



# НАМА-ХАТТА БЮЛЕТИН

Международно общество  
за Кришна-съзнание – София, Надежда

Ачария-основател Шри Шримад А. Ч. Бхактиведанта Свами Прабхупада  
П.К. 5; София 1220; тел. 02 / 836 27 48, 089 / 78130 71  
e-mail: iskcon@harekrishnabg.com; www.harekrishnabg.com

Нама-Хатта бюлетин, година VIII, брой 4, април 2008

ХАРЕ КРИШНА ХАРЕ КРИШНА КРИШНА КРИШНА ХАРЕ ХАРЕ  
ХАРЕ РАМА ХАРЕ РАМА РАМА РАМА ХАРЕ ХАРЕ

## Скъпи приятели,

Наскоро получих едно много впечатляващо електронно писмо от моята приятелка бхн. Оливия, ученичка на Шрила Радханатх Свами. Надявам се, то да ви бъде от полза и затова искам да го споделя с вас:



*“...По един или друг начин, това се е случило.*

*Няма какво да направите, за да го промените, нито аз мога да направя каквото и да било, за да го променя. Случилото се, вече се е случило.*

*Нямате избор за това, което вече се е случило, но имате избор за това, как да реагирате. Ако гледате на него, като на нещо негативно, просто ще страдате и ще карате всички около вас също да страдат, както правите днес.*

*Но, ако търсите позитивна възможност, ще намерите надежда и смисъл. Ще се доближите до Бога и ще откриете щастие в тази ситуация. Това е вашият избор. Това е възможност...*

*Така че, защо да не се обърнем към Бога искрено и да му благодарим за възможността? Можете да умрете днес или утре. Славният живот не е непременно дълъг. Славният живот е качествен...*

*По-добре един момент в пълно съзнание за Бога, отколкото дълъг, дълъг живот на забрава. Така че, защо не се обърнете към Бога искрено? Ако не сте гладна, не можете да се храните. Сега сте гладна, вие гладувате. Нахранете се с милост...*

*Богът не се различава от името Си. Възпявайте името Му! Така ще бъдете в най-добрата позиция, възпявайки имената на Бога и получавайки милостта Му. Вие ще бъдете най-щастливата от всички тук, ако просто направите правилния избор...”*

Това са думи на Негова Святост Радханатх Свами в отговор на една дама на летището, която крещяла на служителите, заради закъснението на полета ѝ. Махарадж ѝ разкрил защо всичко това ѝ се случва. Тя казала на Шрила Радханатх Свами, че е изгубила цялото си семейство, къщата си и всичките си притежания; че са ѝ открили рак, развил се в последна фаза, а този полет бил единствената ѝ надежда за лечение.

По нейна молба, Махарадж написал Харе Кришна Махамантрата на лист хартия. Тя непрекъснато възпявала по време на целия полет и накрая му казала (усмихната и сияеща):

*„...Много Ви благодаря! Никога не съм се чувствала толкова щастлива и спокойна през целия си живот. Няма значение дали ще живея или ще умра веднага. Аз имам тази мантра и чувствам, че съм близо до Бога. Чувствам Неговата благословия повече от когато и да било. Тази мантра промени живота ми! Благодаря Ви! Благодаря Ви! Вие ме спасихте!..”*



## Анкор Ват

От Чандраканти д.д.



Анкор Ват, намиращ се на територията на днешна Камбоджа, е най-големият храм на Бог Вишну на планетата, който потвърждава концепцията на ведическата литература за съществуването на Бхарата варша, Древноиндийската империя, простираща се далеч отвъд пределите на днешна Индия.

Монументалният храмов комплекс има същият огромен ефект върху днешните си посетители, както и във времето, когато бил изграден. Построяването на храма от гигантски монолитни блокове пясъчник, добивани в кариера на повече от 60 км., е трудно обяснимо



и до днес. Някои от постройките, които не са запазени, заради по-нетрайните материали, могат да бъдат видени само на запазените чертежи.

В центъра на храмовия комплекс се намирала огромна фигура (*мурти*) на Бог Вишну, която по-късно, заселилите се в храма будистки монаси преместили и заменили със статуя на Бог Буда.

