi pagarbiai. Be to, *tulasi* nepakelia saulės kaitros, todėl vasarą ją reikia laikyti pavėsyje.

Nors *tulasi* turi gydomųjų savybių, *bhaktos* nenaudoja jos kaip vaistingojo augalo. *Tulasi vaišnavai* garbina kaip tyrą sielą, atsidavusią Krišnai, ir augina tik tam, kad geriau galėtų ugdyti savąjį atsidavimą Krišnai.

MŪSŲ ŠVENTYKLŲ DIENOTVARKĖ

Visose ISKCON'o šventyklose kiekvieną rytą ir vakarą *bhaktos* renkasi altorinėse, kur tuo metu vyksta dvasinės programos. *Bhaktos*, gyvenantys šeimose, taip pat kiek įmanoma turi stengtis rengti tokias programas savo namuose, įtraukdami visus šeimynykščius. Reguliariai vykdomos dvasinės programos stiprina Krišnos sąmonę ir padeda įsitvirtinti dvasiniame gyvenime.

Žemiau pateikiama rytinių ir vakarinių programų tvarka. Laiką galima šiek tiek keisti.

Rytinė programa:

4.00 – Kėlimasis. *Bhaktos* prausiasi, dedasi *tilakas*, rengiasi švariais drabužiais.

4.30 – *Mangala arati*.

4.55 – *Prema dhvani* ir maldos Viešpačiui Nrisimhai.

5.00 – *Tulasi-arati*.

5.10 – *Džiapa*. Šiuo laiku dauguma *bhaktų* kartoja Šventus Vardus. *Pudžariai* atlieka *pudžą* ir keičia Dievybėms drabužėlius.

7.00 – *Šringara arati* (Dievybių sveikinimas).

7.10 – *Guru pudža* (Šrylos Prabhupados, ISKCON'o įkūrėjo-*ačarjos*, pagarbinimas).

7.30 – „Šrimad bhagavatam“ lekcija.

8.15 – Maždaug tada rytinė programa baigiasi.

Vakarinė programa:

18.50 – *Tulasi arati*.

19.00 – *Sandhja arati*.

19.25 – *Prema dhvani* ir maldos Viešpačiui Nrisimhai.

19.30 – „Bhagavadgytos“ lekcija (trunka maždaug valandą).

GIESMĖS IR MALDOS

Čia pateiktos giesmės, kurias visame pasaulyje *bhaktos* gieda tam tikru paros metu. Jų tekstus ir vertimus galite rasti BBT leidyklos paruoštoje knygoje „Vaišnavų-ačarjų giesmės“, kurią galite įsigyti bet kurioje ISKCON'o šventykloje.

Kuriuo metu atliekama

Pirmieji giesmės žodžiai

Mangala-arati

„*samsara-davanala...*“

Tulasi-arati

„*namo namaha tulasi...*“

Guru-pudža

„*šry-guru-čarana-padma*“

Sandhja-arati

„*džaya džaya gauračander...*“

Prieš paskaitą

„*džaya radha-madhava...*“

Prieš *prasada*

„*šarira abidya-jal...*“

Arati metu po tam tikros giesmės reikia sugiedoti Šrylos Prabhupados *pranama-mantrą*:

nama om višnu-padaya krišna-preštaya bhu-tale

šrymate bhaktivedanta-svamin iti namine

namas te sarasvate deve gaura-vani-pračarine

nirvišeša-šunjavadi-paščatya-deša-tarine.

Po to kelis kartus pakartokite Pačča-tatva *maha-mantrą*: *šry-krišna-čaitanya prabhu nityananda šry-advaita gadadhara šryvasadi-gaura-bhakta-*

vrinda. Ir tada iki *arati* pabaigos giedokite *maha-mantrą*: *Haré Krišna, Haré Krišna, Krišna Krišna, Haré Haré, Haré Rama, Haré Rama, Rama Rama, Haré Haré.*

Baigiantis *arati*, reikia pakartoti *prema dhvani* :

Jaya om višnupada paramahamsa parivradžakačarya aštotarašata śry śrymad a. č. bhaktivedanta svami prabhupada ki , jaya!

Jaya om višnupada paramahamsa parivradžakačarya aštotarašata śry śrymad bhaktisidhanta sarasvati gosvami maharadža prabhupada ki, jaya!

ananta koti vaišnava-vrinda ki, jaya!

namačarya śryla haridasa thakura ki, jaya!

premse kaho śry-krišna-čaitanya prabhu nityananda śry-advaita gadadhara śryvasadi-gaura-bhakta-vrinda ki, jaya!

śry-śry radha-krišna gopa-gopinatha śyama-kunda radha-kunda giri-govardhana ki, jaya!

vrindavana dhama ki, jaya!

navadvipa dhama ki, jaya!

mathura dhama ki, jaya!

dvaraka dhama ki, jaya!

džaganatha puri dhama ki, jaya!

ganga mayi ki, jaya!

jamuna mayi ki, jaya!

bhakti-devi ki, jaya!

tulasi-devi ki, jaya!

samaveta bhakta-vrinda ki, jaya!

gaura-premanande hari, haribol!

Šlovė susirinkusiems *bhaktams* – *Haré Krišna!* (tris kartus)

Šlovė *Śry Guru* ir *Śry Gaurangai!*

Po to kiekvienas *bhakta* garsiai pakartoja savo dvasinio mokytojo *pranama-mantrą*. Tada visi susėda ant grindų ir pagarbina Viešpatį Nrisimhą jam skirta giesme: *namas te narasimhaya...* Atminkite, kad po *guru pudžos* ši giesmė neatliekama.

KRIŠNOS PRASADAS

Vienas iš svarbiausių vaišnaviškos kultūros aspektų yra maisto gaminimas, jo aukojimas Viešpačiui ir *prasado* dalinimas (*prasadas* – tai Višnu paaukotas maistas). Nebhaktos negali suvokti, kaip Krišna priima mūsų vaišes, nes iš pažiūros atrodo, kad aukotas maistas nepalietas. Bet Viešpats iš tikrųjų ragauja tai, ką mes jam pasiūlom. Todėl *bhaktos* duoda įžadą maitintis tik tuo, ką jau ragavo Krišna.

Kaip ruošiamas maistas?

Krišna priima tik tai, kas jam pasiūloma su meile ir atsidavimu. Todėl *bhaktos* maistą gamina tik iš aukštos kokybės produktų. Norėdami patenkinti

Krišną, *bhaktos* su meile ir dėmesiu gamina įvairius valgius iš vaisių, daržovių, cukraus, grūdų ir pieno produktų.

Krišnai negalima siūlyti maisto, pagaminto iš mėsos, žuvies, kiaušinių, svogūnų, česnakų, grybų, acto, lęšių (*masur dala*), bei pernelyg aštraus maisto.

Vienintelis pienas, kurį geria Krišna – tai karvės pienas. Maistą Krišnai geriausia ruošti su lydytu sviestu (*ghi*), bet galima naudoti ir augalinį aliejų. Paprastai naudojami garstyčių ir sezamo aliejai. Bet kadangi aukštos kokybės produktai dabar labai brangūs, daug *bhaktų*, kurie gyvena namuose ir garbina Krišną pagal savo galimybes, naudoja pigesnius aliejus: arachisų, saulėgrąžų, alyvų ir kt.

Gamindami maistą, *bhaktos* stengiasi suteikti Krišnai kuo didesnę malonumą. Jiems visiškai nesvarbu, kad šitą maistą valgys jie patys, šeimyniškiai bei kiti *bhaktos*. Maistas ruošiamas idealiai švarioje virtuvėje. Niekas, net ir patys virėjai, negali ragauti maisto, kol jis nepaaukotas Krišnai.

O kaip jis aukojamas?

Reikalingas specialus padėklas ir indelis vandeniui. Jie naudojami tik šiam tikslui, būtent, aukojimui. Pagamintą maistą ir indelį su švriu geriamuoju vandeniu padėkite ant padėklo. Galima dar pridėti keletą skiltelių citrinos (be sėklų) ir truputį druskos. Maistą sudedam į mažus indelius. Ant kiekvieno patiekalo uždėkite *tulasi* lapelį.

Padėklą su maistu pastatom ant altoriaus ar ant nedidelio staliuko prieš altorių.

Jeigu altoriaus dar neturite, maistą padėkite prieš Krišnos atvaizdą. Atsisėskite prieš altorių ir įsivaizduokite, kaip Krišna valgys tai, ką jūs Jam pagaminote. Skambindami varpeliu triskart pakartokite šias maldas:

1. *nama om višnu-padaya krišna-presthaya bhu-tale
šrymate bhaktivedanta-svamin iti namine
namas te sarasvate deve gaura-vani pračarine
nirvišeša-šunjavadi-paščatya-deša-tarine*

2. *namo maha-vadanyaya krišna-prema-pradaya te
krišnaya krišna-čaitanya-namne gaura-tviše namaha*

3. *namo brahmanya devaya go brahmana hitaya ča
džagad hitaya krišnaya govindaya namo namaha*

Jeigu *bhakta* jau pasirinko vieną iš ISKCON'o *guru*, tai prieš šias maldas jis turi pakartoti (irgi triskart) savo dvasinio mokytojo *pranama-mantrą*.

Kadangi *bhakta* nesijaučia pasiekęs tokį lygį, kad galėtų kreiptis tiesiogiai į Krišną, jis mintyse maistą pasiūlo savo *guru*, kuris savo ruožtu jį siūlo Krišnai.

Pakartoję maldas palikite padėklą ant altoriaus. Po penkiolikos minučių padėklą pasiimkite ir sudėkite aukotus valgius arba atgal į puodus, arba į specialų indą, skirtą *maha-prasadui*.

Nors aukojimo ritualas toks paprastas, Krišna būtinai visko paragaus, žinoma, jeigu buvo siūloma su meile.

Kokie indai naudojami maisto ruošimui ir valgymui?

