

İnsan hayatının amacı mutlak gerçeği aramaktır.



BBT Aylık Bülteni · Kasım / Aralık 2021



**Gerçek Yangını  
Görmek!**

**Vedik  
Bakış Açısıyla  
Küresel Çevre  
Yönetimi**

**Evrim ile Mat  
üzerinde:  
Tadāsana**

**Mutfakta bu ay:  
Çikolata  
Parçacıklı  
Kurabiye**

Hare Kṛṣṇa Hare Kṛṣṇa Kṛṣṇa Kṛṣṇa Hare Hare Hare Rāma Hare Rāma Rāma Rāma Hare Hare



Śrī Śrīmad  
A.C. Bhaktivedanta Svāmī  
Prabhupāda

Uluslararası Kṛṣṇa Bilinci Topluluğu  
Kurucu Ācārya'sı

Śrī Śrīmad A.C. Bhaktivedanta Svāmī Prabhupāda (1896-1977) kadim *Gauḍīya Vaiṣṇava* geleneğini Batı'ya taşıdı. 1966 yılında Uluslararası Kṛṣṇa Bilinci Topluluğu'nu kurdu. Onun yönetimi altında bu topluluk; āśramalar, okullar, hastaneler, çiftlik toplulukları, sosyal sorumluluk projelerinden oluşan pek çok farklı alanda tüm dünya çapında yayılan bir hareket oldu. Kitapları Vedik felsefe, teoloji, edebiyat ve kültürünü mükemmel bir şekilde yansıtmaları nedeniyle tüm dünyada büyük bir ilgiyle karşılanmaktadır.

# BENLİĞİN KEŞFİ

İNSAN HAYATININ AMACI MUTLAK GERÇEĞİ ARAMAKTIR

BBT Aylık Bülteni · KASIM / ARALIK 2021

## Sanskrit Telaffuz Rehberi

Yüz yıllar boyunca Sanskrit dili farklı alfabelerde yazılmıştır. Hindistan'ın her yerinde farklı yazılış biçimleri yaygın bir şekilde kullanılır, buna anlamı “devaların veya tanrıların kent yazısı” olan devanāgarī denir. Devanāgarī alfabesi on üç sesli, otuz beş sessiz olmak üzere kırk sekiz karakterden oluşur. Eski Sanskrit grameri özlü dil bilimi kurallarına göre düzenlenmiş ve bu düzen tüm Batı dilbilimcileri tarafından kabul edilmiştir. Bu bültende, Sanskrit dilinin her sesinin telaffuzunun belirtilmesi için dil bilimcilerin kabul ettiği sistem olan “transliterasyon” sistemi kullanılmıştır. ■

**ā,ī,ū** – üzerinde çizgi olan sesli harfler, iki ses olarak uzun bir şekilde telaffuz edilir.

**e** – bey kelimesindeki gibi **ey** olarak,

**o** – o ve u harflerinin yan yana gelerek **ou** olarak söylenmesidir.

**ai** – a ve i kelime içinde yan yana geldiğinde ay olarak telaffuz edilir.

**c** – Türkçedeki ç harfi gibi okunur.

**h** – mısranın sonuna geldiğinde bir önceki harf tekrar eder, ah=aha, ih=ihi.

**j** – c olarak okunur.

**r** – rica kelimesindeki **ri** olarak telaffuz edilir.

**ñ** – İngiliz kelimesinde olduğu gibi n boğazdan söylenir.

**ñ, ṅ** – kan kelimesindeki **n** sesi gibi dil ile diş arasında söylenir.

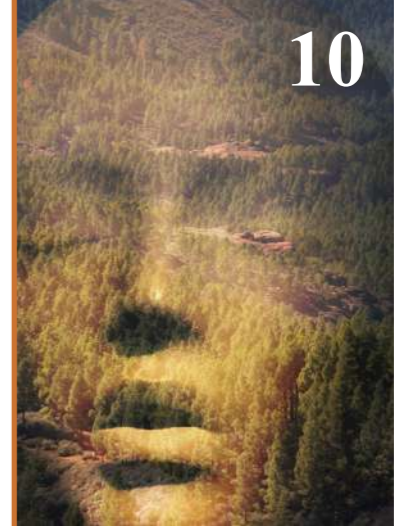
**ś, ṣ** – ś sesi ile aynıdır.

## İÇİNDEKİLER

- 06** Vedik Bakış Açısıyla Küresel Çevre Yönetimi
- 12** Gerçek Yangını Görmek!
- 18** Evrim ile Mat Üzerinde: Tadāsana
- 22** Śrīla Prabhupāda Konuşuyor: Her şeyi gereksiz yere karmaşıktırıyor sunuz
- 29** Kali Yuga'da Dünya Ana
- 32** Ayın Konuğu: Gaura Prema Devī Dāsī
- 38** Modern Düşünce ve Kişiselliğini Kaybeden Yeryüzü
- 42** İdeal İnsan-Kişinin Yaşamını Arındırması ve Manevi Bilgi Edinmek
- 46** Aşk Ayı – Kārttika
- 50** Govardhana Pūjā!
- 58** Modern Sorunlar Kadim Çözümler
- 60** Bhakti Mutfağı: Çikolata Parçacıklı Kurabiye
- 43** Yogī Takvimi
- 45** Goranga Yoga Kasım/Aralık Faaliyetleri



06



10



18



38



46



60



**BENLİĞİN KEŞFİ**  
BBT Aylık Bülteni  
Kasım/Aralık 2021  
© BBT Türkiye

**Editör:**  
Nṛsimha Kṛṣṇa Dāsa /  
Sāttvika Dāsa

**Koordinatör:**  
Candramālā Devī Dāsī

**Tasarım:**  
Navīna-kumārī Devī Dāsī

**Tasarım Asistanı:**  
Dhanyā Devī Dāsī

**Tashih:**  
Meghāambarī Devī Dāsī /  
Dīna-bandhu Dāsa

**Etkinlikler:**  
Gandhavaṭī Devī Dāsī

**Takvim:** Dhanyā Devī Dāsī

# Namaste!

Sāttvika Dāsa, Editör

Hare Kṛṣṇa!

Bu sayıda sizlerle güncel bir tema ile buluşuyoruz. Küresel iklim değişikliği.

Küresel iklim değişikliği epeydir konuşulan bir konu olmakla birlikte bunun ne anlama geldiğini son birkaç yıldır anlamaya başladık. Özellikle ülkemizin çeşitli coğrafyalarında çıkan korkunç orman yangınları durumun ciddiyetini gözümüzün içine soktu. Bunu gelecekte ortaya çıkacak felaketlerin yalnızca ayak sesleri olarak düşünebiliriz. Geleceği düşünmek insana her zamankinden daha çok korku veriyor. 14 Eylül tarihli BBC haberinde, İngiltere'deki Bath Üniversitesi'nin yaptığı bir araştırmadan bahsediliyordu. Araştırmaya göre ankete katılan

100 üniversite öğrencisinin yüzde 45'i geleceğinden çok endişe duyduklarını ve bu sebeple çocuk sahibi olmak istemediklerini belirtmişler.

Sanırım insanlık tarihinde böylesine bir durum yaşanmamıştır. Felaketler her zaman vardı ama böylesine başıra çağıra gelen bir felaket herkesin gözü önünde sahnede sergilenir gibi gerçekleşmemiştir.

Bu sayıda Benliğin Keşfi'nde bu konu üzerine eğilelim istedik. Daha çok spiritüel bir perspektifi referans olarak "yeni" bir bakış açısı

sunmanın daha faydalı olacağı kanaatindeyiz.

Spiritüel olmadığı müddetçe insanın gerçek anlamda sağlıklı bir varoluş sergilemesi mümkün değildir. Her şeyi maddi gözlerle görmek, onları kolayca sömürme hakkını kendinde bulmayı da beraberinde getirir. O yüzden insanlar, gezegen, diğer canlılar maddi gözlüklerle bakan için kullanılabilir bir nesneden ibarettir. Tüm varoluşu Ebedi Ruh'un, Kṛṣṇa'nın bir enerjisi olarak görmediğimiz müddetçe ona hak ettiği saygı ve sevgiyi

veremeyiz. Ama bunun zorunluluk olduğu, bugünlerde daha iyi anlaşılmalıdır.

Bu bakış açısıyla Vedik yazıtlarda Bhūmi devī olarak bilinen Yeryüzü Anne'yi işlemek istedik. Onun spiritüel karakteri ve bir anne olarak bize neler sunduğu üzerine yazıyor olacağız.

Umarız tüm bu yazılar okuyucuların kalbinde bir köşeye yerleşmiş olur ve bu vesileyle Ona olan saygı ve sevginin önemini yeterince vurgulamış oluruz.

İyi okumalar dileriz.

