

27 апреля 2013 № 225

Дом Прабхупады

• Он построил дом, в котором может жить каждый! •

Газета Киевской общины Международного общества сознания Кришны

• Издаётся с 1997 года •



Фотоотчет с празднования Рама-навами



Ачарья-основатель Международного общества сознания Кришны
А.Ч. Бхактиведанта Свами Прабхупада

Над номером работали:

Мукунда-Мадхава д.,
Николай Куций,
Катерина Хусанова,
Анна Страхова,
Анна Снегур,
Катерина Сауд,
Анна Козельская,
Маргарита Морозова,
Юлия Бялонович,
Ачйутаприя д.д.

Номер напечатан на пожертвования Нрисимха Стамбхи д.

Тираж: 600 экз.,
1557 подписчиков электронной версии

Распространяется бесплатно.

Вы можете подписаться на эл. версию газеты, отправив письмо по адресу
dom.prabhupady@gmail.com
и указав Ваше имя и город.

Чтобы подписаться на электронную рассылку новостей киевской общины Международного общества сознания Кришны, отправьте письмо на адрес
newnavadvipa@gmail.com,
указав Ваше имя и город.

www.krishna.org.ua



Редакция газеты:

dom.prabhupady@gmail.com ✉
dom.prabhupady.livejournal.com

Нектар Прабхупады

«Наказание за гордыню»

Мое впечатление от личных встреч со Шрилой Прабхупадой таково: он относился ко мне так, как я относился к нему. Когда я проявлял смирение, он был очень милостив ко мне, когда же я начинал гордиться, Прабхупада крушил мою гордость.

При первой встрече с Прабхупадой в 1971 году в Калькутте я вошел в храм и сел. Он спросил, есть ли у меня вопросы, и я сказал: «А почему не буддизм?» Я был «умником».

Прабхупада ответил: «Во что верит буддист?»

Пытаясь вспомнить что-нибудь из университетского курса, я начал говорить что-то о восьмиступенчатом пути и четырехступенчатом, какие-то высказывания Будды, но уже был повержен, потому что не имел представления, о чем говорил Будда.

Следующая встреча с Прабхупадой была на Майапурском фестивале в 1972 году. После своей первой встречи с ним я начал повторять Маха-мантру и стал вегетарианцем. На сей раз я уже не был таким гордым. Мои мысли были сосредоточены на том, что он является совершенным духовным учителем. И хотя мое предание ему было лишь на теоретическом уровне, я обратился к нему со смирением, так, как об этом говорится в «Бхагавад-гите». В ответ на это естественным образом Прабхупада раскрывал мне Абсолютную истину. Все эти беседы опубликованы в книге «Совершенные вопросы, совершенные ответы». Прабхупада был очень-очень милостив ко мне. Однажды он даже сказал: «Ты - хороший парень».

Когда я вновь увидел Прабхупаду, то стал еще более почтительным. Когда я вошел к нему, он пил сок кокоса. Первое, что он сделал, - дал немного мне. Я вошел к нему в комнату, ощущая себя очень незначительным, и Прабхупада незамедлительно дал мне выпить свой сок. Это был маленький эпизод, но я был по-настоящему тронут.

Мне посчастливилось встретиться с Прабхупадой снова в 1973 году. В то время Прабхупада находился в Нью-Йорке, в бруклинском храме. Он шел из своих апартаментов в алтарную, а я стоял в коридоре, битком набитом преданными, ощущая свою незначительность. «Надеюсь, он даже не видит меня», - подумал я. Когда Прабхупада проходил мимо, мы все предложили поклоны. Я все время держал голову



опущенной, медленно произнося молитвы, чтобы быть уверенным, что к тому моменту, когда я встану, Прабхупада уже пройдет мимо. Но Прабхупада остановился и ждал. Не спеша я закончил молитву, выпрямился и прямо перед собой увидел Прабхупаду! «О, ты здесь!» - произнес он и крепко обнял меня.

Однако был и такой момент, когда Прабхупада сокрушил мое ложное эго. Он совершал прогулку в Денвере, и я присоединился к нему. Ядубара сказал: «Прабхупада, здесь этот сотрудник "Корпуса Мира". Он приехал снова увидеться с Вами». На этот раз я с гордостью подумал: «Прабхупада будет очень рад меня видеть». Но Прабхупада сказал только: «Угу». Это было все, что он сказал.

Однажды я встретился с Прабхупадой в его комнате в Новом Орлеане. Войдя, я скромно сел в конце комнаты. Мне не хотелось, чтобы Прабхупада видел меня. Комната была заполнена преданными, включая многих лидеров, так что я спрятался сзади. Но Прабхупада заметил меня и сказал: «Подойди сюда». Я придвинулся на полметра. «Нет, подойди сюда», - повторил он. Я подвинулся еще немного. Тогда Брахмананда Свами повернулся ко мне и сказал: «Подойди сюда!»