Aliuminio indai yra kenksmingi sveikatai, todėl Krišnai juose nieko negalima gaminti. Vedinės kultūros normos nurodo, kad indai iš porceliano, stiklo ir plastmasės yra žemiausios rūšies. Mūsų sąlygomis geriausi indai – iš nerūdijančio plieno.

Su pačiu *prasada* turime elgtis labai pagarbiai. Valgyti *prasada* ir paprastą maistą – ne tas pat. Todėl sakome: "išreikšti pagarbą *prasadaui*," "pagerbti *prasada*." Maitintis *krišna-prasada* – didelė malonė. Šie žodžiai taip ir verčiami – Krišnos malonė. Krišna taip surėdė, kad net valgymas padeda mums dvasiškai tobulėti. Tarp *krišna-prasadam* ir paties Krišnos nėra jokio skirtumo. Todėl dalinti ir valgyti *krišna-prasada* reikia labai pagarbiai ir dėmesingai.

Prieš pagerbdami *prasada* *bhaktos* pakartoja maldą *šarira abidya-džal*.

Prasadas valgomas sėdint. Valgyti stovint ne tik nekultūringa, bet ir nesveika. Suvalgyti reikia viską, kas yra lėkštutėje. Net paprastą maistą išmesti yra nuodėmė, o ką jau kalbėti apie *krišna-prasada*. Todėl dalintojai *prasada* turi dalinti po truputį. Pagal vedines normas negalima valgyti kaire ranka – tik dešine. *Prasada* geriausia valgyti ramioje aplinkoje ir gerai nusiteikus.

MITYBA

Vedose pasakyta: *ahara sudhau satva šudhih* – tas, kuris vartoja švarų maistą, apvalo visą savo būtį.

Vedinės kultūros pasekėjai visada griežtai laikėsi mitybos principų. Mat per maistą žmogų paveikia jį gaminusio virėjo sąmonė. *Bhaktos*, kurie valgo maistą, pagamintą žmonių su materialia sąmone ir netikusiais įpročiais, užteršia savo sąmonę ir prisiima dalį jų nuodėmingos veiklos pasekmių. Apie tai kalbėjo Viešpats Čaitanja: "Kai žmogus valgo materialisto pagamintą maistą, jo protas užsiteršia. Kai užterštas protas, žmogus negali tinkamai galvoti apie Krišną" („Šri Čaitanya-čaritamrita, Antya lila", 6.278). Atmindami šiuos Viešpaties Čaitanjos žodžius *bhaktos* valgo tik *krišna-prasada*.

Prasadas ne tik apvalytas nuo karminių reakcijų – jį valgantis apsivalo nuo materialios bjaurasties. Šią savybę *prasadas* turi todėl, kad jį pagamino ir su meile pasiūlė Viešpačiui *bhaktos*, praktikuojantys Krišnos sąmonę. Norint daryti greitą pažangą dvasiniame gyvenime, maitintis reikia labai griežtai ir išrankiai. Todėl geriausia taip susitvarkyti savo gyvenimą, kad vartojamas maistas būtų tik *krišna-prasadas*.

Galbūt kai kuriems *bhaktoms* nelengva laikytis šios taisyklės. Tam, kuris gyvena vienas ir visą dieną užimtas, kai kada tenka pirkti maistą parduotuvėse.

Tokiu atveju geriausia pirkti vaisius. O štai pienas ir jogurtas laikomi švariais, net jei juos pagamino ne *bhaktos*.

Bhaktoms nerekomenduojama maitintis užkandinėse, valgyklose ir restoranuose.

Karmos dėsnio žinovai nurodo, kad ypač užterštas karminėmis reakcijomis yra maistas, kurį iš grūdinių produktų pagamino ne *bhaktos*. Retkarčiais galima pasivaikinti jų gamybos ryžių, kukurūzų dribsniais ir kt., bet geriau tuo nepiktnaudžiauti. O duona, sausainiai ir kitokie miltiniai gaminiai, pagaminti materialistų, *bhaktoms* valgyti visiškai netinka, nes toks maistas labai teršia sąmonę, ir dažnai jo sudėtyje būna kiaušinių.

Bhaktos taip pat nevartoja svogūnų, česnakų ir porų, nes jie kaip ir mėsa pražūtingai veikia mūsų sąmonę – ji tada patenka neišmanymo *gunos* įtakon. Maisto, pagaminto su šiais produktais, negalima siūlyti Krišnai.

Be to, *bhaktos* turi atsisakyti produktų, kuriuose yra net nedaug narkotinių medžiagų – tai arbata, kava ir šokoladas. Šie produktai yra ne tik beverčiai, bet ir kenkia sveikatai. Jie nešvarūs ir sužadina mumyse tokį prisirišimą, kad mes paskui negalime be jų apsieiti.

Bhaktos turi būti atsargūs, pirkdami įvairius produktus – juose gali būti nevegetarinių priedų. Pavyzdžiui, duona, sausainiai, ledai, sūris, jogurtas ir konservuoti produktai – jų gamyboje dažnai naudojami kiaušiniai bei įvairios medžiagos, gaunamos iš jų, taip pat glicerinas, gaminamas iš gyvulių kaulų. Kartais tarp ingredientų, nurodytų ant pakuotės, rasite žodžius „shortening“ (tai riebalai, dedami į tešlą, kad produktas būtų biresnis), „lecithin“ (lecitinas) arba dar kokius nors nežinomus chemikalus. Jeigu nežinote, ar tai vegetarinis priedas ar ne, nepirkite to produkto. Geriau susilaikyti, negu paskui verkauti.

Išvada – bet kokiomis aplinkybėmis reikia maitintis tiktai *krišna-prasadu*. Mūsų laikais žmonės kartais tingi pasigaminti valgį, bet vis dėlto namuose darytas maistas yra pagaliau ir sveikesnis. Šis principas svarbus ir tiems, kurie užsiima dvasine praktika.

TILAKA

Tilaka yra labai svarbus dalykas. Tai ir apsauga, ir apsauga, ir tiesiog šauni vaišnavo puošmena. Matydami *tilaką* aplinkiniai supranta, kad prieš juos – žmogus, atsidavęs Višnu. Kai žmonės mato *bhaktas* su *tilaka*, jie pagalvoja apie Krišną ir taip valosi.

Deja, kai kurie *bhaktos* varžosi užsidėti *tilaką*, bijodami tapti pajuokos objektu. Bet tie, kurie drąsiai nešioja *tilaką* visą laiką, net ir darbe, greitai pastebi, kad pasišaipymai, jeigu tokių buvo, virto pagarba. *Bhaktos*, kurie su *tilaka* nedrįsta pasirodyti viešose vietose, gali ją užsidėti tik su vandeniu. Technika ta pati, kaip ir su moliu, o jie gaus naudą bent jau iš *mantrų* apsaugos.

Šventraščiai nurodo, kad *tilakai* reikia naudoti molį iš šventų vietų. Dauguma Gaudija vaišnavų naudojami *gopičandana* – geltonu moliu, kuris

parduodamas Vrindavane ir Navadvipoje, ir, žinoma, daugumoje ISKCON'o šventyklų. Jeigu jūs negaunate *gopičandanos*, tai vėlgi *šastro*s nurodo, šiam tikslui galite naudoti molį iš artimiausios upės ar ežero kranto. Dar vienas variantas – gaukite išvalyto molio, kuriuo naudojasi puodžiai.

Tilaką reikia užsidėti po rytinio apsiplovimo ir būti su ja visą dieną, o ne tik *puščos* metu. Kaip ją užsidėti? Į kairį delną įsipilam truputį vandens. Dešinė ranka paimam gabaliuką *gopičandanos* ir ištrinam jį vandenyje. Turim gauti vienalytę masę. Trindami kartojam *mantras*:

*lalate keśavam dhyayen
narayanam athodare
vakśah-sthale madhavam tu
govindam kantha-kupake*

*viśnum ča dakśine kukśau
vahau ča madhusudanam
trivikramam kandhare tu
vamanam vama-parśvake*

*śrydharam vama-bahau tu
hriśikeśam tu kandhare
priśthe ča padmanabham ča
katyam damodaram nyaset*

„Dedantis *tilaką* ant kaktos turim prisiminti Keśavą. Puošdami *tilaka* pilvo vidurį prisimenam Narayaną. Žymėdami *tilaka* krūtinę minėkite Madhavą, dėdamiesi *tilaką* kaklo apačioje – Govindą. Dėtis *tilaką* ant pilvo dešinio šono reikia minint Viešpatį Višnu, o puošiant *tilaka* dešinį dilbį, reikia medituoti į Madhusudaną. Žymėdami *tilaka* dešinį petį turim prisiminti Trivikramą, o žymėdami pilvo kairį šoną – Vamaną. Prisiminkite Śridharą, dėdamiesi *tilaką* ant kairio dilbio. Kai puošiate *tilaka* kairį petį, atminkite Hriśikešą. Žymėdami *tilaka* nugaros viršų ir apačią medituokite į Padmanabhą ir Damodarą“ („Śri Čaitanya-čaritamrita, Madhya lila“, 20.202, kom.).

Kai pasta paruošta, palieskite ją dešinės rankos bevardžiu pirštu ir vesdami juo iš apačios į viršų, užsidėkite *tilaką* ant kaktos. Pirštą spauskite pakankamai stipriai, tada ant kaktos susidarys dvi plonos vertikalios linijos. Tai galite pakartoti kelis kartus. Po to, vesdami pirštu iš viršaus į apačią, užtepkite molio ant nosies. Ši žymė turi užimti maždaug tris ketvirčius nosies ilgio. Ji neturi būti labai trumpa, bet ir neturi siekti nosies galo. Tarpuokyje ji turi susijungti su linijomis ant kaktos. Norėdami užsidėti taisyklingą *tilaką* naudokitės veidrodėliu ir būkite atidūs.