*Hare Kṛṣṇa!*

# Vedik Bakış Açısıyla Küresel Çevre Yönetimi

Nṛsimha Kṛṣṇa Dāsa

Günümüzde standartların altında kalan çevresel uygulamaların sorunlarına çok eski zamanlara dayanan kadim Vedik metinler ışık tutabilir mi? Kadim Vedik metinlerde hayatın her alanındaki soruna çözüm buluyoruz. Bu konuda da farklı bir bakış açısıyla var olan problemleri kökten çözmek için bir düşünce yapısı geliştirmek mümkün.

Küresel platformda doğal çevrenin bozulmasının günümüzde artık tartışmalı bir konu olmadığını rahatlıkla söyleyebiliriz. Dünyadaki bütün ülkeler kirlilik, ormansızlaşma, çölleşme, ozon tabakasının incilmesi, küresel ısınma, salgınlar, zehirli atık yığınlarının yaygınlığı ve daha da fazlasını somut ve sorunlu konular olarak kabul ediyor. Bununla birlikte, tartışmalı bir konu olarak kalan şey ise Dünya'nın mahvolmasına sebep olan faktörlerdir. **Problemlerin asıl nedenlerine baktığımızda etiketlenen faktörler arasında et tüketimi, sanayileşme, ekonomik istikrarsızlık ve sürdürülebilir enerji ve verimli tarım uygulamalarının bilinmemesini sayabiliriz.**

Dünyanın mevcut sağlığının neden azaldığına dair bu kadar çok fikir varken, toplumun neden çevre korumasına en iyi yaklaşımları belirlemekte zorlandığını görmek daha kolay. **Bu sayıda bir bhakti yogī olarak bu bozulmaların altında yatan nedenleri Vedaların bakış açısından sizin için araştırmaya karar verdim.**

Canlı varlık, maddi

doğa tarafından

şartlandırıldığı sürece,

kendi özel doğasına

göre hareket etmek

zorundadır.” Üç

niteliğin maddi olarak

bedenlenmiş birey

üzerindeki etkisi hem

psikolojik hem de

biyolojiktir.

## Maddi Doğanın Üç Niteliğini Anlamak

*Bhagavad-gītā* ve *Śrīmad-Bhāgavatam*'ın her ikisi de maddi doğanın üç niteliği olarak da adlandırılan maddi doğanın bağlayıcı güçlerinin kapsamlı tanımlarını içerir. Temel olarak, üç nitelik, maddi yaratılışın tüm yönleri kadar, maddi olarak bedenlenmiş tüm varlıklar üzerinde üçlü bir etki sistemi oluşturur. Bu, insanların, yarı tanrıların ve diğer tüm canlıların bedenlerini, zihinsel ve entelektüel kapasitelerini içerir.

*Bhagavad-gītā*'da (3.27) Rab Kṛṣṇa der ki, *prakṛteḥ kriyamāṇāni*:

“Kişi sahip olduğu doğasına göre hareket eder.” Śrīla Prabhupada'nın bir dersinde şöyle dediğini duymuştum: “Canlı varlık, maddi doğa tarafından şartlandırıldığı sürece, kendi özel doğasına göre hareket etmek zorundadır.” Üç niteliğin maddi olarak bedenlenmiş birey üzerindeki etkisi hem psikolojik hem de biyolojiktir. Ancak bu üç hal bedenlenmiş ruhun, bedenini ve zihnini etkilerken, ruhun kendisini asla değiştirmezler.

Üçlü hiyerarşi içinde, **erdem hali (sattva-guna)**, **ihhtiras hali (raja-guna)** ve **cehalet hali (tamo-guna) hallerinden üstündür.**

Cehalet hali, ihhtiras halinden daha aşağıdır. Erdem halinin özellikleri, bir kişinin daha yüksek spiritüel

hedeflere barışçıl bir şekilde odaklanmasını sağladığından bu hiyerarşi zorunlu olarak böyledir. İhtiras halinde, kişi duyuşal tatminini artırmak için çok sıkı bir şekilde maddi refah elde etmeye çabalar. Bu nedenle bu hal altındayken spiritüel hedeflere odaklanmak son derece zordur. Cehalet halinde ise spiritüel hedeflere, bu tür bir ilgiyi geliştirmek için uygun koşullar hakkında ne konuşulacağına dair hiçbir ilgi yoktur. Bu itibarla, erdem halinin özellikleri kişiye ihtiras ve cehalet hallerinden daha yüksek bir bilinç kalitesi verir.

Bu üç halin özellikleri ve belirtileri bu yazıyla listelenemeyecek kadar çok olsa da sizin için kısa bir liste vereceğim.

**Erdem hali:** Mutluluk, dürüstlük, temizlik, şefkat, saflık, alçakgönüllülük, sadelik, daha fazla bilgi için merak, spiritüel hayata ilgi ve zihin ve duyuların kontrolü.

**İhtiras hali:** Şehvet, sefalet, sahte gurur, bağımlılık, duyuşal tatmini, dualiteye dayalı bilgi, onur ve tanınma arayışı, zihnin kararsız şaşkınlığı ve maddi olarak ilerlemek için yoğun çaba.

**Cehalet hali:** Cehalet, delilik, depresyon, tembellik, şiddet, endişe, ikiyüzlülük, öfke, yanlış beklentiler, kaprisli davranışlar ve spiritüel hayata ilgisizlik.



## Bu Hallerdeki Eylemlerin Sonuçları

### Rab Kırşna, hem Bhagavad-gītā'da hem de Śrīmad-Bhāgavatam'da ihtiras halinde gerçekleştirilen faaliyetlerin sefalet, endişe ve mücadele ile, cehalet modunda gerçekleştirilen faaliyetlerin ise çaresizlik ve şiddetle sona ereceğini açıklar.

Erdem halinde yürütülen faaliyetler ise barış, refah, memnuniyet ve gerçek bilgi ile sonuçlanır. Bu tür sattvik faaliyetin sonuçları, kişinin yalnızca daha yüksek spiritüel hedeflere doğru ilerlemesini değil, aynı zamanda daha az zorlukla hedeflerine ulaşmasını da sağlar. Bu nedenle, erdem halinde olan çevreciler, kirliliğin en aza indirilmesi, çevresel sürdürülebilirliğin sağlanması, yenilebilir mahsullerin kalitesinin iyileştirilmesi ve tüm yaşam türlerinin korunması gibi küresel çevre yönetiminin hedeflerine en kolay şekilde ulaşabilirler. Çevreciler, erdem halinin özelliklerini benimseyerek ve onların sınırları içinde çalışarak, daha yüksek bir değere sahip olabilirler.

Śrīmad-Bhāgavatam, Vedalarda Bhūmi Anne olarak bilinen dünyanın, ihtiras ve cehaletin daha düşük hallerinde gerçekleştirilen eylemlere olumsuz, ancak erdem halinde gerçekleştirilen eylemlere

olumlu tepki verdiğini belirterek bunu doğrular.

Üç maddi nitelik, maddi evrenler içinde her yerde mevcut olmasına rağmen, onlar kendilerini farklı dünyevi koşullara göre farklı şekillerde ve birbirlerine göre farklı oranlarda tezahür eder. Örneğin, alkol satılan bir yerde veya bir genelevde, dinsizlik, bozulma, sarhoşluk ve kirlilik özellikleri belirgin olduğundan, cehalet hali bu üçü arasında en baskın olanıdır. İş dünyasında, sıkı çalışma yoluyla maddi kazanıma odaklanan ihtiras hali en baskın olanıdır. Yoğun çaba, duysal tatmin ve prestij ve servet elde etmek için sıkı çalışma gibi özellikler bu tür ortamlarda tipiktir. Dini ve etik odaklı organizasyonlarda, erdem, dindarlık, saflık, daha fazla bilgi ve spiritüel yaşama yönelik inanç özelliklerinin bolluğu nedeniyle erdem hali en baskın olanıdır. Bu nedenle, her bir ortamda farklı hallerden farklı özelliklerin baskınlığına göre, bir veya iki hal tipik olarak bir veya iki halin üzerinde baskın olacaktır.

Üç halin her birinden gelen özelliklerin dengesi, yukarıda verilen ayarlar içinde değişiklik gösterdiği gibi, farklı çevresel yönetim ayarları içinde de değişir. Bhagavad-gītā ve Śrīmad-Bhāgavatam'ın takipçileri bu türden bazı çeşitleri kolayca tespit edebilirken, çoğu kişi için bu gerçekler görünmezdir.

Şiddetin, dinsizliğin ve iğrençliğin tamsak özellikleri, hayvanların öldürülmesinde belirgindir. Açgözlülük, memnuniyetsizlik ve büyük bağımlılıkların rajasik özellikleri, dünya üzerindeki aşırı mülkiyet iddialarını içeren yönetim uygulamalarında belirgindir. Merhamet, dindarlık ve spiritüel kavrayışın sattvik özellikleri, hayvanların korunmasında, vejetaryen/vegan gıdaların yetiştirilmesinde ve doğal çevrenin spiritüel yönlerine dayalı karar vermede belirgindir.