Нектар Прабхупады

И я тут же очутился прямо перед Прабхупадой, сидя у его стоп. Он хотел, чтобы я сидел там.

Когда я готовился к инициации, мною снова овладела гордость. Это было в 1976 году, и тогда я думал: «Теперь Прабхупада будет весьма доволен мною». Прабхупада не проводил церемонию посвящения лично, ему нездоровилось. Но он присутствовал, сидя на вьясасане, а после этого раздавал печенье. Я сидел недалеко от Прабхупады и смотрел прямо на него, думая: «Вот я здесь. Сейчас мне дадут посвящение. Прабхупада будет рад меня видеть». У меня на самом деле были такие мысли. Но когда я в очередной раз взглянул на Прабхупаду, он посмотрел сквозь меня. Это было самое ужасное чувство. Он даже не видел меня. Это было самое суровое наказание, какое только он мог назначить мне за мою гордость.

Так что я убежден, что Прабхупада относился ко мне так, как я к нему. Если я проявлял смирение, он был добр. Когда же я раздувался от гордости, он практически игнорировал меня.

Брахматиртха дас Адхикари

Из книги Сатсварупы даса Госвами «Нектар Прабхупады».



Матаджи Сати



10 апреля 2013 года оставила этот мир замечательная преданная, матаджи Сати, мама матаджи Индулекхи.

Она родилась 1 июля 1942 года, познакомилась с движением сознания Кришны в 1989 году, а в 1998 получила первое посвящение у Е.С. Ниранджаны Свами, через 4 года получила брахманическую инициацию. На протяжении 15 лет матаджи Сати занималась приготовлением сладостей для распространения в храме на Дмитриевской. Она очень любила посещать приветствие Божеств, лекции по Бхагаватам, воскресные программы, читать книги Прабхупады, строго следовала садхане. Последние годы в основном посвящала чтению и джапе.



Матаджи Чит Шакти:

Никак не могу до конца поверить, что матушка Сати ушла. Я знала ее много лет, наверное, больше двадцати. Нас связывали теплые, дружеские отношения. Прежде всего, меня в ней привлекали прямота, простота и правдивость, а также решительность и энтузиазм, с которым она шла по духовному пути.

Когда начала работать Киевская духовная академия, она сразу поступила в нее, несколько лет интенсивно училась и получила вторую инициацию. Насколько я помню, тогда ей было уже около 60 лет. А в этом возрасте заниматься любой деятельностью, как я теперь знаю на личном опыте, становится непросто.

Она любила готовить и несколько лет даже пекла для распространения в качестве прасада вкуснейшие кексы. Их нежный вкус и аромат я запомню на всю жизнь. Я думаю, так проявлялся вкус ее любви к преданным и Кришне. Матушка Сати всегда стремилась жить простой и чистой жизнью, лишенной излишних материальных удобств. Она всегда интересовалась, как служение идет, как здоровье, как дома дела. Помню, прошлым летом, когда она жила дома одна (родственники были в отъезде) я позвонила ей, чтобы узнать, не нужна ли ей какая-то помощь. После взаимных приветствий я услышала ее строгий вопрос: «Чит Шакти, почему Вас не видно на воскресных программах в храме?» – я сразу поняла, что ее духовное здоровье гораздо лучше моего...

Матушка Сати была очень привязана к общению с преданными и служению в храме. В последние годы, насколько я знаю, тело частенько доставляло ей беспокойства. Несмотря на это, узнав, что для Их Светлостей Шри-Шри Гаура-Нитай требуется служение, она стала готовить для Них. При этом она была очень пунктуальной и аккуратной. К тому моменту, когда пуджари приходили за подношением для Их Светлостей, обед всегда был полностью готов, а сама кухня аккуратно убрана.



Матаджи Сати

Вся ее жизнь была наполнена служением преданным, гуру и Шри Кришне. Теперь, когда я вхожу в алтарную, я представляю, что вновь увижу матушку Сати, сидящую на скамеечке, как всегда аккуратно одетую в сари, со спокойным лицом. Мне хочется обнять ее и попросить прощения за то, что я не всегда была внимательна к ней и мало проявляла те теплые чувства, которые испытывала к ней, а также поблагодарить за урок преданного служения, которым оказалась для меня ее жизнь.



Матаджи Према Рупа:

Сати была очень доброй. Она всегда старалась подмечать в человеке что-то хорошее. Бывало, она говорила мне: никто не относится к прасаду так, как ты.

Мы познакомились с ней ближе, когда я распространяла приготовленный ею прасад – кексы, рогастики, пирожные. Она готовила в храме на Дмитриевской вместе с Лилавати, бывало, что и по 12 часов в день, и мы с Кешави и Рамини его распространяли. Не было такого, чтобы я шла распространять приготовленный ею прасад, и у меня к концу дня что-то оставалось.

Охе, вайшнава!

Мне ее очень не хватает. Она была очень простым человеком и таким другом – как мать. Она очень любила своих детей и хотела, чтобы они всегда оставались преданными. Она воспитала очень хороших детей.