Žemiau nurodyta, koku eiliškumu reikia dėtis *tilaką* ant viso kūno ir kokias *mantras* kartoti.

1. Kakta – *om keśavaya namah.*
2. Pilvo viduryis – *om narayanaya namah.*
3. Krūtinė – *om madhavaya namah.*
4. Tarp raktikaulių – *om govindaya namah.*
5. Pilvo dešinė pusė – *om viśnave namah.*
6. Dešinys dilbis – *om madhusudanaya namah.*
7. Dešinys petys – *om trivikramaya namah.*
8. Pilvo kairė pusė – *om vamanaya namah.*
9. Kairys dilbis – *om śrydharaya namah.*
10. Kairys petys – *om hriśikeśaya namah.*
11. Viršutinė nugaros dalis – *om padmanabhaya namah.*
12. Apatinė nugaros dalis – *om damodaraya namah.*

Visi ženklai dedami dešinės rankos bevardžiu pirštu, tiktai kairys petis ir dilbis žymimi kairės rankos bevardžiu pirštu. Pažymėję visas kūno dalis nusivalykite molio likučius ant kairės rankos į viršugalvį, truputį aukščiau *śikhos*, tardami „*om vasudevaya namah*“.

KAIP ELGTIS SU ŠVENTAIS DAIKTAIS

Dvasinė literatūra, *puđžai* atlikti reikalinga atributika, maišelis su karoliais, *mridangos*, *karatalai*, Viešpaties ir Jo *bhaktų* atvaizdai yra šventi dalykai, ir su jais reikia elgtis pagarbiai. Jie turi būti švarūs ir laikomi kuo toliau nuo užterštų vietų ir daiktų. Pasinaudoję gražiai padėkite į jiems skirtą vietą, nenumeskite, kur pakliuvo.

ŠVARA

„Bhagavadgytoje“ Krišna sako, kad švara yra išaukštinta savybė, būdinga *brahmanams*. Savo ruožtu, nevalyvumas yra charakteringas demonų bruožas. Šri Čaitanja Mahaprabhu sakė, kad švara yra viena iš dvidešimt šešių *bhaktoms* būdingų savybių. Šryla Prabhupada taip pat primygtinai reikalavo, kad jo mokiniai laikytųsi taisyklių, užtikrinančių švarą, ir buvo griežtas tiems, kurie jas pažeisdavo.

Švaros palaikymo taisyklės užima svarbią vietą vedinėje kultūroje. Visas jas suminėti šioje knygoje nėra galimybės. Bet kiekvienas *bhakta* turi suvokti, kaip svarbu palaikyti švarą. Vidinę švarą mes pasiekiam, kartodami *maha-mantrą*: *Haré Krišna, Haré Krišna, Krišna Krišna, Haré Haré, Haré Rama, Haré Rama, Rama Rama, Haré Haré.*

Bhakta visada palaiko savo kūno, drabužių, asmeninių daiktų ir gyvenamos vietos švarą. Jis turi kasdien keisti drabužius ir mažiausiai bent kartą per dieną išsimaudyti. Taip jis palaiko išorinę švarą.

ISKCON

Tarptautinę Krišnos sąmonės bendriją (ISKCON) 1966 m. Niujorke įkūrė Jo Dieviškoji Malonybė A. C. Bhaktivedanta Svami Prabhupada. Bendrija greitai augo ir dabar ji – pasaulinio masto konfederacija, susidedanti iš šimtų šventyklų, *ašramų*, žemės ūkio bendruomenių ir mokyklų (*gurukulų*).

ISKCON'as savo veikloje vadovaujasi tokiais autoritetingais šventraščiais kaip „Bhagavadgyta“ ir „Šrimad bhagavatam“. Jų filosofiją mes gavom per mokinių seką, kuriai pradžia davė Šri Čaitanja Mahaprabhu. Viešpats Čaitanja nužengė į žemę prieš penkis šimtus metų Majapur Dhamoje ir atnešė žmonėms atsidavimo tarnystės Viešpačiui mokslą (*krišna bhakti*). Jis taip pat supažindino žmones su *maha-mantros*, išsivadavimo giesmės, kartojimo procesu, kuris yra veiksmingiausias dvasinės savimonės metodas Kali amžiuje. ISKCON'o tikslas – tęsti Viešpaties Čaitanos misiją, propaguojant Krišnos sąmonę visame pasaulyje.

ISKCON'as yra Gaudija vaišnavų *sampradajos* atšaka. *Sampradaja* savo šaknimis siekia Šri Čaitanją ir Madhvačarją, Viešpatį Brahmą ir galiausiai Viešpatį Krišną. Šryla Prabhupada mums atnešė transcendentinį žinojimą, iš amžių glūdumos perduodamą mokinių seką, kurią sudarė *ačarjos*. Būtent *paramparos* principas – nenutrūkstama mokinių seką – yra vienas iš pagrindinių ISKCON'o autentiškumo kriterijų.

Šryla Prabhupada sukūrė tokią bendriją, kad kiekvienas, tapęs jos nariu, galėtų be vargo pasiekti tobulumą Krišnos sąmonėje. Savaiame suprantama, kad tas, kuris priims Šrylos Prabhupados prieglobstį jo sukurto judėjimo ribose, gaus visus būtinus nurodymus, reikalingus suvokti Krišną.

Keletas žodžių apie bendrijos vadovavimą. Pagal geografinį išplitimą ISKCON'as dalinamas į pamokslavimo zonas, kurių dabar yra apie trisdešimt. Kiekvieną zoną globoja vienas iš vyresnių *bhaktų*, priklausančių ISKCON'o tarybai – GBC. Kai kuriose zonose jie turi keletą pagalbininkų. Svarbiausias Tarptautinės Krišnos sąmonės bendrijos administracinis organas yra GBC. Tarybos nariai kartą per metus susirenka Majapure, kur svarsto ir planuoja ISKCON'o veiklą. Sprendimai posėdžiuose priimami balsuojant.

Kiekvienoje pamokslavimo zonoje yra keletas šventyklų. Jos visiškai nepriklausomos finansiškai ir turi dalinę savivaldą. Tokiu būdu ISKCON'as neturi savo valdymo centro, jo dvasiniu centru laikomas Majapuras.

Kiekvienai šventyklai vadovauja prezidentas. GBC nariai reguliariai lanko pamokslavimo centrus, esančius jų zonoje, ir stebi, kaip laikomasi dvasinių standartų ir aplamai visą veiklą, bei teikia rekomendacijas, kaip organizuoti pamokslavimą.

Šryla Prabhupada sakė, kad GBC nariai, vaizdžiai kalbant, atlieka sarginių šunų pareigas. Jie stebi bendrijos veiklą, rūpindamiesi išlaikyti filosofinės tradicijos tyrumą. Šryla Prabhupada pažymėjo, kad visi vadovai turi neprikaištingai laikytis *šravanam kirtanam* proceso. Todėl jų pareigos – ne tik valdymas ir organizavimas. Jie turi rodyti pavyzdį, kaip reikia laikytis dvasinių standartų.

Bendrijos eiliniai nariai tik tada laikysis aukštų dvasinių standartų, kai patys vadovai jų griežtai laikysis.

Nuo to laiko, kai Šryla Prabhupada paliko šį pasaulį, ISKCON'as neturi vadovo viename asmenyje. Šryla Prabhupada nurodė, kad po jo išėjimo lyderiais būtų jo artimiausi mokiniai. Jis prašė, kad jie bendradarbiautų ir bendromis jėgomis skleistų Krišnos sąmonę po visą pasaulį. Tai, kad bendrija nepaliumajamai auga, rodo, kad šis Šrylos Prabhupados noras vykdomas.

PAMOKSLAVIMAS

„Bhagavadgytoje“ (18.69) Krišna sako, kad tas, kuris skleidžia Jo mokslą, yra Jam labai brangus. Šryla Prabhupada taip pat rašo, kad „pamokslavimas yra pats lengviausias būdas suvokti Aukščiausią Dievo Asmenį“ („Šrimad bhagavatam“, 7.6.24, kom.).

Viešpats Čaitanja nurodo: „Ką besutiktum, pasakok jam apie Krišną. Tokiu būdu tapk dvasiniu mokytoju ir išvaduk savo šalies gyventojus“ („Šri Čaitanya-čaritamrita, Madhya lila“, 7.128). Todėl *bhaktos* neturi užsiimti atsidavimo tarnyste vien siekdami asmeninio progreso, bet vadovautis Viešpaties Čaitanjos nurodymais ir nešti Krišnos sąmonę visiems.

Pamokslauti gali kiekvienas. Netgi tas, kuris dar nelabai perprato vaišnavišką filosofiją, gali paprasčiausiai kreiptis į žmones, prašydamas kartoti Harė Krišna *maha-mantrą*. O tie, kurie pamokslauja labai aktyviai, turi reguliariai skaityti Šrylos Prabhupados knygas.

Geriausias pamokslavimas – Šrylos Prabhupados knygų platinimas. Žmogui mes galim pamokslauti tik ribotą laiką, bet jeigu jisai nusipirks knygą, paskirs jai bent porą valandų ir galbūt dar duos perskaityti savo draugams. Šrylos Prabhupados knygos aiškiausiai pristato Krišnos sąmonės filosofiją, nes būtent ji Aukščiausias Dievo Asmuo tiesiogiai įgaliojo nešti žmonėms šį žinojimą.

„Nė vienas literatūrinis kūrinys visoje visatoje neprilygs „Šrimad bhagavatam“. Jai tiesiog nėra analogų. Kiekviena jos eilutė, kiekvienas žodis teikia žmonėms malonę. Todėl aš labai prašau jus platinti šias knygas. Jeigu žmogaus rankose atsidurs tokia knyga, jis gaus malonę. Jis bent pagalvos: „Aš nemažai už ją sumokėjau, nagi, pažiūrėsiu, apie ką ji.“ Užteks jam perskaityti tik vieną *šloką*, ir jo gyvenimą apvainikuos sėkmė. Tik vieną *šloką*, netgi vieną žodį... Todėl aš kartoju ir kartoju – prašau jus, platinkite, platinkite, platinkite šias knygas“ (Šryla Prabhupada).