Анкор Ват е уникален по своята красота и местоположение. Към него води внушителна петстотин метрова каменна алея, минаваща през джунглата. Входът е заобиколен от широк 180-метров ров, за който се казва, че някога е бил пълен с крокодили. Ровът свършва в стена с портал (*гопура*), водещ към центъра на комплекса, който се простира на 400 акра и е поддържал град с около 100 000 жители. *Гопурите* са разположени на различни ключови места, а някои от тях са достатъчно високи, за да премине слон с ездач. Те са пазени от красиви изображения на лъвове и различни райски създания.

Петте впечатляващи кули, представляват умалена схема на върховете на Меру, древната планина на полубоговете в центъра на ведическата вселена, заобиколена от система от океани. Най-високата от тях е повече от 40 м., а останалите четири са разположени около нея.

Чертежите на комплекса представляват сложна система от езера, виадукти, коридори, лабиринти, портали и кръгово разположени галерии, с най-големите каменни релефи открити досега в света, които се намират на различни терасовидни нива. Изграден според древната традиция на Васту и Силпа *шастра*, Анкор Ват е пример за съвършено строителство, оказващо благоприятно енергийно влияние върху цялата планета.

Да се достигне планината Меру, в центъра на комплекса, не е никак лесно. Храмовите стъпала са главозамайващо стръмни и ни карат да си представим усилията, които строителите са положили, за да създадат това мистично чудо на света.

Центърът, намиращ се на най-високото ниво, е бил достъпен само за висшите духовници (*брахмани*), царя и неговата свита (*кшатрии*). Другите членове на ведическото общество – търговците и производителите на различни блага (*вайшиите*) и работниците (*шудрите*), имали свои определени региони на пребиваване. Древният ведически град-храм е бил изграден по специалните изисквания на писанията (*шастра*), за да бъде подходящ за богоцентричната обществена система *дайви-варнашрама*.

Надписите, украсяващи стените на галериите в храмовия комплекс са

изписани на санскрит – древният език на полубоговете (*дева нагари*). Те са заобиколени от изящни релефи, представляващи близо 2 000 прекрасни изображения на Бог Вишну, Шива, другите полубогове, различни ведически райски създания, *апсари* и красиви лотоси.

Древният майстор е създал впечатляващи лица, ефирни облекла, натежали от бижута китки и глезени. И до ден днешен, местната традиция напомня описаните във ведическата литература танци и костюмите на райските танцьорки (*апсари*), а Ангкор Ват е избран за символ на Камбоджа, намиращ се на националния флаг на страната. Източната галерия на комплекса представлява изключително красив релеф, изобразяващ разбиването на млечния океан, сцена от ведическата космология. На него гигантската змия Васуки обвива планината Меру, а полубоговете и демоните, използвайки за опора тялото на Бог Курма (инкарнация на Бог Вишну, като гигантска космическа костенурка), получават от океана напитката на безсмъртието (*амрита*). Самият Бог Вишну се намира в центъра и контролира цялото събитие, а Индра и другите полубогове са разположени около него. В северозападната част е изобразена внушителната битка за

Ланка, описана в поемата Рамаяна. На релефа може да бъде видян Бог Рамачандра, побеждаващ многоглавия демон Равана, подпомогнат от Своя най-близък предан Хануман и неговата армия от маймуни. Рама построил каменен мост над океана и така спасил похитената Си съпруга Сита. Западната галерия пресъздава грандиозната битка при Курукшетра, описана в Бхагавад-гита, част от Махабхарата. В нея Бог Кришна е изобразен като колесничар на Арджуна, един от петимата братя Пандави (велики войни, много близки на Бога), намиращ се в центъра на бойното поле, заобиколен от огромните враждуващи армии. В останалите галерии могат да бъдат видени изящни релефи със сцени от живота на Бог Кришна в Матхура и Вриндавана. На тях Той убива различни демони и се забавлява с пастирите и пастирките по бреговете на река Ямуна.

С времето, много от прекрасните скулптури били повредени или унищожени, а други – изнесени от иманяри, търсеци чудеса и съкровища. Това обаче, не намалило божествената красота на грандиозния и внушителен град-храм Ангкор Ват, символ на вечното време. Той остава загадъчно послание към бъдещите поколения и врата към един древен и много по-велик от самия него свят.