Матаджи Кешави:

Она изумительно готовила. Помню как Лилавати и Сати готовили много прасада в храме, а мы с корзиночками ходили по городу и распространяли. Мы тоже всегда пробовали этот прасад. Он был такой, что просто трудно было

остановиться...

Сати всегда была очень стойкой. А вечером в среду, 10 апреля, она отправилась в храм, с трудом дошла. В храме она почувствовала себя плохо и упала возле двери матаджи-ашрама. Тут же появилась матаджи Махамана и стала массировать ей грудь и руки. Вызвали «Скорую», которая увезла ее в бессознательном состоянии. В больнице Сати ненадолго пришла в себя и стала повторять Святое имя. А к 8 вечера с четками в руках она оставила тело.

Как сказал в лекции Ниранджана Махарадж, если человек преданно служил Господу, то Кришна мягко и бережно заберет его.

Ее жизнь и ее кончина – яркий пример жизни в сознании Кришны... Сати была вроде бы незаметной преданной, но лишь теперь мы (те, с кем она общалась) понимаем, насколько нам ее будет не хватать.

Беседовали Анна Козельская, Ачйутаприяд д.д.



Сита и Рама всегда в сердце Их преданного – Шри Ханумана!



Праздники и фестивали



Рама-навами 2013



Театральная постановка «Рамайана»



Харе Рама-киртан

Роль Шрилы Прабхупады для последующих поколений преданных



Шрила Прабхупада – наиболее выдающаяся личность нашего времени. На протяжении всей истории ИСККОН отношение к нему у преданных менялось. Бывало, что его отождествляли с Самим Богом (чего он крайне не одобрял), а бывало, им пренебрегали. Есть люди, которые, признавая исключительное положение Прабхупады, на этом основании преуменьшают значение последующих гуру ИСККОН. Есть и те, кто акцентирует важность своего дикша-гуру как представителя гуру-таттвы и при этом неосознанно преуменьшает важность Шрилы Прабхупады. В связи с этим назрела необходимость четко сформулировать, кто же такой Шрила Прабхупада в системе ИСККОН, каково его положение.

С этой целью мы предоставляем вниманию наших читателей **Постановление Джи-Би-Си № 303 Относительно положения Шрилы Прабхупады в Международном обществе сознания Кришны.**

Поскольку в нашем обществе существует необходимость в том, чтобы в исчерпывающей форме прояснить исключительное положение Шрилы Прабхупады по отношению к дикша- и шикша-гуру, а также по отношению ко всем членам ИСККОН, и обеспечить ясное понимание функций и положений дикша- и шикша-гуру в ИСККОН,

Джи-Би-Си принимает следующее постановление: Как ачарья-основатель Международного общества сознания Кришны (ИСККОН), выдающийся духовный учитель и высший авторитет нашего общества, Шрила Прабхупада имеет личные отношения с каждым преданным ИСККОН.

Господь Кришна, Верховная Личность Бога, – это изначальный Гуру, чья Божественная Милость нисходит посредством гуру-парампары. Как таковому, преданному в конечном итоге дает освобождение Шри Кришна, кото-

рый действует через совокупность различных проявлений Своей милости. Сюда входят: чайтйа-гуру, Шрила Прабхупада, гуру-парампара, дикша-гуру, другие шикша-гуру, Святое имя, шастра и 9 процессов преданного служения (это неполный список).

Среди этих взаимно сотрудничающих элементов Шрила Прабхупада, как ачарья-основатель Международного общества сознания Кришны, является главным (превосходящим других) гуру для всех членов ИСККОН. Поэтому всех членов ИСККОН, включая будущие поколения, мы призываем искать прибежища у Шрилы Прабхупады. Все члены ИСККОН имеют право и поощряются к тому, чтобы иметь личные отношения со Шрилой Прабхупадой посредством его книг, учения, служения и созданного им общества – ИСККОН.

Все члены, занимающие положение лидеров ИСККОН, в том числе дикша- и шикша-гуру, должны служить сообществу под эгидой Руководящего совета ИСККОН (Джи-Би-Си) для выполнения наставлений Прабхупады, данных в его книгах, лекциях и личных беседах.

В целом, первостепенный долг всех дикша- и шикша-гуру, а также всех, кто занимает положение лидеров, – помогать Шриле Прабхупаде в его служении своему Гуру Махараджу Шриле Бхактисиддханте Сарасвати Тхакуру и нашей Брахма-Мадхва-Гаудийа-сампрадае.

Те, кто выполняет служение дикша- или шикша-гуру ИСККОН, должны подавать хороший пример, представляя учение Шрилы Прабхупады на словах и личным поведением. Шикша-гуру дает духовные наставления и вдохновляет от имени Шрилы Прабхупады и нашей гуру-парампары. Дикша-гуру вдохновляет, дает духовные наставления, офици-

Новости

альное посвящение, духовное имя, а позже – священную Гайатри-мантру достойному ученику, выполняя это как служение Шриле Прабхупаде и нашей гуру-парампаре.