Apie tai, kad pamokslavimas tiesiogiai susijęs su nurodytomis *sanjasijų* ir *grihasthų* pareigomis, kalbama šiame Šrylos Prabhupados komentare: „*Sanjasis*, tai yra, žmogus, atsižadėjęs šio pasaulio, turi vaikščioti nuo durų prie durų, iš kaimo į kaimą, iš miesto į miestą, iš vienos šalies į kitą, keliauti po visą pasaulį, kiek leidžia galimybės, ir pamokslauti *grihasthoms*, pasakodamas jiems apie Krišnos sąmonę. Tas, kas gyvena šeimoje, bet gavo iš *sanjasio* dvasinį išventinimą, apie Krišnos sąmonę turi pamokslauti savo namuose. Jis turi kuo

dažniau kvieštis pas save draugus ir kaimynus ir pasakoti jiems apie Krišnos sąmonę. Tokių programų metu reikia giedoti šventus Viešpaties vardus ir garsiai skaityti „Śrīmad bhagavatam“ ir „Bhagavadgītā“. Daugybė kūrinių padės studijuoti Krišnos sąmonės mokslą, ir kiekvieno *grihasthos* pareiga – stengtis suvokti Krišną, klausantis savo mokytojo *sanjasio*. Tarnaujant Viešpačiui veiklą galima paskirstyti. *Grihasthos* pareiga – uždirbti pinigų, nes *sanjasis* neturi tuo užsiimti. Jis visiškai priklauso nuo *grihasthos*. O pastarasis uždirba pinigų ir mažiausiai penkiasdešimt procentų savo pajamų turi skirti Krišnos sąmonės skleidimui, dvidešimt penkis procentus – šeimai, o likusius pasidėti juodai dienai. Tokį pavyzdį mums parodė Šryla Rūpa Gosvamis, ir visi *bhaktos* turi sekti jo pavyzdžiu“ („Śrīmad bhagavatam“, 3. 21.31, kom.).

Jeigu norite daugiau sužinoti apie pamokslavimą, skaitykite Šrylos Prabhupados knygą „Pamokslavimas – mūsų misija“. Ji nepaliks jūsų abejingu.

NAGARA-SANKIRTANA

Nagara-sankirtana (arba *harinama-sankirtana*) – tai šventų Viešpaties vardų giedojimas gatvėse, pritariant *mridangoms* ir *karatalams*. Būtent šitaip pamokslavo Viešpats Čaitanja Mahaprabhu, Pats Krišna, Aukščiausias Dievo Asmuo. *Sankirtana padeda gauti* šventų Krišnos vardų malonę ne tik prisiekusiems materialistams, bet ir kitoms gyvoms būtybėms, kurios neturi galimybės dvasiškai tobulėti arba ir pačios to nenori.

Harinama-sankirtana apvalo užterštą *Kali-jugos* amžiaus atmosferą, o jos dalyviai yra labai brangūs Viešpačiui Čaitanjai. *Sankirtanos* grupėje turi dalyvauti kuo daugiau žmonių, o jeigu tai neįmanoma, užteks ir keleto, netgi vieno *bhaktos*. O jeigu kartu su šventų vardų giedojimu *bhaktos* platins Šrylos Prabhupados knygas ir *krišna prasada*, tai tokios transcendentinės eitynės bus dar gyvesnės. Šventinę nuotaiką sustiprins ir spalvingos vėliavos. Jeigu yra galimybė, naudokitės megafonu. Tada šventus vardus išgirs dar daugiau sąlygotų sielų.

Išėikite į *harinama-sankirtaną* kuo dažniau, šventus vardus giedokite kuo ilgiau, ir pamatysite, kaip Viešpats Čaitanja pralieja ant jūsų Savo malonę.

EKADAŠIAI

Ekadašis – tai tokia diena, kai visi *bhaktos* pasninkauja. Nepasninkauti šią dieną – didelis įžeidimas. *Ekadašis* būna du kartus per mėnesį – vienuoliką dieną po jauno mėnulio ir pilnaties. Ir pačio žodžio tokia reikšmė – vienuolikta diena.

Šryla Prabhupada *ekadašio* metu valgydavo, atsisakydamas tik grūdinių ir ankštinių maisto produktų. Tai pats paprasčiausias pasninkavimo būdas, nurodytas šventraščiuose. Kai kurie *bhaktos* tą dieną valgo tik vaisius, kiti apsiriboja vien vandeniu, o kai kas aplamai susilaiko tiek nuo maisto, tiek nuo vandens (toks pasninkas vadinasi *nirdžala-vrata*).

Bet kuriuo atveju *ekadašo* metu nereikia valgyti maisto, pagaminto iš grūdinių ir ankštinių produktų, maisto, kurio sudėtyje yra garstyčių sėklos, miltai, garstyčių ir sojos aliejus ir pan. Neužmirškite, kad kai kurie malti prieskoniai maišomi su miltais.

Pasninkas nutraukiamas kitą dieną, vadinama *dvadaši*, valgant *prasada*, pagamintą iš grūdinių kultūrų. Pasninką reikia nutraukti tam tikru laiku, kuris nurodomas vaišnaviškame kalendoriuje. Ir vis dėlto *ekadašo* prasmė – ne susilaikymas nuo maisto. Tą dieną reikia kuo daugiau laiko klausytis pasakojimų apie Viešpatį ir kartoti Jo šventus vardus. Šryla Prabhupada rekomendavo visiems *bhaktoms* *ekadašo* dieną kartoti dvidešimt penkis ir daugiau *džiapos* ratų.

Šią dieną taip pat draudžiama skustis ir karpyti nagus.

ČATURMASJA IR DAMODARA VRATA

Čaturmasja – tai keturi lietaus sezono mėnesiai, kurių metu atliekamos askezės. Visi keliaujantys *sadhu* ir *sanjasiai*, nešantys žmonėms mokslą apie Dievą, tuo metu apsistoja kurioje nors šventoje vietoje ir visus keturis mėnesius garbina Viešpatį, laikydamiesi griežtų įžadų ir atlikdami askezes.

Tačiau, laikydamiesi Šrylos Prabhupados nurodymų, ISKCON'o *bhaktos* liūčių sezono metu pamokslavimo nenutraukia, o jų askezę tada sudaro tam tikri apribojimai: pirmą *čaturmasjos* mėnesį jie nenaudoja špinatų, antrą – jogurto, trečią – pieno ir ketvirtą – *urad dalo*.

Indijoje *čaturmasja* prasideda per Sajana *ekadašį* (Ašadhos mėnuo) arba per Ašadha *puṇimā* ir baigiasi per Utara *ekadašį* (Kartikos mėnuo) arba per Kartika *puṇimā*. Taigi *čaturmasja* tęsiasi per Šravana, Bhadra, Ašvina ir Kartika mėnesius.

Paskutiniu *čaturmasjos* periodu – Kartika mėnesį – *bhaktos* garbina Krišną kaip Damodarą, todėl šis mėnuo vadinamas ir taip – Damodara. Tokį vardą Krišna gavo, kai mama Jašoda už visokius pokštus pririšo Jį prie medinės grūstuvės.

Kartikos mėnesį šventyklų altoriuose dedamas paveikslas su Damodara ir Jašoda, o rytinių ir vakarinių tarnybų metu *bhaktos* Dievybėms siūlo didžiulę lampadą ir gieda Damodaraštakos maldą.

ŠVENTĖS

Krišnos sąmonėje kiekviena diena – šventė. Kartodami šventus vardus ir šokdami šventų vaišnavų draugėje, gėrėdamiesi Dievybėmis, *bhaktos* kasdieną mėgaujasi palaima, kurią teikia tarnystė Krišnai. Ir vis tik dienos, kai Viešpats apsirėikšdavo įvairiomis Savo formomis, kai Jis kartu su didžiais *bhaktomis* apreiškėdavo įvairius transcendentinius žaidimus, švenčiamos ypatingai.

Vaišnaviškos šventės atgaivina ir sustiprina mūsų *bhakti*, todėl jos laikomos atsidavimo motinomis. *Bhaktoms* tai ir džiugi galimybė susirinkti, kartu pašlovinti Krišną. Tie, kurie dėl įvairių aplinkybių negali reguliariai lankyti

šventyklą, dažniausiai joje apsilanko būtent per šventes. Jeigu šventykla yra toli nuo jūsų namų, jūs galite patys suruošti puikią šventę, sukviesti kaimynus, gimines ir taip suteikti jiems galimybę pajusti Krišnos sąmonės džiaugsmą.

Šventės išvakarėse *bhaktos* papuošia altorinę, o kitą dieną suruošia vaišes, kurių metu pasiūlo Krišnai daugybę patiekalų, o paskui dosniai visiems padalina *prasada*. Nepaliojamas Krišnos ir Jo *bhaktų* šlovinimas, šventų vardų giedojimas sustiprina dvasinę atmosferą.

Paprastai švenčių dienomis *bhaktos* parodo teatralizuotus pasakojimus apie Krišną ir išeina į *harinama sankirtaną*. Dažnai švenčių metu Dievybėms dovanojami nauji drabužiai.

Būtina daugelio švenčių sąlyga – pasninkauti iki tam tikros valandos. Po to paprastai būna puota. Švenčių dienomis *bhaktos* Harė Krišna *maha-mantros* giedojimą pajvairina tinkamais tai progai *bhadžanais*. Pavyzdžiui, žymių vaišnavų išėjimo dienomis giedama „*dže anilo prema-dhana*“, išsiskyrimo giesmė, skaitomi jų gyvenimų aprašymai. Govardhana *puščos* metu *bhaktos* skaito Šrylos Prabhupados knygą „Krišna, Aukščiausias Dievo Asmuo“, skyrių apie Govardhano kalvos garbinimą. Be to, yra išleistas kasečių kompleksas, kuriose įrašytos Šrylos Prabhupados šventinės lekcijos. Jis vadinasi „Šventės su Šryla Prabhupada“.