Vedalarından alacağımız önemli bir ders ise üç maddi niteliğin, içinde yer aldıkları bilince göre belirli bir maddi düzende kendini göstermesidir. Bu nedenle, maddi doğanın halleri, çevre bilimcilerin, yöneticilerin ve politikacıların yanı sıra çevre yönetimi programlarında etkili olan diğer kişilerin bilincine göre çevre yönetimi uygulamaları içinde kendini gösterir.

Bu tür katkıda bulunanlar arasında çevre bilimcileri önemli bir rol oynamaktadır. Yalnızca maddi doğanın işleyişi hakkında dünyanın geri kalanına gerçeklere dayalı bilgi sağlama gibi zahmetli bir görevle emanet edilmekle kalmaz, aynı zamanda yöneticilere optimum stratejiler konusunda tavsiyelerde bulunmaları da istenir. Bu nedenle genellikle hem

yönetim stratejilerine hem de politikaya katkıda bulunurlar.

Konu hakkında yazarken bilim insanları ile bu konuda daha önce bir araştırma yapıldı mı acaba diye kontrol etmek istedim. Avustralya'da yaşayan ve Antarktika'daki ısı değişimlerini inceleyen bir grup üzerinde böyle bir çalışmanın yapıldığına denk geldim. Genel sonuçlar Avustralyalı bilim insanlarının ihtiras halinde baskın olduğunu ortaya koyuyordu. Belirgin rajasik özellikler, duyu tatmini, yoğun çaba, onur arayışı ve mantık ve spekülasyon yoluyla teoriler ve doktrinler yaratmayı içeriyordu.

Özellikle öne çıkan şeyin bilim insanlarının çalışmalarından zihinsel uyarılma arayışı biçimindeki duyu tatminiydi. Śrīla Prabhupada zihni, altıncı ve başlıca maddi duyu olarak tanımlar. Bilim insanlarının ilginç, zorlayıcı veya zevkli bilimsel faaliyetler yoluyla zihinlerini tatmin etme istekleri, bu tür faaliyetler ne kadar karmaşık olursa olsun, bir tür duyu tatmini oluşturur.

Merhamet, dürüstlük, temizlik, geçmişin ve geleceğin dikkatle incelenmesi gibi sattvik özellikler bilim insanlarındaki ikinci en yüksek baskın olan özelliklerdi.

Cehalet modu en az baskın olanıydı. Burada en yaygın ortaya çıkan sonuçlar ise kutsal metinlere dayanmadan

yapılan konuşmalar, daha yüksek bir amaç olmadan bilgi edinmenin ve spiritüel meselelere ilgi duymamanın ve umursamamanın tamsak özellikleriydi.

Bilim insanları arasında en yaygın bilinç kalitesi, %38'inin "temelde aynı fikirde olduğu" *raja-gunaydı*.

Sonuçlar, Avustralyalı bilim insanlarının pek çok tamsak özelliği taşımadığını ortaya koysa da bu halde yedi soruya verilen yanıtların sonuçları farklı bir yöne işaret ediyordu: "Antarktika bilimsel araştırmalarında titizliği sağlamanın bir yolu olarak akran değerlendirmesi süreci hakkında herhangi bir fikriniz var mı?" Bilim insanlarının bu soruya verdikleri yanıtlar cehalet biçiminde ağır basmıştır, çünkü onlar sistemin hatalarla dolu olduğunun farkında olmalarına rağmen güvenmeye devam ediyorlardı. Tipik bir yanıt vardı: "Her türlü sorunla dolu ama bence şu anda kullanabileceğimiz en iyi sistem bu." Bilim insanlarının, sisteminin kusurlu doğasının farkında olmalarına rağmen yine de diğer bilim insanlarına, akademisyenlere ve halka bilimsel bilgi sağlamak için bu sistemi kullanıyor olmaları, onlara ikiyüzlülük, sorumsuz çalışma, yanlış umutlara düşkünlük, kutsal metinlerin otoritesi olmadan konuşma gibi tamsak özellikler verir.

Bhagavad-gītā'da (14.7) Śrīla Prabhupada, "modern uygarlığın; ihtiras hali standardında ilerlemiş olduğu düşünülür" der. İhtiras halinin bilincine hâkim olan birinin belirtileri, zihnin kararsız şaşkınlığını ve çok fazla aktivite nedeniyle zekanın bozulmasını içerdiğinden, bu hal altında yürütülen bilimin çevre yönetim stratejilerine nasıl zarar verdiğini görmek çok kolaydır. **Bu tür belirtilerden etkilenen bilim insanlarından dünyanın sağlığını iyileştirmeye ve korumaya yardımcı olacak araştırmalar yürütmeleri pek beklenemez. Tersine, bilim insanları öncelikle erdem halinde olsalardı, o zaman olan şeyleri gerçekte oldukları gibi görme yeteneğine sahip olurlardı.** Doğru, hoş, faydalı ve başkalarını rahatsız etmeyen ve düzenli olarak Vedik literatürü okuyan kişilerin sahip olduğu sattvik özellikler, çevre bilimi politikası ve yayınları içinde yer almalıdır. Bu tür değişiklikler başlatılabilirse, yönetim programları sadece maddi ihtiyaçları değil, spiritüel ihtiyaçları da ele alabilir.

**Rab Kırşna'nın saf bir adananı olan Anne Bhūmi, mevcut çevre yönetimi uygulamalarında yapılacak bu tür değişikliklerden kesinlikle memnun olurdu.**

# Gerçek Yangını Görmek!

Kṛṣṇa-mālā Devī Dāsī

*Āyurvedaya göre asıl olan śarīra değil śarīrīdir, yani Beden değil Bedende Yaşayandır.*

*Namaste sevgili okurlarımız, Benliğin Keşfi bu yaz yaşadığımız sıradışı yangınları gerçekten ne zaman söndürebileceğimizi düşünmemiz için bu sayısını Toprak Ana'ya ayırdı. Biz canlı varlıklarız ve diğer bir canlı varlığın üstünde onun bize sağladıklarıyla yaşıyoruz. Ama onu tanımıyoruz.*

Toprak Ana'ya Doğa Ana da diyebiliriz. Sanskrit dilinde ona “*Prakṛti*” yani maddi doğa deniyor. Modern bilim maddi doğayı kendi yöntemleriyle anlamaya çalışıyor ve onu bilimsel olarak inceliyor. Bu bilimsel araştırma yönteminin vedik felsefedeki karşılığı *Sāṅkhya* felsefesi ve “*saṅ-khyā*” saymak anlamına geliyor, bir konuyu analitik olarak değerlendirmek demek.

*Āyurveda* da insan bedenini anlamaya çalışırken bu yöntemi kullanıyor. *Āyurveda*nın ilkelerinin dayandığı altı temel felsefe var ve bunlara *ṣaḍ darśana* deniyor. *Sāṅkhya* felsefesi de bunlardan birisi.

*Āyurveda* örneğinin bedenimizi analiz ederken onun yedi unsurundan bahsediyor, bunlar; derinin üstündeki ince tabaka, derinin kendisi, etimiz, kan, yağ, kemik iliği ve kemiklerdir ve bunların hepsi toprak, su ve ateş elementlerinden oluşuyorlar. Yaşam nefesini incelerken ise onun boşluk, hava ve su elementlerinden oluştuğunu görüyoruz. [*Śrīmad-Bhāgavatam* 2.10.31]

*Āyurveda* tüm maddi doğayı incelerken onun ağırlıklı olarak üç elementten yani toprak, su ve ateşten oluştuğunu söylüyor. Yaşam gücü ise boşluk, hava ve su elementlerinden oluşuyor.

Su elementi maddi yaratılışın hem kaba hem de ince formlarında ortak olduğu için beş element içinde onun en önemli olan element olduğunu düşünüyor. **Bu şekilde bu maddi beden beş elementten oluştuğunu görüyoruz. *Sāṅkhya* felsefesi bunun gibi yirmi dört tane unsurun analizini yapıyor. Ama bu şekilde Toprak Ana'yı gerçekten anlayabiliyor muyuz? Onu tanımak için bunları bilmek yeterli mi?**

Cengiz Aytmatov birçok ödül alan Toprak Ana isimli romanında bir Kırgız köyünde savaş sırasında yaşanan sıkıntıları ve bir köylü kadınının Toprak Ana ile hayali konuşmalarını

anlatmıştı. ***Vedalarda* ise Toprak Ana'nın farklı kişilerle yaptığı gerçek konuşmalarını duyabiliriz. Onu bu şekilde tanıyabiliriz.**

*Śrīmad-Bhāgavatam*'ın dördüncü kantosunda ideal bir kral olan Mahārāja Pṛthu ile Toprak Ana'nın konuşmaları var; kral ülkesinde yiyecek sıkıntısı olduğunda Toprak Ana'ya niye yiyecek sağlamıyorsun diye kızıyor ve cevap olarak da Toprak Ana:

“İnsanlar çok şeytanlaştılar ve sadece yiyorlar ama görevlerini yerine getirmiyorlar o yüzden ben de tahıl üretimini azalttım diyor.” Buradan aslında Toprak Ana'nın sınırsız yiyecek

verebildiğini anlıyoruz, onun diğer bir ismi de Bhūmi devī ve eşi Rab Viṣṇu tüm canlı varlıkları besleyen kişi. *Katha Upaniṣad*'da Rabb'in herkese ihtiyacı olan yiyeceği verdiği söyleniyor.