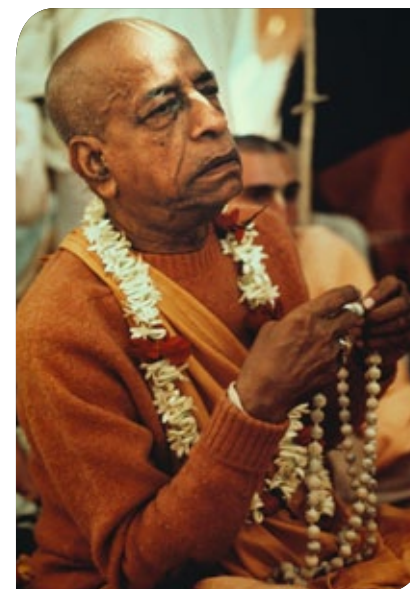
Шрила Прабхупада четко объяснил, что преданные, строго следующие принципам сознания Кришны, действуют на освобожденном уровне и, как таковые, являются чистыми преданными, хотя на самом деле они могут еще и не быть освобожденными. (Такое беспримесное преданное служение не

обязательно определяется ролью человека или его положением в служении, оно определяется его духовным опытом).

Те, кто выполняет служение дикша- или шикша-гуру ИСККОН, обязаны строго следовать наставлениям Шрилы Прабхупады и, пока они следуют, они действуют на уровне освобожденной души. Таким образом, они могут служить, в соответствии с распоряжением Шрилы Прабхупады, как истинные представители Господа и гуру-парампары в роли проводников их милости. Однако, следует четко понимать, что если такой дикша- или шикша-гуру от-

клоняется от строгого следования, он может упасть со своего положения. Таким образом, действовать в качестве дикша- или шикша-гуру в ИСККОН означает служить под эгидой Джи-Би-Си и в сотрудничестве с другими лидерами и руководителями ИСККОН, выполняя функции официального гуру, как распорядился Шрила Прабхупада.

Это заявление, будучи неоспоримым, не является исчерпывающим в обсуждении данных принципов. В будущем Джи-Би-Си может утверждать дополнительные заявления и документы для дальнейшего объяснения



исключительного положения нашего ачарьи-основателя Шрилы Прабхупады, роли и ответственности тех, кто выполняет служение в качестве гуру в нашем обществе, и связанные с этим обязанности членов и последователей ИСККОН.

Все члены Джи-Би-Си должны распространить эту резолюцию во всех храмах и общинах ИСККОН при помощи соответствующих средств коммуникации для того, чтобы все члены ИСККОН изучили её. Это постановление также должно быть включено в программу на курсах ИСККОН, включая вводный курс, курс учеников ИСККОН, семинары по духовному лидерству: «Гуру ИСККОН» и тому подобных случаях. Чтение этого заявления и подтверждение его прочтения будет частью теста на инициацию для всех кандидатов.

1. Более подробную информацию относительно этих духовных взаимоотношений и обязанностей можно найти в официальном документе «Сотрудничество линий руководства в ИСККОН», утвержденном Джи-Би-Си в 2012 г.

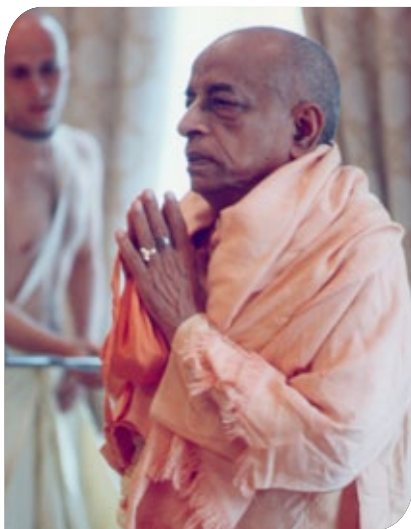
2. «Все члены Движения сознания Кришны действуют в соответствии с указаниями Верховного Господа, полученными через тех, кто неукоснительно следует всем Его наставлениям. Пусть ученик сам не является освобожденной душой, но если он строго следует указаниям Верховного Господа, который обладает абсолютной свободой, то все его действия сразу же освобождаются от налета материальной скверны. Поэтому Господь Чайтанья говорил: «Я приказываю тебе стать духовным учителем». Тот, кто обладает твердой верой в трансцендентные слова Верховного Господа и следует всем Его наставлениям, сразу же становится духовным учителем» (ШБ 4.18.5, комментарий).

А также: «Освобожденный ачарья и гуру не может совершить ошибок, но есть люди менее квалифицированные и не являющиеся освобожденными, но они все же могут действовать в качестве гуру и ачарьи, если строго следуют цепи ученической преемственности». Письмо Джанардане, 26 апреля 1968 г.