Toliau bus išvardintos pagrindinės šventės, kurias švenčia ISKCON'o *bhaktos*. Jos prasideda nuo Gaura Purnimos, o tai yra *Gaudija vaišnavų* naujieji metai. Tikslią kiekvienos šventės datą galima rasti vaišnaviškame kalendoriuje, kuriuo naudojamosi ISKCON'e. Švenčių sienos apskaičiuojamos pagal mėnulio kalendorių, todėl kiekvienais metais jos būna skirtingomis mūsų kalendoriaus dienomis.

Gaura Purnima

Taip vadinasi Viešpaties Čaitanjos Mahaprabhu atėjimo diena, kuri būna vasario, kovo ar balandžio mėnesiais. Tą dieną *bhaktos* pasninkauja iki mėnulio patekėjimo, po to vaišina *ekadašiniu prasadu*. Puota būna sekančios dienos popietę. Apie Viešpaties Čaitanjos atėjimą skaitykite „Šri Čaitanya-čaritamrita, Adi-lila“, 13 skyrius. O ISKCON'o centre Majapure tą dieną būna grandiozinis festivalis, kuriame dalyvauja *bhaktos* iš viso pasaulio. Festivalis pradedamas *navadvipa-dhama-parikrama*, eitynėmis per šventas Navadvipa Dhamos vietas.

Rama navami

Tai Viešpaties Ramos atėjimas. Iki vidurdienio pasninkaukite, po to kelkite šaunią puotą. Apie Viešpatį Ramą skaitykite „Šrimad bhagavatam“, dešimtą ir vienuoliktą skyrius iš devintos giesmės.

Nrisimha Čaturdaši

Viešpaties Nrisimhos atėjimas. Pasninkas iki sutemų, po to – puota. Šią dieną Viešpačiui Nrisimhai jūs galite pasiūlyti jo mėgstamą gėrimą iš šalto vandens, palmių cukraus, citrinų sulčių ir imbiero. Jo atėjimas aprašytas „Śrimad bhagavatam“ septintoje giesmėje, aštuntame skyriuje.

Rathajatra

Šią dieną Indijoje Džaganathos, Subhadros ir Balabhadros Dievybės dideliu vežimu keliauja per visą Purio miestą. Šventinėje eisenoje šoka ir dainuoja galybė *bhaktų*. Šrylos Prabhupados dėka ši šventė vyksta daugelyje pasaulio miestų. ISKCON'o centrai Rathajatras švenčia bet kuriuo jiems patogiu laiku. Rathajatros aprašymą rasite „Śri Čaitanya-čaritamrita, Madhya-lila“, tryliktame skyriuje.

Dhulana-jatra

Įspūdinga šventė, kuri trunka penkias dienas. Jos metu Radha ir Krišna Dievybes, aidint *kirtanui*, supa gėlėmis papuoštose sūpynėse. Vietoj Dievybių gali būti Jų paveikslas.

Viešpaties Balaramos atėjimas

Paskutinę *Dhulana jatros* dieną švenčiamas Viešpaties Balaramos atėjimas. Pasninkaujama iki pusiaudienio, paskui – puota. Būtinai pasiūlykite Viešpačiui Balaramai medaus, – Jis labai jį mėgsta. Pasakojimus, šlovinančius Viešpatį Balaramą, rasite „Śri Čaitanya-čaritamrita, Adi-lila“, penktame skyriuje, bei knygoje apie Krišną.

Džanmaštami

Viešpaties Krišnos atėjimas, arba gimtadienis. Pasninkaukite ir nemiegokite iki pusiaunakčio, o tada ragaukite *ekadašinį prasadą*. Visą dieną skaitykite pasakojimus apie Krišną.

Šrylos Prabhupados *vjasa-pudža* (gimtadienis)

Šrylos Prabhupados gimtadienis švenčiamas kitą dieną po Džanmaštamio. Būtent šią dieną jis maloningai atėjo į šį pasaulį. Tai pati didžiausia ISKCON'o šventė, nes tik per jo dievišką malonę mes turim galimybę gauti Krišnos sąmonę.

Vjasa-pudža švenčiama taip. *Bhaktos* pasninkauja iki pusiaudienio, visą tą laiką skaitydami ir klausydami pasakojimų apie Šrylą Prabhupadą iš įvairių knygų. Be to, jie skaito sveikinimus mokytojui, surinktus specialiaame leidinyje, klauso Jo Dieviškos Malonybės atliekamų *bhadžanų* bei lekcijų. Šrylos Prabhupados mokiniai pasakoja apie jį, šlovindami ir išreiškdami jam savo meilę ir dėkingumą.

Vidurdieny Dievybėms ir Šrylai Prabhupadai siūlomos vaišės, po kurių atliekama *pušpandžali* ceremonija, kai siūlomos gėlės. Kiekvienas šventės dalyvis gauna saują žiedlapių. Tada vienas iš *bhaktų* garsiai ir raiškiai perskaito *guru pranama mantra*, kurią po kiekvieno žodžio pakartoja visi. Baigęs kalbėti *mantra* vedantysis ištaria „*pušpandžali*“; kiti pakartoja, meta dalį žiedlapių ant lotosinių Šrylos Prabhupados pėdų ir nusilenkia. Visa tai pakartojama tris kartus. Šventė baigiasi *prasado* pagerbimu.

Lygiai taip pat *bhaktos* pažymi Šryla Bhaktisidhanta Sarasvati Thakuros, Šryla Gaurakišora Dasa Babadži ir Šryla Bhaktinoda Thakuros atėjimo dienas.

Radhaštami

Praėjus dviems savaitėms po Džanmaštamio, švenčiama Šrimati Radharani atėjimo diena. Vaišės po vidurdienio, iki to laiko, žinia, pasninkas. Pasistenkite sutaisyti Šrimati Radharani patiekalą iš jos mėgstamų daržovių *arbi*. Skaitykite „Šri Čaitanya-čaritamrita, Madhya-lila“, dvidešimt trečią skyrių, 86 – 92 tekstus, o knygoje „Krišna, Aukščiausias Dievo Asmuo“ – skyrių „Udhava perduoda *gopėms* Krišnos žinią.“

Vamana Dvadaši

Vamana *avataros* atėjimas. Skaitykite „Šrimad bhagavatam“, aštunta giesmė, 18 – 22 skyriai.

Govardhana Pudža, Anakuta Mahotsava ir Gopudža

Šios šventės pažymimos tą pačią dieną. Govardhana *pudžos* metu garbinama Govardhano kalva. Anakuta Mahotsava švenčiama taip: padarykite iš *prasado* miniatiūrinę Govardhano kalvą, atlikite jai *arati*, keletą kartų apeikite ją pagal laikrodžio rodyklę, o paskui išdalinkite *prasada* visiems šventės dalyviams. Gopudža reiškia „karvių garbinimas.“ Skaitykite apie visa tai knygoje „Krišna, Aukščiausias Dievo Asmuo“, 24 – 25 skyriai, ir „Šri Čaitanya-čaritamrita, Madhya-lila“, 4.67 – 75.

Šrylos Prabhupados išėjimo diena

Ji būna tuoj po Govardhana Pudžos. Švenčiama kaip ir jo gimtadienis. Šią dieną išryškėja išsiskyrimo jausmas su savo mokytoju. Ta pačia tvarka pažymimos

ir Šryla Bhaktisidhanta Sarasvati Thakuros, Šryla Gaurakišora Dasa Babadži ir Šryla Bhaktivinoda Thakuros išėjimo dienos. Iki pusiaudienio pasninkaujama, po to – vaišės. Šios dienos švenčiamos todėl, kad savo išėjimu vaišnavai rodo pavyzdį, kaip galutinai išsivaduoti iš *majos* žabangų ir sugrįžti į dvasinį pasaulį.

Advaitos Ačarjos atėjimas

Pasninkas iki pusiaudienio, po to – vaišės. Skaitykite „Šri Čaitanya-čaritamrita, Adi-lila“, šeštą skyrių.

Varaha Dvadaši

Viešpaties Varahos atėjimas. Skaitykite „Šrimad bhagavatam“, trečią giesmę, 13 ir 18 skyrius.

Nitjananda Trajodaši

Viešpaties Nitjanandos atėjimas. Skaitykite „Šri Čaitanya-čaritamrita, Adi-lila“, penktą skyrių.

ISKCON'o dvasinių mokytojų gimtadienius mokiniai švenčia atitinkamomis dienomis.

KAIP IŠREIŠKIAMA PAGARBA

Pagarba yra vienas iš svarbių atsidavimo tarnystės elementų. Lenkdamasis *bhakta* išreiškia ir sustiprina savo nuolankumą. Lenktis pirmiausiai reikia Viešpačiui ir Jo *bhaktoms*.

Norint išreikšti pagarbą galima gultis ant grindų veidu žemyn, ištiesiant į priekį rankas (7 pieš.), arba atsiklaupyti ir paliesti grindis galva bei rankomis (8 pieš.). Nusilenkimo metu reikia garsiai pasakyti atitinkamą maldą.

Įeidami į altorinę ar išeidami iš jos nusilenkite Dievybėms. *Bhaktos* viską, ir nusilenkimus, Viešpačiui siūlo per dvasinį mokytoją. Todėl lenkiantis Dievybėms reikia pakartoti dvasinio mokytojo *pranama-mantrą*.