*Eko bahūnām yo  
vidadhāti kāmān  
[Katha Upaniṣad 2.2.13]*

Öyleyse neden kıtlık yaşıyoruz? Yaşadığımız kıtlıklar demek ki nüfus artışıyla ilgili değil. Ya da yağmurların yağmaması ve temmuz ayı sonundan itibaren başlayan yangınları kendi çabalarımızla durduramamış olmamız da sadece şanssızlık değil. **Toprak Ana bizim davranışlarımızdan memnun değil. Onu tanıdıkça bunu anlıyoruz.**

Vedalara göre yedi tane annemiz var ve Toprak Ana da bunlardan birisi; o bize maddi bedenimizi veren anne.

*ādau-mātā guroḥ patnī  
brāhmaṇī rāja-patnikā  
dhenur dhātrī tathā pṛthvī  
saptaitā mātaraḥ smṛtāḥ  
[Nīti Śāstra]*

“Bir kişinin öz annesi, manevi öğretmeninin eşi, brahmanaların eşleri, kralın eşi, inek, ebe ve toprak ana onun yedi annesi olarak kabul edilir.”

Biz tüm bu annelerimize karşı iyi davranmalıyız ve bu anlayışa sahip olduğumuzda

bir aziz olan Yudhiṣṭhira Mahārāja zamanında olduğu gibi bulutların ihtiyacımız olan yağmuru yağdırdığını, toprağın tüm insanların ihtiyaçlarını bolca karşıladığını ve ineklerin mutluluk içinde sütleriyle çayırları suladığını göreceğiz (*Śrīmad-Bhāgavatam* 1.10.4). Yudhiṣṭhira Mahārāja kendisine zorlu bir sınavda neyin dünyadan daha ağır olduğu sorulduğunda cevap olarak anne sevgisi demişti ve annelere duyduğu saygıyı göstermişti. Biz de sevgileriyle bize koruma, bilgi, süt ve diğer tüm ihtiyaçlarımızı veren bu yedi annemize saygı ve hürmetlerimizi sunmalıyız.

*Sāṅkhya* felsefesi ya da günümüzün modern bilimi maddi doğanın detaylı bir analizini yapıyor ama aslında bu annemizin bizi nasıl doğurduğunu açıklamıyor.

**Yaşam sadece bu maddi unsurların bir araya gelmesiyle oluşmuyor.** Hiçbir kadın tek başına anne olamaz, bizim maddi doğadan ortaya çıkabilmemiz için bir de babamızın olması gerekiyor. *Sāṅkhya* felsefesi bize bunu açıklamıyor. Bunu *Caitanya Caritāmṛta*'dan öğreniyoruz;

*“sei puruṣa māyā-pāne  
kare avadhāna  
prakṛti kṣobhita kari' kare  
vīryera ādhāna”  
[CC Madhya 20.272]*

“Tanrının Yüce Şahsı maddi enerjiye baktığı zaman o heyecanlandı. O zaman



**Toprak Ana bizim davranışlarımızdan memnun değil. Onu tanıdıkça bunu anlıyoruz.**

Rab canlı varlıkların orijinal tohumunu ona aktardı.

Babamız Rab Kṛṣṇa da *Bhagavad-Gītā*'da bunu Kendisi tekrar ediyor;

*sarva-yoniṣu kaunteya  
mūrtayaḥ sambhavanti yāḥ  
tāsām brahma mahad yonir  
ahaṁ bīja-pradaḥ pitā  
[Bhagavad-Gītā 14.4]*

“Ey Kunti'nin oğlu, yaşamdaki tüm türlerin bu maddi dünyaya doğarak

geldikleri ve benim onların tohum veren babaları olduğum anlaşılmalıdır.”

Bu şekilde tüm canlı varlıkların esas babasının Rab Kṛṣṇa olduğunu da anlıyoruz ve yaşamımızın nasıl maddi ve spiritüel unsurların bir birleşimi olduğunu da görüyoruz.

Bedenimiz *āyurvedada* bahsedilen yirmi dört unsurdan oluşan bir makine gibi ve

**Yaşam sadece bu maddi unsurların bir araya gelmesiyle oluşmuyor.**



# Ayurveda Gelişim Kursu

NİSAN - TEMMUZ 2021

TAM PROGRAM SONUNDA ELDE EDİLECEKLER:

- Hastalıklara Ayurvedik bakış açısı ve tedavi biçimleri hakkında bilgi
- Ayurvedik ilaçların uygulanması ve etkileri hakkında bilgi
- Hasta bakımının kişisel anlayışı
- Spesifik belirti ve özelliklere göre tedavi stratejisine karar kapasitesi
- Kişisel hijyen, yaşam tarzı ve Ayurvedik önleyici ilaçlar hakkında tavsiye yetisi
- Çeşitli Ayurvedik terapi tekniklerinin uygulanması için pratik yetisi



Dr. Somit Kumar

Program süresi: 120 saat - 4 aya yayılacaktır.

Eğitim Kurumu: Arya Vaidya Pharmacy - AVP

Program Baş Eğitmeni: Dr. Somit Kumar

Diğer Eğitmenler: Dr. Dinil Paul, Dr. Govinrag Narayanan

Asistan: Gizem Şen

Program dili: İngilizcedir ve ardıl Türkçe çeviri olacaktır.

Programın Amacı: Ayurveda'da profesyonel gelişim programının amacı katılımcılara teorik bilgi yanında kadim bir tıp sistemi olarak Ayurveda'ya kapsamlı bir bakış açısı kazandırmaktır.

Program konuları: Ayurveda'nın tarihi ve felsefesi, Psikolojiye Ayurvedik bakış, patoloji ve farmakoloji,

Ayurveda terapi sisteminin Pratik çalışmaları.

Öğretim metodları: Dersler, Pratik uygulamalar, seminerler, tartışmalar, yazılı kaynakların analizleri.

**Tüm faaliyetlerimizin  
asıl kaynağı aslında  
sarīrī, yani bedende  
yaşayan ruhtur.**

ruhumuz ise ona can veren şey. *Āyurvedada bedene sarīra ve içinde yaşayan kişiye sarīrī deniyor. Ve ikisinden hangisinin daha önemli olduğu sorusuna da āyurveda sarīrī olarak cevap veriyor. Çünkü o ebedidir, yaşamın gerçek kaynağıdır deniyor.*

Ruh bedenden ayrıldığında bedenimiz işe yaramaz hale geliyor. Belki konuşurken dilimizle konuştuğumuzu ve beynimizle de düşündüğümüzü sanıyoruz ama ruh bedenden ayrıldığında dilimiz ve beynimiz orada olmasına rağmen artık konuşmıyoruz. Tüm faaliyetlerimizin asıl kaynağı aslında *sarīrī*, yani bedende yaşayan ruhtur. Aynı şekilde maddi enerjinin de

orijinal kaynağı Tanrının Yüce Şahsı Rab Kṛṣṇa'dır ve biz O'nu anlamadan maddi doğayı anlayamayız. Maddi doğayı anlamadan ise ne kılığa çözüm bulabiliriz ne de yangınları, selleri ve diğer doğal felaketleri engelleyebiliriz.

Benliğin Keşfi, tüm vedik literatürlerde ifade edilen ve spiritüel bilimin öncülerinin kabul ettiği bu gerçeği bize sunmak için ve tüm maddi problemlerimizin gerçek çözümünün spiritüelliğin bilimini anlamak olduğunu hatırlatmak için bu sayısında bize birbirinden güzel yazılarıyla gerçek yangını gösteriyor.

*Namaste*



Evrim ile  
Mat  
Üzerinde

# Tadāsana

**Yoganın izleri günümüzden 5.000 yıl öncesine, İndus Vadisinde bulunan Aryan Uygarlığına kadar uzanmaktadır. Arkeolojik kazılarda bulunan birçok tablette meditatif pozlarda oturan insan figürlerine rastlanmıştır.** Fakat sözlü olarak Yoganın 10.000 yıl öncesine hatta daha da eskilere dayandığına inanılmaktadır.

*Śāstralar* (kutsal yazılar), başlangıçta evrendeki türlerin sayısına eşit olan 8.4 milyon *āsana* olduğunu, ancak yalnızca Rab Śiva formundaki ilahi gücün hepsini bilebileceğini belirtir. Birçok *yoga* poz, Hint bilgelerin, azizlerin, Vedik kültürün kahramanlarının adlarını almışlardır. Diğerleri, dünyadaki insanlar tarafından gözlemlenen hayvanlardan ve doğadan almıştır. Bu pozların hepsi Sanskrit olarak adlandırılmıştır.

Bu sayının konusu olan tabiat anadan da yola çıkarak bu haftaki pozumuzu Dağ Pozu olarak seçtik.