## ВСИЧКО ЗАВИСИ ОТ ИСКРЕННОСТТА

*Шрила Даса А. Ч. Бхактивайбхава Свами отговаря на въпроси за отношенията между духовния учител и ученика (продължение)*

**Как можем да  
различим  
сантименталността  
от  
любовта?**

**Сантиментът основа ли е за развитието на любовта?**

„Да, в началото трябва да има някакво привличане. Като обусловени души, ние не можем чисто да се привлечем към духовния учител и Кришна. Това е невъзможно. Нашето привличане е обусловено и това означава сантимент. Привлечени сме с нашите сетива и ум. Сантиментално означава: санти (сетива) и ментал (ум). Сантиментално привличане. Чувстваме привличане чрез сетивата и ума.

Това е началото на любовта в преданост. Постепенно, сетивата и умът могат да бъдат пречистени.

Тогава нашата естествена любов към Кришна, намираща се в сърцето, се събужда. Любовта към Кришна се намира вечно в сърцето. Това не е нещо, което трябва да дойде отвън, то е вече там. Чрез пречистване на сетивата и ума, нашата любов се проявява все повече и повече.”

***Полубоговете са предани на Бога, но се страхуват от Него (например, когато той проявява Своята Угра Нрисимха форма). Това същият страх ли е, който ученикът има към духовния учител въпреки, че го обича?***

“Това е интересен въпрос. Зависи. Ученикът може просто да се страхува да не направи някоя грешка. Това е много просто и естествено. Не само в отношенията с духовния учител, можете да намерите този принцип



навсякъде. Когато има някакъв авторитет, някой висшестоящ, вие сте малко несигурни в отношенията си с него (какво да е поведението ви, как да действате). Когато служите на духовния учител, вие си представяте: „Може би ще се подхлъзна и този поднос с *прасадам* ще се изсипе навсякъде по дрехите на духовния учител...“ Вие, дори не искате и да помисляте за тези ужасни неща, които биха могли да се случат. Тогава влизате в стаята на духовния си учител с подноса и просто треперите: „Надявам се, че няма да се подхлъзна, молихте се на Кришна – Кришна, моля Те, нека не се подхлъзна...“ И защото сте толкова концентрирани върху подхлъзването, то ще се случи. Кришна ще изпълни желанието ви и нещо глупаво ще се случи. В един момент, някой предан ще влети в стаята с важно съобщение, ще ви блъсне и подноса ще се разхвърчи по целия килим. Супата с турмерик веднага ще попие. Заради това ли се страхувате? Може би се страхувате да не направите някоя глупава грешка. Това е естествено.

Ако някой е по-напреднал, той започва да разбира, че духовният учител е представител на Кришна, в определен смисъл дори не се различава от Него. „Начинът, по който се отнасям към духовния си учител, е начинът, по който се отнасям към Кришна.“ В този смисъл, ученикът може много да се страхува: „Ако извърша някое оскърбление, това означава, че оскърбявам лично Бог Кришна.“ Така, този страх може да съществува и това е добре, докато някой служи на

духовния учител отдалече. Не е лошо да се чувствате така, защото:

“Фамилиарността поражда неуважение.” Ако усещате, че сте прекалено фамилиарни с духовния учител, това никога не е добре. Ученикът трябва винаги да пази здравословна дистанция от своя духовен учител, за да поддържа респекта си. Никога не трябва да идва прекалено близко. Този сентимент не е лош, но ако ученикът трябва да извърши някакво лично служене към духовния учител, той трябва да жертва