Kiekvienoje ISKCON'o šventykloje yra *vjašasana*, tam tikras paaukštintas krėslas dvasiniam mokytojui, kuriame pasodinama Šrylos Prabhupados *murti* arba padedamas jo paveikslas. Etiketos nurodo, kad įėjus į altorinę, reikia pirmiausia nusilenkti Šrylai Prabhupadai, po to – Dievybėms, o išeinant – atvirkščiai.

Lenkiantis Tulasi devi *tulasi arati* arba bet kuriuo kitu laiku, reikia pasakyti maldą „*vrindayai tulasi-devyai priyayai*“ etc.

Nusilenkimai Viešpaties *bhaktoms* pagreitina dvasinį progresą bei sukuria ir palaiko šiltus tarpusavio santykius.

Nusilenkti *sanjasiai* reikia bent kartą per dieną, vos tik jį pamačius. Palanku nusilenkti sutikus bet kokį *vaišnavą*, ypač vyresnį.

Lenkdamasis savo *guru*, *bhakta* pasako jo *pranama-mantrą*. Išreiškdami pagarbą visiems *vaišnavams*, sukalbėkite šią malda:

*vancha-kalpatarubhyaś ča kripa-sindhubhya eva ča
patitanam pavanebhyo vaišnavebhyo namo namah.*

Visose ISKCON'o šventyklose po rytinio *tulasi arati bhaktos* lenkiasi vieni kitiems, tardami šią *mantrą*.

Paprastai *bhakta* į jam skirtą nusilenkimą atsako tuo pačiu. Tačiau *bhaktos*, užimantys aukštą padėtį *vaišnavų* bendruomenėje, ne visada atsako į žymiai jaunesnių *bhaktų* nusilenkimus. Vietoj to jie gali suteikti savo palaiminimus ir palinkėti sėkmės dvasiniame gyvenime. Taip elgiasi inicijuojantys *guru* ir *sanjasiai*.

Tas, kuris nepagarbiai elgėsi su *vaišnavu* arba įžeidė jį žodžiu, o paskui suprato savo nusižengimą, turi nedelsdamas jam nusilenkti ir melsti atleidimo. Tai reikia padaryti ir tada, kai jūs įsitikinę savo teisumu ar jaučiatės pats atsidūręs nukentėjusiojo padėtyje. Kai *bhaktos* taip elgiasi, jų bendrabūvyje įsigali visapusiška santaika.

VAIŠNAVO IŠVAIZDA

Nors atsidavimo tarnystėje tai nevaidina svarbios rolės (nes sąmonė – svarbiau už išvaizdą), bet vis tik negalima nepaisyti išorės. Kaip žmonės iš uniformos atpažįsta policininką ir atitinkamai su juo elgiasi, taip ir *bhaktas* jie pažįsta iš drabužio ir žino, kad galima juos susistabdyti ir klausinėti. Taigi vaišnaviški drabužiai suteikia papildomą galimybę pamokslauti. Be to, jie duoda realesnį pojūtį, kad mes vis dėlto esame *vaišnavai*, todėl turim elgtis kaip pridera *vaišnavui*. O su pasaulietiniais drabužiais mes linkstam į priešingas nuotaikas, nes tokie rūbai tiesiogiai susiję su vakarietišku gyvenimo būdu, kurio pagrindas – neriboti troškimai ir pavydas. Todėl tokių drabužių geriau nenešioti. Jeigu jau jūs nedirstate su vaišnaviškais drabužiais išeiti į gatvę, dėvėkite juos namuose arba bent jau programų metu – namuose ar šventykloje.

Ideali *vaišnavo* išvaizda – tai *tilaka*, karoliai iš *tulasi*, surišta *śikha* (jos plotas ant pakaušio turi būti ne daugiau kaip keturi centimetrai). Galva turi būti nuskusta. Gyvenantys namuose gali būti trumpai apsikirpę, bet ilgi plaukai visiškai nepriimtini Viešpaties Mahaprabhu pasekėjams. *Vaišnavai* taip pat nenešioja nei barzdos, nei ūsų, nei bakenbardų. Apsirengimas paprastas – tai *dhoti*, kurio vienas galas prakištas tarp kojų ir pritvirtintas užpakalyje, ir tradicinė *kurta* ar *čadaras*. *Vaišnavai* nenešioja marškinėlių su pasaulietiškais užrašais ir piešiniais.

Brahmačariai ir *sanjasiai* (vyrai, kurie laikosi celibato ir visą savo gyvenimą paskyrė Krišnos tarnystei) dėvi šafrano spalvos drabužius, nes tai yra

atsižadėjimo spalva. Vedusieji ir tie, kurie dar neapsisprendė, kokį *ašramą* pasirinkti, nešioja baltus drabužius.

Moterys turi rengtis kukliai, tai padės joms išlaikyti savo dorą. Geriausias drabužis moterims – tradicinis *saris*. Jos taip pat turi būti su *tilaka* ir *tulasi* karoliais. Moterys nešioja ilgus, būtinai supintus plaukus su sklasytu per galvos vidurį.

ŠVENTOS VIETOS

Indijoje yra daug šventų vietų, kurias gausiai lanko *vaišnavų* piligrimai, patys indusai bei turistai.

Šventraščiai sako, kad lankymasis šventose vietose didžiausią naudą duoda, kai bendraujama su ten gyvenančiomis šventomis asmenybėmis. Deja, jau mažai kas prisimena, kad pagrindinis kelionių į šias vietas tikslas – gauti dvasinius nurodymus.

Gaudija sampradajos vaišnavams Majapuras ir Vrindavanas yra dvi svarbiausios vietos visoje visatoje. Čia apsireiškė Viešpats Čaitanja ir Viešpats Krišna, ir čia Jie atliko Savo žaidimus. Ten yra puikios ISKCON'o šventyklos su įvairiais patogumais svečiams ir *bhaktoms*. Jose aukštos kvalifikacijos *bhaktos* gali prakonsultuoti norinčius bet kokiais dvasinio pobūdžio klausimais.

Tirupati, Puri, Prajaga, Kurukšetra, Guruvajuras ir Pandrapura – tai irgi šventos vietos, kur ISKCON'as turi savo centrus.

Šventraščiai pažymi, kad bet kuri vieta, kur tik yra instaliuota Višnu Dievybė ir ypač ten, kur *bhaktos* tarnauja Viešpačiui be jokių asmeninių paskatų, laikoma šventa. Taigi, visi ISKCON'o centrai, kur jie bebūtų, yra tokios vietos, kur galima gauti Krišnos ir Jo *bhaktų daršaną* ir palaiminimus, o taip pat ir tarnystę. Daugelis ISKCON'o centrų sistemingai ruošia seminarus, kursus bei mokymo programas. Detaliau apie tai galite sužinoti artimiausioje šventyklėje.

VIDINĖ BHAKTO NUOSTATA

„Pamokymų nektaro“ įžangoje yra svarbūs Šrylos Prabhupados žodžiai: „Pažanga Krišnos sąmonėje labai priklauso nuo *bhaktos* pozicijos.“ Tai dėkinga tema, bet naujokams, ir ne tik jiems, reikšmingi du dalykai: nuolankumas ir noras tarnauti.

Šryla Prabhupada rašo: „Sėkmingai praktikuoti *bhakti-jogą* gali tik tas, kuris išugdė savyje nuolankumą ir paklusnumą“ („Śri Čaitanya-čaritamrita, Adilila“ 7.148). Vienas iš žinomiausių Viešpaties Čaitanos nurodymų skelbia, kad vaišnavas turi jaustis žemesniu už šiaudą, besimėtantį gatvėje. Žinoma, išsiugdę tokį nuolankumą nepaprastai sunku, ir vis tik, jeigu mes norim tapti *bhaktomis*, reikia jį ugdyti.

Dažnai *bhaktos* neofitai per neišmanymą pradeda didžiutis tuo, kas jiems atrodo esąs didelis dvasinis pasiekimas. Vieni pučiasi dėl savo pasaulietinio išsilavinimo, kiti – kad moka gražiai dainuoti *bhadžanus* ar mušti *mridangą*, kad išmoko kelias *ślokas* ar kad gimė *brahmanų* šeimoje. Tačiau toks išdidumas rodo tik žemą dvasinį lygį. To, kuris nuoširdžiai nori atsiduoti Krišnai, širdyje neturi būti jokio puikavimosi.

Dar vienas stabdis pradedantiems praktikuoti Krišnos sąmonę yra nenoras tarnauti. Mes praradom šį norą neatmenamais laikais, kai veikiami materialios iliuzijos tapom sąlygotomis būtybėmis. Krišnos sąmonės proceso esmė – pažadinti mumyse glūdintį norą tarnauti Krišnai. Krišnos sąmonė reiškia tarnystę, transcendentinę meilės tarnystę Krišnai, *guru*, *vaišnavams*, šventoms *dhamoms*, šventam vardui. Atsiminkite, kad kartodami Harė Krišna *maha-mantrą*, mes meldžiame Viešpatį ir Jo vidinę energiją leisti Jiems tarnauti.

Mes visada turime stengtis pasitarnauti Viešpačiui ir Jo *bhaktoms*. Bet kokia tarnyba Krišnai yra dvasinė – ar šventyklos tvarkymas, ar daržovių, skirtų Viešpačiui, valymas, ar vadovavimas šventyklai, ar pamokslavimas. Tokia tarnystė apvalo mus nuo materialios bjaurasties, todėl mes turim atlikti ją sąžiningai, įdėdami kuo daugiau pastangų. Toks požiūris į atsidavimo tarnystę padės greitai progresuoti Krišnos sąmonėje. O tingulys ir nenoras stabdys šį procesą.

Krišnos sąmonės judėjimas skirtas ne tam, kad mes galėtume pasigerinti savo materialią padėtį, sustiprinti savo prestižą ar susikurti nerūpestingą gyvenimą. Mūsų tikslas – tapti tyrai atsidavusiais Krišnai ir nesavanaudiškai Jam tarnauti. Tik turėdami gilų Krišnos sąmonės filosofinį supratimą, mes greitai pasieksim tokį tikslą. Toks supratimas įgaunamas reguliariai studijuojant Šrylos Prabhupados knygas ir labai rimtai užsiimant atsidavimo tarnyste, visada išliekant nuolankiam ir pasiruošusiam tarnauti.