## Tadāsana – Dağ Pozu:

**Dağ pozu (*Tadāsana*), güçlü ve istikrarlı bir yoga çalışmasının temelidir. Oldukça basit görünse de *yogadaki birçok ayaktaki pozda uygulanabilecek bir dizi hizalanma ilkesine sahiptir.***

Poz ayaklardan yukarıya sabit bir temel oluşturmanın önemli olduğu gibi, iyi hizalanmış bir Dağ pozu uygulamak, vücudu nasıl güvenli bir şekilde kuracağınızı ve kendi teninizde nasıl dik ve doğru duracağınızı anlamada önemlidir.

## Nasıl Yapılır:

Ayak başparmaklarınız birbirine değecek ve topuklarınız biraz ayrı olacak şekilde ayağa kalkın. Ayak parmaklarınızı genişçe kaldırın ve yayın, onları yere bırakın ve ayaklarınızın dört köşesini (ayak başparmağınızın tabanı, küçük ayak parmaklarınızın tabanı ve topuklarınızın hem sol hem de sağ tarafları) yere, matın üzerine yerleştirin.

Diz kapaklarınızı hafifçe kaldırmak için kalçalarınızı aktifleştirin (dizlerinizi aşırı uzatmadan). Enerjinizi nazikçe vücudunuzun orta hattına doğru çekin. Bacaklarınız düz olmalı ama asla kilitlenmemelidir.

Kuyruk sokumunu yere doğru uzatın ve nötr bir pelvis bulun.

Alt kaburgalarınızı vücudunuza doğru çekin ve kürek kemiklerinizi sırtınıza doğru itin. Omuzlarınızı kulaklarınızdan uzaklaştırın ve köprücük kemiklerinizi genişletin.

Kollarınızı yanlarınızda gevşetin ve avuçlarınızı göğsünüzü açmak için öne doğru çevirin.

Çenenizi yere paralel şekle getirin ve yüzünüzü ve çenenizi yumuşatın.

5 ila 10 nefes arasında nötr pozda kalın.



### **Fiziksel Faydaları:**

*Tadāsana*, ağırlığınızı bir pozda eşit olarak yaymayı öğretir. Daha gelişmiş duruşların doğru hizalanması için iyi bir uygulama olan doğru şekilde dengelenmenin nasıl bir his olduğunu öğrenirsiniz. Tüm büyük kas gruplarını çalıştırdığı için tüm vücutta güç ve esneklik oluşturur. Dolaşım sistemini iyileştirir. Diğer pozlar için ısınmaya yardımcı olur çünkü nazik ve basit bir duruş gibi görünmesine rağmen yorucu olabilir. Sindirime yardımcı olur. *Tadāsana*, vücudunuzun rahatlamış ve enerjik hissetmesini sağlayan

canlandırıcı bir pozdur.

Denge iyileştirilir ve bu da daha gelişmiş duruşlara olan güvenimize yardımcı olur.

### **Ruhsal Olarak Faydaları:**

Bu poz hem zihinde hem de vücutta durgunluğu teşvik eder, sadece "olmayı" öğrenirsiniz. Güç ve güven hissi veren çok dik bir pozdur. Aynı zamanda vücudu açan ve böylece sizi korkudan kurtaran bir pozdur. *Tadāsana*, kendinizi asanalar arasındaki dinginliğe geri getirmek için iyi bir pozdur. Ayak tabanları vasıtasıyla toprakla bağlantısı olduğu için oldukça topraklayıcı bir duruştur. Ayrıca sizi gökyüzüne

bağlar çünkü yukarıya doğru uzanıyorsunuz ve olabildiğince uzun duruyorsunuz. Denge de bu duruşta önemli bir faktördür. Pratik yaptıkça soldan sağa, önden arkaya, yerden göğe dengelenirsiniz ve zihin ve beden birleşir. Tüm bunların farkındalığı ile korkudan kurtulursunuz ve bilinciniz yükselir. Ayrıca yükselmiş hissedeceksiniz. Bu poz, nefesin, beden ve zihnin farkındalığını öğretir.

**Dağ, gücün, dinginliğin ve mevcudiyetin sembolüdür. Bu duruşu uygularken tüm bunlardan yararlanacaksınız.**



G O R A N G A  
Y O G A

GELİN VE MUTLU OLUN!

## **YOGAYA DAİR HER ŞEY: HATHA-YOGA, BHAKTİ-YOGA, ĀYURVEDA, VEDİK FELSEFE, SATVİK YEMEK PİŞİRME SANATI**

Goranga Yoga Merkezi'nde tüm öğretiler geleneksel yoga sistemine sadık kalınarak bhakti temelli sunulmaktadır. Konusunda uzman eğitmenlerimizden hatha-yoga ve bhakti-yoga dersleri alabilir, özel yoga dersleri için rezervasyon yaptırabilir, haftalık ve aylık programlarımızı takip ederek āyurveda gelişim programlarına katılabilir veya bireysel danışmanlık alabilir, Vedik felsefe sınıfları, japa meditasyon seansları ve vegan/vejetaryen yemek pişirme sanatı seminerlerimize katılabilirsiniz.



Adres: Büyükdere Caddesi, Naci Kasım Sokak No:6B  
Mecidiyeköy İstanbul  
Telefon: 0212 234 36 33  
E-posta: info@gorangayoga.com  
Web: www.gorangayoga.com



# Śrīla Prabhupāda Konuşuyor:

**Her şeyi gereksiz yere karmaşıktırıyor**



**Çeviri: Candramālā Devī Dāsī**

*kāmam vavarṣa parjanyaḥ  
sarva-kāma-dughā mahī  
siṣicuḥ sma vrajān gāvaḥ  
payasodhasvatīr mudā*  
[SB 1.10.4]

**“Mahārāja Yudhiṣṭhira'nın hükümranlılığı sırasında, bulutlar insanların ihtiyaç duyduğu tüm suyu yağdırdı ve toprak, insanın tüm ihtiyaçlarını bolca üretti. İnek, süt dolu memeleri ve neşeli tavrından dolayı otladığı yeri sütle ıslatırdı.”**

*Kāmam. Dharmārtha-kāma-mokṣa* [SB 4.8.41]. İnsan toplumunda her şeyin düzenli olması adına verilen reçete *dharma*, *artha*, *kāma* ve *mokṣa*dır. *Dharma* kişinin kendi konumunda yerleşmesi demektir. Buna *dharma* denir. *Dharma* bir çeşit inanç değildir. İnanç bazen körü körünerdir. Bu *dharma* değildir. Tıpkı şunu söylememiz gibi, *varṇāśrama-dharma*. *Cātur-varṇyam mayā sṛṣṭam* [BG 4.13]. *Varṇa*. *Brāhmaṇa*, *kṣatriya*, *vaiśya*, *śūdra*; *brahmacārī*, *gṛhastha*, *vānaprastha*, *sannyāsī*. Sekiz tanesinin bu birleşimi, *dharmayī*, yapısal konumu yapar.

Herkes hayvandır. Bu nedenle, insan toplumunun bu sekiz ilkesi konusunda eğitilmiş değilseniz, bu *dharma* değildir; duyudur. Daha az zeki insan sınıfı, sözde *dharma*, duyu denilen bir süreç üretirler, ancak bu çok uzun sürmez. Yok olacaktır. Ama eğer *dharma*, *varṇāśrama-dharma*nın maddi amaç için kabul edilirse, bunun spiritüel amacı yoktur. Spiritüel hayata dair ipuçları olsa da bunlar yine de *prākṛta*dır.

Yani *dharma*, *artha*, *kāma*, *mokṣa* [SB 4.8.41, CC Ādi 1.90]. *Dharma*, kişinin yapısal konumunda kalması anlamına gelir. *Dharma* budur. *Artha*, kişinin geçimini sağlamak için kendini yapısal konumunda tutması anlamına gelir. *Artha*, yani geçim olmadan duyu tatmini veya yaşamın ihtiyaçlarını karşılama... Bu *kāma*dır. Tıpkı adananlar gibi, onların da *kāması* var. Adanan olmaya çalışıyoruz. Bu da bir tür *kāma*dır, ancak bu spiritüel *kāma*dır. Maddi değildir. Narottama dāsa Ṭhākura şöyle tanımlamıştır, *kāma* kṛṣṇa-karmārpaṇe [Prema-bhakti-candrikā].

Çünkü *kāma* var ve *kāma* gerçekleştirilmediğinde yani *kāma*, şehvet veya arzumuz gerçekleştirilmezse, bir sonraki pozisyon *krodha*dır. *Kāma*, *krodha*, *lobha*, *moha*, *mada*, *mātsarya*, *bhaya*, bunlar birbiri ardına farklı birlikteliklerdir.

Arzunuz gerçekleşmezse, öfkelenirsiniz. Öfkelenildikten sonra çok açgözlü olursunuz. Sonra şaşırırsınız, sonra illüzyona kapılırsınız, sonra korku dolu olursunuz.