А также: «Мы можем не быть на 100% совершенными, но, если мы, насколько это возможно, следуем наставлениям как таковым, это совершенно. Таким образом, мы достигнем совершенства. Поэтому необходимо следовать. Подобно этому, когда работает опытный технолог, техник или механик, то кто-то работает под его руководством. И вот этот кто-то, просто строго следуя наставлениям эксперта, сам действует как эксперт. Он, возможно, и не является стопроцентным экспертом, но его работа выполняется квалифицированно. Это ясно? Потому что он работает под руководством эксперта. Вы следите за моей мыслью? Поэтому, если вы следуете за чистым преданным, то вы также являетесь чистым преданным. Может быть, человек не на 100% чист. Мы пытаемся под-

няться из обусловленной жизни. Но если мы строго следуем чистому преданному, то мы также чистые преданные. То, что мы делаем, чисто. Чистый преданный не означает, что мы должны немедленно стать чистыми на 100%. Но если человек не отступает от принципа “Мы будем следовать за чистым преданным”, тогда его действия... Он неотличен от чистого преданного. Я это говорю не от себя. Это объяснение Бхагаваты: махаджано йена гатах са пантхах (ЧЧ, Мадхья, 17.186)».

БГ 2.1-10 и Беседа в Лос-Анджелесе 25 ноября 1968 г.



4 мая
день ухода

Шрилы Вриндавана даса Тхакура

У Шриваса Пандита, близкого спутника Господа Шри Чайтаньи Махапрабху, была племянница, Шри Нараяни Девы, которая позже стала матерью Шри Вриндавана Даса Тхакура (1507 – 1589). Махапрабху в самом начале своих игр одарил премой четырехлетнюю Нараяни Девы, дав ей немного ореха бетеля прямо из Своих уст, и велел Нараяни воспевать Имя Кришны. Она обезумела от любви к Богу и стала восклицать: «О, Кришна!» Все, что Шрила Вриндавана Дас Тхакур слышал о трансцендентных играх Господа Чайтаньи от своей матери, он позже обнаружил также в дневнике Мурари Гупты и описал в «Шри Чайтанья Бхагавате».

Отец Шрилы Вриндавана Даса Тхакура умер еще до его рождения. Оставшись без мужа, Нараяни поселилась в доме Шри Васудевы Датта Тхакура в Мамагачи, где помогала по дому. Там Шрила Вриндавана Дас Тхакур начал свое образование. Когда Махапрабху оставил этот мир, Шриле Вриндавана Даса Тхакуру было около двадцати лет. Шри Нитьянанда Прабху дал ему посвящение. Вриндавана Даса стал самым последним и любимым учеником Господа Нитьяланды, сопровождал Его в различных играх. Известно место, где Господь Нитьянанда вкусил плод харитакки вместе с Вриндавана Даса Тхакуром. Сохранилось описание этого случая: «После обеда Господь Нитьянанда поинтересовался здоровьем моей матери. Я хранил харитакки в течение долгого времени, но немедленно порвал все на кусочки и отдал их Господу. Господь принял их и сказал с улыбкой: “Оставайся здесь, прославляй трансцендентные качества Гауранги и не беспокойся. Ты увидишь

Вайшнавский календарь

Его здесь. Оставайся здесь и работай во благо всех живых существ. Установи Божества. В любое время ты сможешь увидеть Гаурангу”».

В течение всей жизни все помыслы Вриндавана Даса Тхакура были исполнены Шри Шри Гаура Нитьяландой. Он написал книгу «Нитьянанда Чаритамрита». Вместе с женой Нитьяланды Прабху, Джахнава Матой, он отправился на Кхетури Маха-махотсаву – первый фестиваль Гаура Пурнимы.

Самая известная книга Шрилы Вриндавана Даса Тхакура – «Шри Чайтанья Бхагавата». В ней он пишет об играх Шри Чайтаньи Махапрабху и Его спутников, а особенно подробно – о ранней лиле Господа.

Смирное сердце Кришны Дасы Кавираджи излило следующее прославление Вриндаваны Дасы Тхакура: «Слушание «Чайтанья Бхагаваты» разрушает все неблагоприятное. Читая «Чайтанья Бхагавату», любой сможет осознать величие Господа Чайтаньи и Господа Нитьяланды и обрести высочайший уровень совершенного знания – чистую любовь к Кришне.

Поскольку столь удивительная книга не может быть написана обычным человеком, кажется, что Сам Шри Чайтанья Махапрабху общается с читателем устами Шрилы Вриндавана даса Тхакура. Я предлагаю миллионы почтительных поклонов лотосным стопам Вриндавана даса Тхакура. Написав эту ценную книгу, он всех без исключения освободил из цикла рождения и смерти» («Чайтанья-чаритамрита», Ади, 8.33-42).

В Мамагаччи в Моладрумдвипе (Навадвипа), Вриндавана Даса Тхакур установил Божества Нитай-Гауранги и Шри Джаганнатхи Девы. Он жил здесь, соблюдая обет безбрачия, и поклонялся своим возлюбленным Божествам. Вриндавана Даса Тхакур имел множество учеников.