KAIP SAVO NAMUOSE SUKURTI DVASINĘ ATMOSFERĄ

Sanskrite vedusį žmogų apibūdina du žodžiai: *grihasta* ir *grihamedhi*. *Grihasta* gyvena su žmona ir vaikais, ir jo gyvenimo tikslas – dvasinis tobulėjimas. Jo namai – tai *grihasta ašramas*, tai yra, vieta, kur užsiimama dvasine praktika. O *grihamedhi* irgi gyvena su žmona ir vaikais, bet jis yra materialistas.

Visi *grihastos* šeimos nariai laiko save Krišnos tarnais ir savo darbų rezultatus skiria Jam. *Grihasta* supranta, kad pastogė, po kuria jis glaudžiasi, priklauso ne jam, o Krišnai, ir kad jo pareiga – tarnauti Viešpačiui. Todėl viską, ką *grihasta* turi – pinigus, maistą ir t. t. – jis naudoja Krišnos tarnystei.

Sukurti namuose atsidavimo tarnystės atmosferą jums padės Dievybių garbinimas. *Grihastoms* tai ypač rekomenduojama, nes priešingu atveju yra pavojus įsitraukti į savo pojūčių tenkinimą. Bet jeigu jūs pasikabinsite Krišnos paveikslą kur nors kampe, o visą plotą naudosite savo asmeniniams reikalams, tai nieko gero iš to nebus.

Norėdami sudvasinti namų atmosferą, papuoškite sienas Krišnos ir Jo tyrų *bhaktų* paveikslais. Pusedievių atvaizdus laikyti namuose nerekomenduojama. O jau visokių impersonalistų, apsišaukėlių, kino žvaigždžių, sportininkų, politikų portretams *bhaktų* namuose iš viso neturi būti vietos.

Namų atmosfera taps labai dvasinga, jeigu jūs nusipirksite visas Šrylos Prabhupados knygas. Jos yra literatūrinė Dievo inkarnacija, ir jas galima garbinti kaip Dievybes.

Jeigu nenorite, kad jūsų televizorius būtų kliūtis dvasiniame gyvenime, naudokite jį videofilmų apie Krišnos sąmonę peržiūrai. Televizorių visai teisingai vadina dėže idiotams. Jis pražūtingai veikia sąmonę. Moksliniais tyrimais nustatyta, kad žmonėms, perdaug žiūrintiems televizorių (netgi rimtas programas), sulėtėja protinis ir emocinis vystimasis. Be to, televizija propaguoja seksą ir prievartą, skiepija žiūrovams bedieviškumą, amoralumą ir materializmą. Tokiu būdu, ji naikina vertybes, kuriomis remiasi šeima. Tai labai neigiamai atsiliepia vaikų auklėjimui ir jų elgesiui. Žiūrėdamas televizorių, vaikas sužino, kaip gera valgyti mėsą, gerti spiritinius gėrimus, rūkyti ir užsiimti neleistinai lytiniais santykiais. Būtent televizija suvaidino pagrindinę rolę Vakaruose griauinant pagrindus, ant kurių laikosi šeima, o dabar tai jau vyksta Indijoje ir kitose šalyse. Šeimyninis gyvenimas, kurio centre – televizorius, negali būti sėkmingas. Ten nebus jokio dvasinio tobulėjimo. Jeigu jūs norite deramai garbinti Krišną namuose, atsisakykite televizoriaus. Galimas daiktas, vaikams tai nepatiks, bet tai padarysite būtent jų gerovei. Tegu visa šeima užsiima Viešpaties garbinimu ir kita veikla Krišnos sąmonėje, ir jūs pamatysite, kaip greitai jie užmirš televizorių.

Jeigu jūs mėgote šiuolaikinius muzikinius ritmus, įsigykite kasečių su vaisnaviškais *bhadžanais*.

Tėvų pareiga – nuo mažų dienų auklėti vaikus Krišnos sąmonėje. Ypatinga atsakomybė tenka tėvui – jis yra savo žmonos ir vaikų mokytojas.

SANTYKIAI SU ARTIMAIS ŽMONĖMIS

Būna, kad žmogui pradėjus praktikuoti Krišnos sąmonę, kiti jo šeimos nariai taip pat tampa *bhaktomis*. Šiuo atžvilgiu tai pati geriausia šeimyninė situacija.

Bet būna ir keblesnių atvejų, kai šeimynykščiai nieku gyvu nesutinka keisti savo gyvenseną. Kartais prie jų prisijungia draugai ir kaimynai, kurie pradėjusį praktikuoti *bhaktą* laiko kvanktelėjusiu ir griebiasi tam tikro pobūdžio prievartos jo atžvilgiu, kaltindami jį nedėkingumu ir atsakomybės jausmo trūkumu.

Bet nėra nieko naujo po šia saule. Jau prieš daugybę metų didi *bhaktą* Prahlada žiauriai persekiojo jo tikras tėvas, Hiranjakašipu. Vienintelė tokio nedoro elgesio priežastis buvo ta, kad jo sūnus nenorėjo išsižadėti *višnu-bhakti*.

Tie, kurie pajuto nors ir nedidelį potraukį Krišnos sąmonei, prisimena Prahladą ir niekada neišsižada šios dvasinės praktikos. *Bhakta* gali nesugebėti įtikinti savo artimuosius priimti Krišnos sąmonę, bet jie irgi neprikalbins jo atsisakyti pasirinkto kelio.

Visada reikia atsiminti, kokia yra tikroji realybė. Santykiai su draugais, šalimi, šeima ir kt. yra laikini. Tai galima palyginti su šakelėmis, plūduriuojančiomis upėje. Nešamos srovės, jos tai susiburia, tai pasklinda į visas puses, kad po kurio laiko vėl susijungtų į naujus derinius. Panašiai ir mes, nešami laiko upės, vieną kūną keičiam kitu. Kitas pavyzdys – viešbučio gyventojai. Jie susitinka, kalbasi, tačiau šiuose santykiuose nėra gilesnio prisirišimo, nes visiems aišku, kad neužilgo jų keliai išsiskirs.

Materialistiniame gyvenime žmonių tarpusavio prisirišimai yra normalus ir svarbus dalykas, o šeimyninis gyvenimas yra kertinis materialios egzistencijos akmuo („*Śrīmad bhagavatam*“, 5.5.8). Tačiau *bhaktos* gerai supranta, kas iš tikrųjų yra tokie prisirišimai – tai *maja*.

Sventraščiai sako, kad tas, kuris visiškai atsiduoda Krišnai, jau nebeturi jokių pareigų šeimai ar visuomenei. Tai aiškiai pasakyta „*Śrīmad bhagavatam*“, 11.5.41:

*devarṣi-bhūtapta-nrinam pitrinam
na kinkaro nāyam rini cā rajan
sarvatmana yah śaranam śaranyam
gato mukundam parihṛitya kartam*

“Tas, kuris gavo dovanojančio išsivadavimą Mukundos lotosinių pėdų prieglobstį ir nenukrypstamai eina šiuo keliu, jau nebeturi jokių pareigų pusdieviams, išminčiams, šeimos nariams, protėviams, žmonijai ir aplamai visoms gyvoms būtybėms.”

Geriausias būdas pasitarnauti savo šeimai – tai atsiduoti lotosinėms Krišnos pėdoms, nes Krišna daugeliui tyro bhakto šeimos kartų dovanoja išsivadavimą („*Śrīmad bhagavatam*“, 7.10.18).

Reikia priimti viską, kas palanku Krišnos sąmonės vystymui ir atmesti tai, kas trukdo eiti šiuo keliu. Bet tai, kas padeda vieniems bhaktams, gali netikti kitiems.

Jeigu namuose nelabai tinkamos sąlygos praktikuoti Krišnos sąmonę, pamėginkite įkvėpti šeimos narius užsiimti atsidavimo tarnyste. Blogiausiu atveju siekite, kad jie būtų pagarbūs ir tolerantiški jūsų *krišna-bhakti* praktikai.

Tiems, kurie rimtai praktikuoja Krišnos sąmonę, bet priversti gyventi kartu su materialistais, belieka rekomenduoti stengtis kiek įmanoma išsaugoti gerus tarpusavio santykius, žinoma, atmetant bet kokius kompromisus, kurie kenktų atsidavimo tarnystei. Šeimos nariai dažnai būna normalūs ir dori žmonės, bet nereikia labai tikėtis, kad jie suvoks išskirtinę Krišnos sąmonės svarbą. Gana dažnai atsitinka taip, kad *bhakta*, apsiginklavęs kantrybe ir

atklumui, savo abejingus ar net priešiškus giminaičius atveda prie lotosinių Krišnos pėdų.

Jeigu, nepaisant visų pastangų, šeimyna išlieka priešiška Krišnos sąmonei, reikia kreiptis į senus *bhaktus* ir su jais apsvarstyti galimybę pasitraukti iš namų. "Netgi jei žmogus, kurio svarbiausias tikslas yra Krišnos sąmonė, pateko į šeimyninio gyvenimo žabangas, jis visada turi būti pasiruošęs atsižadėti namų šilumos ir kitų šeimyninio gyvenimo malonumų." („Śrīmad bhāgavatam“, 3.23.49, kom.).

Žmogui, turinčiam žmoną ir vaikus, nerekomenduojama bėgti iš namų. Bet tie, kurie jau persiritę per penkiasdešimt, ar, atvirkščiai, yra jauni ir dar nevedę, gali rimtai pasvarstyti galimybę gyventi šventykloje, kur jie galėtų praktikuoti atsidavimo tarnystę 24 valandas per parą. Jiems nėra jokio reikalo gyventi namuose kaip eiliniams pasauliečiams. "Vėdos nurodo, kad vyras, sulaukęs penkiasdešimties metų, turi būti pasiruošęs palikti šeimą." („Śrīmad bhāgavatam“, 3.24.35, kom.).