Bu nedenle, arzumuzu gerçekleştirmek için bazı düzenleyici ilkeler olmalıdır. Ve düzenleyici ilke nasıl gerçekleştirilir? Burada *kāmam vavarṣa parjanyaḥ* denir. *Vavarṣa* yağmak demektir. *Parjanya*, yağmurlar. Yani tüm ihtiyaçlarımız yukarıdan yağıyor. Bu nedenle dua ediyoruz. *Eko yo bahūnām vidadhāti kāmām* [Kaṭha Upaniṣad 2.2.13]. Tanrı. Yağmur kontrolünüz altında değildir. Yağmur, gökten, bulutun içinden gelir. Sizin kontrolünüz altında değildir. Yağmur kıtlığı olduğunda, sizin sözde biliminiz yağmur üretemez. Hayır. Bu mümkün değil. Kuraklık. Kuraklık, pek çok yerde, son iki-üç yıldır var. Yani *kāmām*, maddi açıdan yaşam gereksinimlerimiz, gökten yağın yağmurlarla karşılanır. Yağış yoksa, hiçbir şey üretemezsiniz.

*Kāmām vavarṣa*... Bu, Mahārāja Yudhiṣṭhira'nın hükümdarlığı sırasındaki tanımdır. Mahārāja Yudhiṣṭhira bu dünyanın kralıydı ve o kadar dindardı ki, onun dindarlığından dolayı, Kṛṣṇa her şeyi görkemli bir şekilde sağladı. Görkemli bir şekilde. Şimdi, hiç şunu yaşadın mı...? Şimdi burada *sisicuḥ sma*

*vrajān gāvaḥ* deniyor. Şimdi, sütün hasretini çekiyoruz, ama o günlerde, Mahārāja Yudhiṣṭhira'nın zamanında, süt o kadar yeterli bir şekilde üretiliyordu ki inek sağılmadan önce o kadar süt üretiliyordu ki otlaklar çamurlu hale gelirler. Sütle çamurlanırlar. Artık yağmurun azlığı ile toprak da çamur haline gelmiyor. Kuru bir toprak oluyor. Ama o günlerde süt sayesinde çamurluydu. Ne kadar süt olduğunu bir düşünün... Ve bu nasıl mümkün olabilir? *Sisicuḥ sma vrajān gāvaḥ payasodhasvatīr mudā*. Süt torbası çok yağlı ve sütle doluydu. Neden? *Mudā*, çok mutluydular. Çok mutluydular. Yani inekleri mutlu ederseniz, o zaman inek büyük miktarda süt sağlayacaktır. İnek onu öldüreceğini biliyorsa, hep korkar, her zaman korku dolu olur: “Ah, bu adam beni öldürecek.” Onlar anlayabilirler. New Vrindaban'da bir inek gördüm..., buzağısı alındığı için ağlıyordu. Bu yüzden çok üzgün hissediyordu. Şimdi Yeni Vrindaban'ımızda ineklerin nasıl mutlu olduklarını, nasıl başa çıktıklarını görüyoruz. Korkmuyorlar. Bu bizim görevimiz, inekleri mutlu etmek. Nasıl eşimi ve çocuklarımı mutlu görmek istiyorsam, aynı şekilde ineklerin de çok mutlu olduğunu görmek insan

toplumunun görevidir. Bu insan uygarlığıdır. Aksi takdirde bu kaplan uygarlığı, et yiyicilerin uygarlığı olur. Et insan tarafından yenmez; köpekler, kaplanlar, hayvanlar tarafından yenir.

**Biz de din adına inekleri öldüren, etini yiyen ve mezbaha işleten bir toplum yarattık. Bu devam ediyor. Peki nasıl mutlu olabiliriz? Orada mutluluk olamaz.** Bu bir duygu değil. Bu nedenle bu, yani et yeme, inek öldürme en günahkâr faaliyettir. En günahkâr faaliyet. Ve bunun için acı çekmelisin. Ne yazık ki insanlar, bu günahkâr faaliyetlerin sonucunun ne olduğunu bilmiyorlar. Hayatın devam edeceğini düşünüyorlar ve artık hayat yok. “Bu bedenim sonlanmasından sonra, her şey sonlanmış olacak.” Ateist teori. *Bhāsmī-bhūtasya dehasya kutaḥ punar āgamano bhavet* [Cārvaṅka Muni]. *Kutaḥ*. “Ah, kim geliyor?” Ama bunu bilmiyor ahmaklar. Kṛṣṇa’dan bilgi alıyoruz, *tathā dehāntara-prāptiḥ* [BG 2.13]: “**Bu bedenim sonlandıktan sonra başka bir bedeni kabul etmek zorundasın.**” O kadar sorumsuzlar ki, dindar ve günahkâr faaliyetlerin sonucu olan sonraki hayatı umursamıyorlar.

Öyle görünüyor ki inek koruması çok katıydı. **Kṛṣṇa’yı göreceksiniz, O her zaman ineklerle birlikte ve inekler Kṛṣṇa ile nasıl da**

**mutlu görünürler.** Ve Kṛṣṇa kişisel olarak ineklerin nasıl korunacağını öğretiyor. O bir çoban çocuk oldu. Kralın, Mahārāja Nanda’nın oğluydu; ama O’nun işi, inekleri ve buzağuları günlük olarak otlaklara götürmekti. Ve bu çoban çocuklarla yapılan çok sportif bir meşguliyetti. İnekler otliyordu ve oğlanlar yemeklerini sefer taslarında getirmişlerdi...o zamanlardaki sefer taşı değildi, öyle ya da böyle yemeklerini yerler, arkadaşları arasında dağıtırlardı.

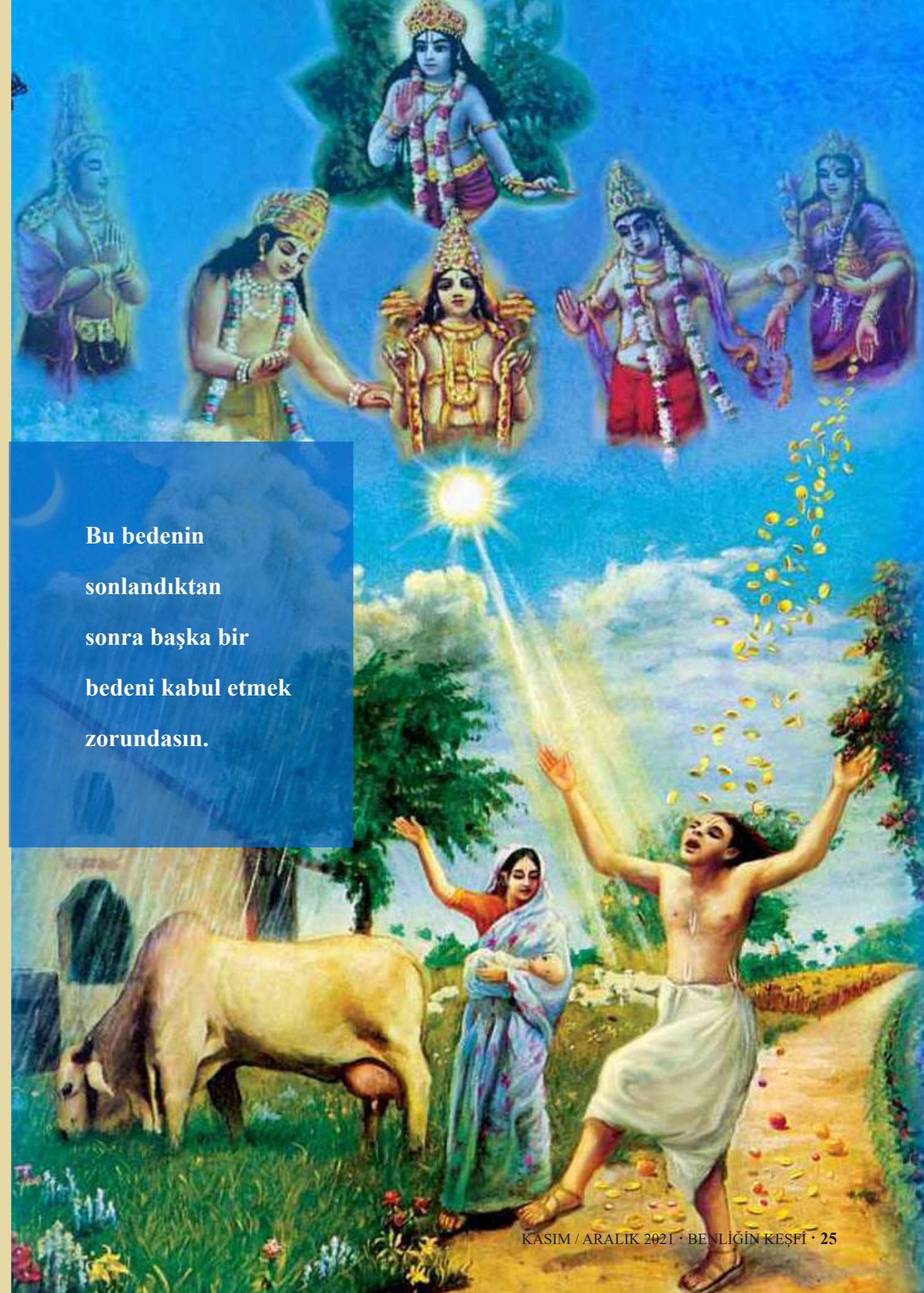
Bazen bir sefer taşı oğlanlardan biri tarafından çalınırdı, arardı ve sonra o... Yani tıpkı erkek çocukların yaptığı gibi. Bu çocukların hayatıydı, koruma almak, ineklere, buzağılara koruma sağlamak. Altı yaşına kadar, yedi yaşına kadar küçük çocuklar buzağılara bakarlardı ve yaşlı erkekler veya yaşça büyük oğlanlar yetişkin ineklere bakarlardı. Böylece inekler çok güzel beslenirdi. *Vrajān*. **Bu nedenle Vṛndāvana’ya “birçok ineğin olduğu yer” anlamında Vrajabhūmi denir.** Gokula denir. Gokula. *Go* inek, *kula* grup demektir. Gokula. Govardhana. Govardhana Tepesi. Çünkü inekler tepede otliyordu ve bolca ot yetişiyordu ve onlar eğleniyorlar. Yani bir düzen olmalı. Tıpkı burada gördüğümüz gibi, çok fazla