В играх Кришны Вриндавана Даса Тхакур является Шрилой Вйасадевой. Его самадхи находится в районе 64 самадхи во Вриндаване.

Подготовила Катерина Хусанова

Весна на столе!

С приходом весеннего тепла каждый преданный нашей полосе, конечно, радуется возможности не только чаще бывать на харинамах, распространении книг или прогулках с преданными, но также предлагать Господу полезные и вкусные плоды весеннего Солнышка.

Для желающих использовать эти дары природы с наибольшей пользой, мы предлагаем попробовать зеленые коктейли, которым зачастую уделяют незаслуженно мало внимания.

«Если человек с любовью и преданностью поднесет Мне листок, цветок, плод или немного воды, Я непременно приму его подношение» (БГ 9.26).

Согласно выводам американской исследовательницы, диетолога, сыроеда Виктории Бутенко, употребление свежей зелени должно составлять не менее трети нашего ежедневного рациона. Но как же это реализовать?

Для более полного усвоения и улучшения вкуса зелени Виктория предложила измельчать большие ее пучки в блендере вместе с фруктами/овощами и молотыми семенами льна. В полученную смесь добавляется несколько стаканов воды, и все это употребляется в виде освежающих и потрясающе вкусных коктейлей.

Зелень – что за фрукт?

Виктория утверждает: «Зачисление зелени в одну категорию с овощами привело к тому, что некоторые люди опасаются смешивать ее с фруктами, заявляя, что это – неправильное сочетание продуктов. Они слышали, что фрукты не сочетаются с овощами, а также ошибочно полагают, что абсолютно все овощи содержат крахмал. Однако, зелень – это не овощи, более того, зелень – единственная пищевая группа, которая помогает переварить все другие продукты, и ее можно сочетать с любой едой».

«Не существует добра и зла. Существует знание или отсутствие его». Сократ

– Также одним из заблуждений является то, что зелень бедна белком. Это ошибка! Зелень – превосходный источник белка. К тому же, в отличие от животных протеинов, растительные белки не приводят к возникновению рака, – утверждает Виктория, приводя в своей книге большое количество исследований, научных фактов и примеров из практики.

По ее словам, также неоправданно забывается еще одно преимущество зелени – уже перед овощами и фруктами. Именно зелень – более гармоничный источник клетчатки, витаминов и щелочных соков.

Почему именно коктейль, а не салат

Все дело не только во вкусовой избалованности, хотя съедать кастрюлю зелени за день – действительно, не самое приятное занятие. Главная причина в том, что мы разучились жевать. Это, в свою очередь, вызывает ряд сложных нарушений процесса пищеварения. Поэтому мы наблюдаем большое количество худых (реже – слишком полных), подавленных вегетарианцев с букетом болячек и проблем в уме... Специально для удобства таких, как мы, и предназначены зеленые коктейли.

Исследования и многолетний опыт регулярного применения таких коктейлей в питании показывают, что они не только способствуют оздоровлению тела, но также влияют на ум. Люди, употреблявшие их, избавлялись от беспокойств по поводу здоровья, желания курить, пить кофе,

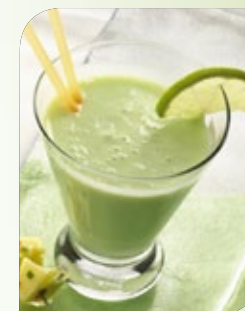
есть жирную, мучную, вредную пищу. Их стало «тянуть» к здоровой, свежей пище, которая ранее казалась малопривлекательной.

Приведенные преимущества зелени убеждают, по крайней мере, в необходимости больше использовать ее в своем рационе. А для тех, кого заинтересовали именно коктейли, предлагаем несколько советов и рецептов (перед применением важно проконсультироваться с врачом).

Советы

1. Когда мы возвращаемся к здоровому образу жизни, делать это нужно постепенно, чтобы дать организму время приспособиться. Идеальный вариант для такого плавного перехода – зеленые коктейли.
2. Важно не просто полагаться на новые «волшебные» данные, но также исследовать свой организм, проконсультироваться с врачом и подобрать наилучшие составы.
3. Покупать зелень нужно не в магазинах – там она, как правило, сильно «химизированная», а у добросовестных поставщиков. Конечно, лучше всего выращивать ее самим или собирать в чистой местности.
4. Тщательно очищайте зелень перед употреблением. Если замочить ее на 30 минут, в воду выходит большинство вредных химикатов.
5. Для ощутимого эффекта употреблять коктейли необходимо регулярно, не менее 1 л в день.
6. Хорошо выпивать зеленый напиток за 20-30 минут до еды или вместо еды (например, на завтрак).

7. Для усвоения жирорастворимых витаминов, необходимо добавлять в коктейль ложку перемолотого семени льна или растительного масла.