Aišku viena: jokios aplinkybės neturi mus priversti atsakyti tokio vertingo atradimo, kaip Krišnos sąmonė. Krišna ypatingai rūpinasi tais, kurie Jam tarnauja net ir sunkiomis sąlygomis.

Mes turime būti kupini ryžto išlikti Krišnos sąmonėje, net jeigu mūsų nesupranta artimieji ir draugai. Net jeigu visas pasaulis prieš mus, mes nepatirsim praradimų kartėlio nei baimės, nes mūsų pusėje – Krišna.

VYRŲ IR MOTERŲ BENDRAVIMO APRIBOJIMAS

*Pumsah striya mithuni-bhavam etam
Tayor mitho hridaya-granthim athuh
Ato griha-kṣetra-sutapta-vitair
Janasya moho 'yam aham mameti*

„Materiali egzistencija remiasi abipuse vyriško ir moteriško pradų trauka. Šis iliuzinis potraukis vyrų ir moterų širdis suriša į kietą mazgą, per jį atsiranda prisirišimas prie savo kūno, namų, turto, vaikų, giminaičių ir pinigų. Taip žmogus patenka į iliuzinių sąvokų „aš, mano“ valdžią.“ („Śrīmad bhāgavatam“, 5.5.8).

Mūsų laikais vyrai ir moterys turi neribotas galimybes kuo laisviausiai tarpusavyje bendrauti. Tačiau praeityje valstybės, turėjusios išvystytą tradicinę kultūrą, labai reglamentavo lyčių bendravimą. Priežastis aiški ir ežiui – be tokio apribojimo neįmanoma palaikyti moralines normas visuomenėje. Todėl Krišnos *bhaktos* taip pat turėtų laikytis šio principo – vyrai ir moterys, praktikuojantys Krišnos sąmonę, neturi laisvai bendrauti tarpusavyje.

Vėdinės kultūros normos laisvą bendravimą su moterimis draudžia ne tik *brahmačariams* ir *sanjasiams*, bet ir vedusiems vyrams. Žinoma, situoktiniai turi bendrauti, bet tik tam, kad padėtų vienas kitam tobulėti Krišnos sąmonėje. Kitoks

bendravimas gali tapti jų abiejų nuopolio priežastimi. Apie tai galite pasiskaityti knygoje „Brahmačarja Krišnos sąmonėje“.

Vyro ir moters santuoka tampa šventa, kai jų intymūs santykiai skirti vienam tikslui – pradėti vaikus Krišnos sąmonėje. Šryla Prabhupada visiems savo mokiniamis *grihasthoms* patarė prieš lytinius santykius pakartoti ne mažiau kaip penkiasdešimt ratų *maha-mantras*, taip apvalyti savo protą ir tik tada pradėti vaiką Dievo sąmonėje. Nuo tėvų sąmonės pradėjimo metu priklauso, kokia siela įeis į moters įsčias. Jeigu tėvai, pradėdami vaiką, bus Krišnos sąmonėje, vaikai taip pat bus atsidavę Krišnai.

Šis laikmetis nerimastingas, daug visokių problemų, todėl sutuoktiniams dažnai būna sunku palaikyti šeimoje ramią ir taikingą atmosferą. Bet jeigu šeimos pagrindas – gyvenimas Krišnos sąmonėje, o ne juslių tenkinimas, tada sutuoktinių bendrabūvis tampa neužterštas ir laimingas.

Šeimyninio gyvenimo Krišnos sąmonėje tema tokia plati, kad šioje nedidelėje knygoje tiesiog nėra galimybės nuodugnai ją išnagrinėti. Todėl tiems, kurie nori sudvasinti savo šeimyninį gyvenimą, geriau kreiptis patarimo į vyresnį *bhaktą grihasthą*.

TAPKITE ISKCON'O NARIU

Yra daug organizacijų, kurių narius jungia bendri interesai. Jie bendromis jėgomis siekia savų tikslų. Vienijasi biznieriai, vienijasi darbininkai. Taip ir Tarptautinė Krišnos sąmonės bendrija jungia tuos, kurie nori suvokti Aukščiausią Dievo Asmenį, Krišną.

ISKCON'e yra keletas narystės rūšių. Tie, kurie nori visiškai pasišvęsti atsidavimo tarnystei, gyvena šventyklose ir griežtai laikosi dvasinio gyvenimo principų. Jie tarnauja Krišnai, neprašydami jokio atlyginimo. Žinoma, jie aprūpinti viskuo, kas būtina: maistu, drabužiais. Krišnos sąmonei reikalingi tūkstančiai pasekėjų, ypač jaunimo, kurie, būdami tinkamai paruošti, galėtų propaguoti Krišnos sąmonę kitiems. Šventyklose *bhaktos* mokomi įvairių disciplinų: atlikti *pudžą*, dainuoti *bhadžanus*, vadovauti *kirtanams*, kartoti *mantras*. Jie studijuoja filosofiją ir kulinariją, ugdo savyje savarankiškumą ir dvasines savybes: norą tarnauti, atsidavimą ir paklusnumą. Jeigu jūs norite pilnai pasišvęsti Krišnos tarnystei, kreipkitės į artimiausią šventyklą.

Jeigu jūs išlaikote šeimą ir todėl negalite visiškai atsidėti Krišnos tarnystei, praktikuokite Krišnos sąmonę namuose. Netgi tokiu atveju jūs galite pasiekti dvasinį tobulumą, vadovaudamiesi šios knygos nurodymais.

Turtingi žmonės gali tapti ISKCON'o rėmėjais. Šiam tikslui jie turi paaukoti tam tikrą sumą.

Kas dar nepasiruošęs prisijungti prie ISKCON'o vienu iš aukščiau nurodytų būdų, gali kasdien kartoti *maha-mantrą*:

*Haré Krišna, Haré Krišna, Krišna Krišna, Haré Haré,
Haré Rama, Haré Rama, Rama Rama, Haré Haré.*

KALBA ŠRYLA PRABHUPADA

Gimti Indijoje – didelė sėkmė

“Nors gyvenimas *Bharata-varšoje* ir trumpas, bet jis pranašesnis už gyvenimą Brahmalokoje, trunkantį milijardus metų, nes iš ten vistiek reikės sugrįžti į gimimų ir mirčių ratą. Tie, kurie gyvena *Bharata-varšoje*, žemutinėje planetų sistemoje, net ir per tokį neilgą gyvenimą gali pakilti iki Vaikunthalokos, kur nėra kančių nei besikartojančių gimimų materialiaame kūne. Jiems tereikia visiškai atsiduoti lotosinėms Viešpaties pėdoms.”

Taip sako ir Viešpats Čaitanja Mahaprabhu:

*Bharata-bhumite haila manusya-janma yara
Janma sarthaka kari' kara para-upakara*

Žmogus, gimęs *Bharata-varšoje*, turi nepaprastą galimybę susipažinti su nurodymais, kuriuos Viešpats duoda „Bhagavadgytoje“, ir galutinai apsispręsti, ką jam daryti žmogiškoje gyvybės formoje. Jam reikėtų atsisakyti visų savo planų ir atsiduoti Krišnai. Viešpats nedelsiant suteiks jam prieglobstį ir anuliuos jo buvusio nuodėmingo gyvenimo pasekmes, *aham tvam sarva-papebhyo mokšayiśyami ma śučah*. Taigi reikia priimti Krišnos sąmonę, kaip rekomenduoja Pats Krišna. *Man-mana bhava mad-bhakto mad-yajī mam namaskuru*: “Visada galvok apie Mane, tapk Mano *bhakta*, garbink Mane ir reikšk Man savo pagarbą.” Tai taip paprasta, net ir vaikas gali tai daryti. Kodėl gi nepasukti šiuo keliu? Tiksliai laikytis Krišnos nurodymų ir tapti vertu Dievo karalystės, *tyaktva deham punar janma naiti mam eti so 'rjuna*. Eiti tiesiai pas Krišną ir tarnauti Jam. Tokia yra *Bharata-varšos* gyventojų privilegija.

Sėkmės dvasiniame gyvenime paslaptis

Bhakti-jogos metodas – ir labai sudėtingas, ir labai paprastas. Nuoširdžiam, paprastam žmogui atsidavimo tarnystė – lengva ir prieinama. Neryžtingam ir nenuoširdžiam šis procesas kupinas sunkumų.

Atsidavimo tarnystė gali būti sėkminga kiekvienam žmogui, jei tik jis neveidmainiauja. *Bhakta* turi būti sąžiningas ir atviras. Žema socialinė padėtis nekliudo atsidavimo tarnystei. Vienintelės būtinos sąlygos – nuoširdumas, sąžiningumas ir neabejojimas pasirinkto kelio teisingumu. Turėdami šias savybes ir vykdydami savo nurodytas pareigas, mes, vedami dvasinio mokytojo, būtinai pasieksime aukščiausių gyvenimo tikslą. Viešpats asmeniškai tai patvirtina, sakydamas: *stryio vaiśyas tatha śudras te 'pi yanti param gatim* – „O Prithos sūnau, tie, kurie atranda prieglobstį Manyje, tegu jie ir žemos kilmės žmonės – moterys, *vaiśjos* ar *śūdros*, pasiekia aukščiausių tikslą“ („Bhagavadgyta“ 9.32).

Taigi nepraraskite entuziazmo, būkite įsitikinę sėkme, laikykitės reguliuojančių principų, būkite sąžiningi bei atviri, visada bendraukite su *bhaktomis*, būkite kantrūs, nenusiminkite, ir Krišna būtinai jums padės.