това чувство по някакъв начин, да се освободи от него. Иначе, той няма да може да извърши служенето си правилно. Този вид страх не е желан в личното служене за духовния учител. Той е препятствие и смущава. Ученикът трябва да е така решителен, че просто да изхвърли това чувство. Както в примера с Дхарука, слугата на Бог Кришна. Той веел на Бог Кришна с ветрило от паунови пера и изведнъж бил залян от осемте вида екстаз: треперене на гласа, изсъхване на гърлото... Дхарука бил толкова напреднал, че просто отхвърлил всички тези симптоми на екстаз. Той не искал да има нищо общо с тях. Игнорирал ги и продължил със служенето си. Ако това се беше случило на някой младши предан, той щеше да се валя по пода и да се наслаждава до последно на всички тези симптоми: „Най-накрая, нещо се случва! Цял живот съм чакал този миг, когато космите по тялото ми ще настърхнат.“ По този начин, той би искал да се възползва от екстатичните симптоми до последния момент на тяхното проявяване. Но по-напредналият предан няма такъв интерес, защото знае: „Ако се търкалям по корем на пода, как ще мога да служа на Кришна? Какво ще си помисли Той? Топло е, Кришна иска да бъде разхладен, а аз да се въргалям по корем. Това е несъвместимо.“ Затова той няма такъв интерес. Същото е и ако искам да служа на духовния учител, а ръцете ми треперят. Как ще му служа? Представете си – духаният учител пита: „Колко е часът?“ а вие отговаряте: „Ух, ух, ах...“ Как това ще му помогне? Той задава прост въпрос, иска информация,

а вие: „а-а-а...” Не. Вие трябва да отхвърлите това, заради служенето на духовния учител. Кришна ще помогне, не трябва да се страхувате. Също така, не можете да направите това изкуствено. Някои хора се опитват да го направят изкуствено и да бъдат супер „куул”, така ли е? Те влизат в стаята напълно „куул”, релаксирани и тогава БУМ! Падат върху масата. Изкуствено не можете да го направите.



Ако някой е искрен, той мисли: „Какво е това треперене на ръцете? Да, духовният учител не се различава от Кришна, той е представител на Нрисимхадева – всички тези аспекти присъстват – но той също е и моят духовен баща, мой приятел.” Но това никога не е на преден план – разбира се, духовният учител е най-големият приятел, но това не е правилното взаимоотношение. Защото „приятел” означава фамилиарност. Това не е добре за ученика. Разбира се, духовният учител е приятел, но никой не бива да мисли през цялото време: „Духовният учител е мой приятел.” Като го видите сутрин, да го потупате по рамото: „Как вървят нещата? Всичко наред

ли е?” „Да, добре съм.” „ОК, Харе Кришна.” Това не е правилното взаимоотношение. Той е духовен учител. Гурувинаги е господарят, а аз съм слугата – това е правилното отношение. Разбира се, той със сигурност е и приятел. Понякога той разкрива също и това. Тогава ученикът може да почувства колко прекрасен приятел е духовният учител. Понякога гуру може да демонстрира и това.

Така че, духовният учител помага, той знае как да даде възможност на ученика и да го предпази от тези чувства. Той му помага да преодолее ненужния страх, така че ученикът да продължи правилно да извършва служенето си към него.“



## НАШИТЕ КУЛИНАРНИ СЪВЕТИ

### Ечемичен хляб

**Продукти:** 2 ч.л. суха мая, 2 чаши топла вода, 2 с.л. захар, 2 чаши ечемично брашно, 2 чаши пълнозърнесто пшенично брашно, 2 чаши бяло брашно, 2 с.л. зехтин, 2 ч.л. сол

**Начин на приготвяне:** Поставете в дълбока купа маята и залейте с топла вода. Добавете захарта, разбъркайте и оставете настрана докато маята започне да се пени. Смесете трите вида брашно и добавете половината от сместа към маята в дълбоката купа.

Разбивайте с дървена лъжица около 10 минути. Трябва да получите консистенция на гъста кал. Покрийте и оставете на страни за 1

час или докато тестото се надигне двойно.

Натиснете тестото надолу и внимателно добавяйте към него останалата част от брашното, зехтина и солта, като го сгъвате, докато започне да излиза от купата. Поставете тестото на леко набрашнена повърхност и месете 10 минути. Ако е необходимо, добавете още брашно. Поставете тестото в леко намаслена купа. Покрийте и оставете да се вдигне двойно. Отново размесете тестото и го оформете на 2 куполообразни хляба. Направете кръст с остър нож в центъра на куполите. Поставете хлябовете в намаслена тава и оставете настрана, докато тестото нарасне двойно или за 45 – 60 минути. Печете на 180 градуса С за около 50 минути.

Можете да сервираете заедно с Пав Бхаджи, като начупите хляба на парчета и го намажете с краве масло.