Список зелени для коктейлей:

- обычная салатная зелень: щавель, петрушка, укроп, кинза, сельдерей;
- «острая» зелень: водяной кресс-салат, листья настурции;
- горькая зелень: одуванчик;
- сорняки: песчанка

(мокричник), портулак, люцерна, лебеда, крапива, сныть;

- съедобные цветы: настурция, красный клевер, ноготки, хризантемы и т. д.;
- листья ягод: клубники, земляники, смородины, а также другие листья, которые обычно собирают и сушат для чая;
- ботва: моркови, редиски, свеклы, капусты кольраби.

Рецепты

Коктейль фруктовый

Взбить в блендере:
Пучок любой зелени.
2-3 банана.
2-3 яблока.
3-4 ст. ложки меда.
До 2-х литров воды.

Коктейль томатный

Взбить в блендере:
1л томатного сока.
Пучок зелени.
Соль, перец по вкусу.



Подготовила Юлия Бялонович

Использована информация из книг Виктории Бутенко «Зелень для жизни», «Зеленые коктейли». Материал подготовлен на основе личного опыта Надежды и Владимира Обод, членов медицинского комитета фонда Бхактиведанты, и советов талантливого мастера кулинарного искусства Пурана Пуруши прабху.

Милость Туласи Деви



Когда я уезжала в паломничество по Святой дхаме, мне пришлось оставить два деревца Ее Милости Туласи деви дома, с мамой. Были сильные морозы, и я не могла отвезти их к преданным. Мама согласилась поливать их, обрызгивать и включать им свет.

Мама уже около десяти лет является членом движения Свидетелей Иеговы. Она изучает Библию и старается жить по ее законам, но все же не строго следует четырем регулирующим принципам и всегда видела в Туласи всего лишь растение, низкую форму жизни. Ее всегда удивляли мои «полусумасшедшие» действия вроде сооружения алтаря для нее и подключения со всех сторон иллюминации. Особенно она не понимала, зачем поклоняться растениям. Мама никогда не была агрессивно настроена против моего религиозного выбора, но и восторга от него не испытывала. Поэтому я очень боялась поручать ей уход за Туласи, но выбора у меня не было...

Когда я была в дхаме, мы периодически созванивались с мамой, и она рассказывала мне о самочувствии Туласи. Последний разговор

ясно показал безграничность милости Шримати Бхакти деви. Мама сообщила мне, что деревца чувствуют себя гораздо лучше, чем в период сильных морозов, когда они интенсивно сбрасывали листики, и что сейчас они с радостью зацвели. В какой-то момент мама призналась, что подрезала сухие веточки, листья и некоторые манджари теми ножницами, которые лежали около горшочков (хотя я ей ничего об этом не говорила). Она сообщила, что растения Сами подсказывали ей, где нужно подрезать.

Последующие ее слова поразили меня еще больше: «Каждое утро, когда я заходила к ним, чтобы включить свет и побрызгать, я чувствовала, что они хотят со мной общаться. Порой я просто заставляла себя выходить из комнаты, так как ловила себя на том, что разговаривала с ними. Я открывала им свое сердце, рассказывала о сокровенном. И знаешь что? Каждый раз в сердце я чувствовала, что они отвечают мне. Но однажды они просто так разозлили меня: они требовали служения, словно это не они, а я – низшее существо. И я поругалась с ними. Но целый день на работе меня мучили угрызения совести и вечером, по дороге домой, я все время думала о них. Каждый вечер, выключая свет, я желала им спокойной ночи. И очень сильно волновалась, когда они интенсивно сбрасывали свои листья, – я ни о чем больше не могла думать. Меня это даже начало раздражать, но я продолжала заботиться о них, словно это были мои дети».

Услышав это, я призналась маме, кто такая Туласи деви, и она подтвердила, что почувствовала углубление своей медитации на Господа, Его постоянную поддержку и беспричинную любовь и милость. Служа Туласи, мама также ежедневно получала даршан Радхи-Шьяма-сундары, Гаура-Нитай и Шрилы Прабхупады, чьи изображения висят возле алтаря Туласи.

Потом мама призналась, что они с братом уже почти стали вегетарианцами, и единственное, что они иногда употребляют из мясного – это птицу, но каждый раз после этого она испытывает навязчивое чувство стыда, где-то глубоко в сердце... Слава Шримати Туласи деви!

Маргарита Морозова



Мысли при чтении Шримад- Бхагаватам

(Песнь 4, гл. 9, «Дхрува Махараджа возвращается домой к Богу»)

Дхрува начал поклоняться Господу из материальных соображений, стремясь обрести величественное царство и отомстить своим обидчикам. Но, обретя в результате своего служения встречу с Господом и получив от Него возможность удовлетворить собственные амбиции, Дхрува понял никчемность своих обид и материальных желаний и начал раскаиваться.

Сожаление Дхрувы уместно. Он понимал, в чём ему необходимо раскаиваться, несмотря на то, что он получил даршан и благословение Самого Господа. Но понимаем ли мы, в чём следует раскаиваться нам? Если нет, то стоит задуматься над этим.