açık alan var ve inekler otuyor. Ama mutlu olamazlar çünkü sadece öldürülmek için yetiştirildiklerini bilirler. Mutlu olamazlar.

**Dolayısıyla Kṛṣṇa bilinci hareketimiz duygusal bir hareket değildir. Çok yönlü sosyal organizasyonla ilgilenir. Din duygusu gibi bir şey değil. Her şeye özen gösterilmelidir.** Bu nedenle inek koruması diyoruz. İnek koruması. Burada, *kāmaṁ vavarṣa parjanyaḥ sarva-kāma-dughā mahī* denir. *Mahī* toprak demektir, *bhūmi*. *Agnir mahī gaganam ambu marud-diśaḥ... Mahī*. Bir başkasında, *Brahma-saṁhitā*’da, *mahī* denir.

*agnir mahī gaganam ambu marud-diśaś ca kālas tathātma-manasīti jagat-trayāṇi yasmād bhavanti vibhavanti viśanti yaṁ ca govindam ādi-puruṣam tam aham bhajāmi* [BS 5.51]

Bu *mahī* kelimesi *Vedalar*da, *Brahma-saṁhitā*’da kullanılır. *Mahī* nedir? *Agnir mahī*. Ateşe ihtiyacınız var. Araziye ihtiyacınız var. Gökyüzüne ihtiyacınız var. *Agnir mahī gaganam ambu*. Suya ihtiyacınız var. *Agnir mahī gaganam ambu marut*. Havaya ihtiyacınız var. Boşluğa ihtiyacınız var. Bunlar gereksinimlerdir.



**Bu bedenim sonlandıktan sonra başka bir bedeni kabul etmek zorundasın.**



*Agnir mahī gaganam ambu marud-diśās...* Kala. Zamana, süreye ihtiyacınız var. Her şey orada. *Agnir mahī gaganam ambu marud-diśās ca kālas tathātma...* Ātmā, ātmā bu beden, ātmā zihin ve ātmā ruh anlamına gelir. Yani, *Brahma-samhitā*'da gördüğünüz gibi, *agnir mahī gaganam ambu marud-diśās ca kālas tathātma-manasīti jagat-trayāṇi, yasmād bhavanti. Yasmād bhavati.* Bütün bu şeyler, nereden geliyorlar? Bilmiyorlar. **Bilim adamı, bu kadar suyun, bu kadar geniş okyanusun, denizlerin nereden geldiğini söyleyebilir**

**mi?** Ama onlar Kṛṣṇa'dan geldi. Kṛṣṇa *Bhagavad-gītā*'da diyor ki, *bhūmir āpo 'nalo vāyuh kham mano buddhir eva ca..., bhinnā prakṛtir aṣṭadhā* [BG 7.4]. *Bhinnā me prakṛtiḥ.* O Kṛṣṇa'nın enerjisidir. Kṛṣṇa'nın enerjisi. Yani *mahī*, toprak, arazi oradadır. Tıpkı Amerika'da veya Avustralya'da olduğu gibi, çok fazla toprak var. Afrika'da o kadar çok toprak boş duruyor ki. Ama bilmiyorlar ki bu topraklar hayatın tüm ihtiyaçlarını karşılayabilir. *Sarva-kāma-dughā mahī. Sarva-kāma:* ne istersen. Aslında alıyoruz...

**Yeterince tahılınız, yeteri kadar sebzeniz, yaşadığınız topraklardan yeterli sütünüz varsa, nerede kalır ekonomik sorununuz? Neden başka bir yere gitmelisiniz? Bu Vedik medeniyettir.**

Tıpkı bu Batı medeniyeti gibi yeme amaçlı çok sayıda mezbaha yaratmıştır. Ama nereden alıyorlar? *Mahī*den, topraktan. Otlak yoksa inekleri ve boğaları nereden alacaklar? Çünkü toprakta ot var ve inekler ve boğalar onları yiyor, dolayısıyla büyüyorlar. Sonra medeni insan onların boğazını kesiyor ve yiyor, ahmak medeni insan! Ama siz *mahī*den, topraktan alıyorsunuz. Toprak olmadan yapamazsınız. Benzer şekilde ineklerin boğazını kesmek yerine yiyeceğinizi yetiştirebilirsiniz. Neden ineklerin boğazını

kesiyorsunuz? Sonuçta, *mahī*den, topraktan almalısınız. O halde, yediğiniz hayvan nasılsa, besinini topraktan alıyor, siz neden besininizi topraktan almıyorsunuz?

Bu nedenle, *sarva-kāma-dughā mahī* denir. Hayatınızın tüm ihtiyaçlarını topraktan karşılayabilirsiniz. Yani *dughā* üretmek demektir. Yemeğinizi üretebilirsiniz. Bazı topraklar hayvanlar için yiyecek üretmeli ve bazı topraklar da sizin gıda maddelerinizin üretimi için kullanılmalıdır... tahıllar, meyveler, çiçekler ve siz de süt alırsınız. Neden bu masum hayvanları öldürmeniz gereksin? Onları *mudā*, mutlu edersiniz ve o kadar çok süt alırsınız ki toprağı ıslatır. Bu medeniyettir.

Ve bu anlatılan şey Mahārāja Yudhiṣṭhira döneminde sürdürülüyordu. Mahārāja Yudhiṣṭhira bu medeniyet standardını sürdürdü. Sadece bir Hareket, bu Kṛṣṇa Bilinci Hareketi ile ekonomik sorunların nasıl çözüleceğine bakın. Anlamaya çalışın. *Mahī.* Çünkü *mahī* her şeyi üretecek. Tıpkı bu Letchmore Heath'de olduğu gibi, çok fazla, çok fazla boş toprak var. **Kendi yemeğinizi kendiniz üretiyorsunuz. Neden Londra'ya, fabrikalara gidiyorsunuz? Buna gerek yoktur. Bu yanlış bir medeniyettir. İşte toprak. Yemeğinizi kendiniz**

**üretin. Yemeğinizi kendiniz üretiyorsanız, geçiminizi sağlamak için motosikletiniz veya motorunuzla yüz mil, elli mil gitmenize gerek yok. Neden?** Gerek yok. O zaman benzine ihtiyacınız olur ve benzin kıtlığı var. O zaman çok fazla şeye ihtiyacınız olur, çok fazla... Bu, her şeyi gereksiz yere karmaşıklaştırıyorsunuz demektir. Boşu boşuna.

Sadece toprağı tutuyorsunuz ve yemeğinizi üretiyorsunuz ve inekler orada; size süt verecekler. O zaman nerede kalır ekonomik sorununuz? **Yeterince tahılınız, yeteri kadar sebzeniz, yaşadığınız topraklardan yeterli sütünüz varsa, nerede kalır ekonomik sorununuz?** Neden başka bir yere gitmelisiniz? Bu Vedik medeniyettir. Herkes yerinde kalsın ve her şeyi istediği gibi üretsün, Tanrı yardımcı olacaktır. Çünkü her yerde topraktan üretim yapabilirsiniz. Yağış orada. Toprağınız varsa ve yağış düzenliyse, her şeyi üretebilirsiniz. *Kāmaṁ vavarṣa parjanyaḥ* [SB 1.10.4]. Ve yağış nasıl mümkün olacak? Düzenli bir yağış? Bu, *Bhāgavata*'da tarif edilir: *yajñād bhavati parjanyaḥ parjanyaḥ anna-sambhavaḥ* [BG 3.14].