Если в нас нет раскаяния, если наша молитва не начинается с этого, то в ней нет бхакти, так как преданность начинается со смирения. В этом случае нам придётся ждать результата до тех пор, пока не появится смирение. Ждать будем в любом случае, но без раскаяния мы практикуем карму, или в лучшем случае агята сукрити, неосознанное служение, до тех пор, пока вследствие

такой деятельности не проявится настоящий интерес к преданности и практике бхакти.

В чем же заключается философская основа раскаяния?

Всё сущее едино с Кришной, и монасты сосредоточиваются на этом аспекте; в то же время всё отлично от Него, и дуалисты подчёркивают этот аспект. Философия же Господа Чайтани – это одновременное единство и отличие (бхеда-абхеда). Однако из двух этих положений мы больше сосредоточиваем внимание на своем отличии от Господа, то есть на Его личностном аспекте, для того, чтобы, понимая своё отличие от Бога, иметь возможность служить Ему. В противном случае чрезмерное акцентирование на монизме (единстве природы Господа и души) приводит к безразличию и отсутствию духа служения.

Практическое применение этой философии таково, что, встречаясь с трудностями и неприятностями в своей жизни, мы не обвиняем в этом Кришну, а берем ответственность за случившееся на себя, раскаиваясь и понимая, что истинная проблема заключается в том, что мы злоупотребили своей свободой выбора.

Естественно, у нас есть свобода выбора, иначе зачем существуют ведические наставления о том, что следует делать (видхи) и чего не следует (нишеда)? Но у преданного эта свобода выбора проявляется, прежде всего, в раскаянии и смирении. Мы не имеем полной свободы выбора в том, что произойдет и что не произойдет в нашей жизни. Но мы достаточно свободны в своих желаниях, в проявлении смирения и раскаяния, а также в направлении собственных усилий. И лишь когда мы совершаем правильный выбор, Кришна отвечает на наше искреннее желание, проявляясь в нашей жизни и заботливо направляя нас.

Ачйута Прийа прабху

Вайшнавський фестиваль «Гауранга»



З великою радістю в серці повідомляємо, що стали відомі місце і час проведення ЛІТНЬОГО КАРПАТСЬКОГО ФЕСТИВАЛЮ "ГАУРАНГА" 2013.

Цього року фестиваль відбудеться на території бази «Бойківщина» в смт Славсько (Львівська обл.) з 6 по 10 червня. Очікується приїзд Його Святості Бхакті Чайтанья Свами, Його Святості Трівікрама Свами, Його Милості Ачюти Прії Прабху, Його Милості Мадхавананда Прабху та інших Вайшнавів.

06.06.2013 – день заїзду
07.06.2012 – 1-й день фестивалю
08.06.2012 – 2-й день фестивалю
09.06.2012 – 3-й день фестивалю
10.06.2012 – день роз'їзду

Зручно добиратись.

База розташована в 20 хв ходьби від ЖД вокзалу Славсько. На вас чекають прекрасні кіртани, надихаючі лекції, нектарний прасад. Будь ласка, плануйте свої трансцендентні відпустки, враховуючи те, що всі віддані хочуть бачити Вас на цьому фестивалі. Фестивальний фонд формується з добровільних пожертвувань всіх учасників фестивалю. Для подальшого розвитку фестивалю та кращого служіння вайшнавам, у кого є можливість і бажання, смиренно просимо Вас стати спонсорами цієї програми.

Дістатись до місця проведення фестивалю можна так:

Поїздом до станції Славсько.

Також зі Львова їдуть автобуси, які проїжджають через місто Стрий.

В цьому році на території бази «Бойківщина» можна забронювати наступні номери (всі ціни вказані з розрахунком на одну людину на добу):

- 2, 3, 4-місні (душ, туалет в номері) – 50 грн.
Кількість місць обмежена.

тел.: Організаційні питання
Служіння на фестивалі
Бронювання місць

Віджай пр 093-706-33-01
Вамши Гопал пр 050 591-01-85
Назар Михайличко пр 098 450-47-88

Будь ласка, беріть з собою всю свою любов і бажання служити.
З повагою, оргкомітет фестивалю.

Повторюйте
ХАРЕ КРІШНА
ХАРЕ КРІШНА
КРІШНА КРІШНА
ХАРЕ ХАРЕ
ХАРЕ РАМА
ХАРЕ РАМА
РАМА РАМА
ХАРЕ ХАРЕ
і будьте щасливі !!!

1

мая
среда

уход
Шри Абхирама
Тхакура

4

мая
суббота

уход Шрилы
Вриндавана даса
Тхакура

5

мая
воскресенье

Варутхини-экадаши
(пост на злаки и
бобовые)

6

мая
понедельник

перварт пост с 5.30
до 10.25

9

мая
четверг

Явление Шри
Гададхары Пандита



Если Вы прочитали эту газету, и она Вам больше не нужна, передайте ее тому, кому она может быть интересна. Так как эта газета содержит трансцендентные имена и образы, пожалуйста, не выбрасывайте ее.