Öğrencilerimize mümkün olduğu kadar mutluluk vermeye çalışıyoruz. Kişi Kṛṣṇa bilincinde çok ilerlemedikçe, bir şeyleri ayarlayamaz. *Yogo bhavati*

*siddhi. Yuktāhāra-vihārasya. Yuktāhāra-vihārasya yogo bhavati siddhi* [BG 6.17]. Biz *yogī*leriz, ama bizler bedene gereksiz yere zahmet veren o tür bir *yogī* değiliz. **Yemek yemeniz gerekir; yiyin. Açlıktan ölmeyin. Gereksiz yere oruç tutmayın. Ama açgözlü bir şekilde yemeyin. Bu kötüdür.**

Bu *yukta* değil. Yersiniz ama açgözlü bir şekilde yemeyin: “Çünkü çok lezzetli bir şey var, açgözlü bir şekilde yiyeyim” ve sonra tekrar hastalanırsınız. Ve eğer sindiremezseniz, o zaman uyuyacaksınız. Sadece uyuyacaksınız. Bu nedenle daha fazla yemeyin, ancak gerekli olanı yiyin. *Yuktāhāra. Yuktāhāra-vihārasya yogo bhavati siddhi.* Ne gerekiyorsa yiyin ne yiyebilirseniz... “Birinin yemeği, diğerinin zehri.” Bir adam, diyelim ki, çok açgözlü bir şekilde yiyor; başka bir adam bunu sindiremez. Taklit ederse, “Ah, çok yiyor? Ben de çok yiyeceğim.” Hayır. Onu sindirebilir, bırak yesin. Ama sindiremiyorsan daha fazla yeme.

*annād bhavanti bhūtāni parjanyaḥ anna-sambhavaḥ yajñād bhavati parjanyo yajñāḥ karma-samudbhavaḥ* [BG 3.14]

“Bütün canlı bedenler, yağmurlardan üretilen tahıllarla yaşamlarını

Dolayısıyla sosyal düzenin çok güzel işlemlerini sağlamak için, bölümler olmalıdır: brāhmaṇa, kṣatriya, vaiśya, śūdra.

sürdürürler. Yağmurlar, yajña ya da fedakarlığın gerçekleştirilmesiyle üretilir ve yajña, önceden belirlenmiş görevlerden doğar.”

Bu kadar. Her şey döngüdür. Bir brāhmaṇa, bir kṣatriya, bir vaiśya veya bir śūdra olarak, bir brahmacārī olarak, bir grhastha olarak, bir vānaprastha veya bir sannyāsī olarak önceden belirlenmiş görevleri yerine getirirseniz... Bölümler oradadır. Bölümler orada olmalı. Tıpkı hükümet gibi. Devletin işini güzel bir şekilde yürütmek için çok fazla departmanı var. Tek bir departman değil, sadece kral, kraliçe değil. Devlet neden bu kadar binanın bakımı için bu kadar çok para harcıyor? Sadece kraliçenin sarayı, bu Buckingham Sarayı, bu yeterli değil mi? Hayır.

Departmanlar olmalı. Yani bunlar departmanlardır, brāhmaṇa, kṣatriya, vaiśyalar, śūdralar. Tıpkı vücudunuzda bölümlerin olması gibi. Bu bölüm, beyin, kafa. Bu nedenle baş (merkez) ofis olarak adlandırılır. Baş ofis (head office). Neden “baş ofisten” bahsediyorsunuz? Bu baştan (head) geliyor. Neden Tanrı (Godhead- Baş Tanrı)? Yüce Tanrı, Yüce. Bu yüzden “Tanrı (Godhead)” diyoruz. Birçok tanrı olabilir, ama Kṛṣṇa yüce Tanrı’dır, baş, baş Tanrı (Godhead). Bu, Bhagavad-gītā’da anlatılır. Mattaḥ parataram nānyat kiñcid asti

dhanañjaya [BG 7.7]: “Benden daha üstün bir kişi yoktur.” Yani bölümler gereklidir. Bölümler gereklidir.

Dolayısıyla sosyal düzenin çok güzel işlemlerini sağlamak için, bölümler olmalıdır: brāhmaṇa, kṣatriya, vaiśya, śūdra. Ah, bhavanti bhūtāni. Annād. Anna tahıl demektir. İster hayvan ister insan olsun, yeterince yemelidirler. Ya ot yersiniz ya da pirinç, buğday ya da yulaf yersiniz ya da... bir şey olmalı. Bunlara anna denir. Sanskrit dilinde anna denir. Anna tahıl demektir. Annād bhavanti bhūtāni [BG 3.14]. Her canlı varlık yaşar. Günümüzde tahıl kıtlığı var. İnsanlar bile yeterince yiyemiyor. Ama eskiden krallar filleri beslerdi. Onlara çok güzel cāpātīler verilir. İster hayvan ister insan olsun, anna yiyerek yaşarlar. Annaya ihtiyacınız var. Tahıl üretin. Tahıllar, otlar ya da herhangi bir şey, hayvanlar ve insanlar yerken, siz de üretmelisiniz. Ve bu üretim toprakta, sizin fabrikanızda değil. Birmingham fabrikalarında değil. Orada tahıl üretemezsiniz.

Ve parjanyaḥ anna-sambhavaḥ. Parjanya yağmur varsa, o zaman anna üretebileceğiniz anlamına gelir. Parjanyaḥ anna-sambhavaḥ. Tahıla ihtiyacınız var ve tahıl üretmek için yeterli yağmura ihtiyacınız var.

# Kali Yuga’da Dünya Ana

Ādi-rasa Devī Dāsī

Gerçek doğamıza karşı olan, şiddet, duyarsızlık ve öfke dolu Kali çağında yaşıyoruz; kendimize, çevremize ve Dünya Ana’ya yabancılaşıyoruz. Yaşam teknolojik olmaya devam ettikçe gezegende ticaret savaşı, çekişme, çatışma, şiddet, yolsuzluk, yoksulluk ve açlık artıyor; kurulan sistemler tersine işlemeye devam ediyor.

Dhruva Mahārāja maddi dünyayı terk ettikten sonra, oğlu Utkal, benlik idrakine varmış bir kişi olduğu için tahta geçmek istemez. O tamamı ile tatmin bir ruhtu ve dünyevi maddi nesnelere karşı

bağımlılığı yoktu. Yüce Ruh’un herkesin kalbinde olduğunu düşünüyordu. Birçok kişi tarafından da bu yüzden daha az zeki olarak görülüyordu. Utkal aslında küllerle kaplı ateş gibiydi. Sonunda, Utkal’ın kardeşi Aṅga tahta geçti. Eşinin ismi Svarviti’ydi, iki eşi vardı ve altı çocukları oldu. Çocuklarından bir tanesi hiç söz dinlemiyordu. Bir gece yarısı Kral Aṅga her şeyi, krallığı ve eşini terk etti. Bir süre taht boş kaldı; Azizler bir araya geldi ve ülkeyi kim yönetecek diye düşünmeye başladılar. Diğer kardeş, Vena kral



**Duyguların manipülasyonu, farklılıkların artışı, korkuların alevlenmesi bilinci zehirliyor. Hoşgörüsüzlük ve yaygın öfke ile kendini haklı gören, ötekini yargılayan zihinler sonucu Dünya Ana'da bugün 1,8 milyar insan temiz su ve temiz havaya erişemiyor. Gezegenimizde çoğu açlıktan olmak üzere her saat 650 çocuk ölüyor. Onları doyurabilecek kadar yemek her gece metropollerde çöpe atılırken her saat 650 çocuk ölüyor.**



olursa belki düzeler dediler. Vena tahta geçti, ama kral olduktan sonra sahte egosu ve kibri büyüdükçe büyüdü. Kendini adeta Tanrı'nın Yüce Şahsı olarak görüyordu. Vedic zamanda *Brahmanalar Kşatriyalara* tavsiyelerde bulunurdu. Vena'ya gidip onu uyardılar. Vena fena halde sinirlendi. Azizler "böyle yaparsan mahvolacaksın" dediler. *Brahmanalar* ses titreşimi ile söyledikleri *mantralar* sayesinde onu yok ettiler. **Vena'nın bedeni yerde yatarken Azizler onun bedeninden ellerini sallayarak bir çocuk dünyaya getirdiler, alçak gönüllü olan bu çocuk hemen "ne yapabilirim?" diye sordu. Hemen ormana gitmesini söylediler. Bu çocuk, Pṛthu Mahārāja'ydı ve büyüyünce tahta geçerek ideal kralın örneğini sergiledi.** Tahta oturduktan sonra halk Pṛthu Mahārāja'ya gelip Dünya Ana'nın ürün vermediğini söylediler. Pṛthu Mahārāja toprak ananın peşine düştü ve O'nu cezalandıracağını söyledi. Pṛthu Mahārāja "neden bütün ürünleri saklıyorsun" diye sordu; O da "Ben ürün verdiğimde onu Tanrı'nın hizmetinde kullanıyorlar o yüzden ben artık ürün vermek istemiyorum" dedi. Pṛthu Mahārāja bunun üzerine sakinleşti, Tanrı Bilinçli yaşamı insanlara gösterdi ve onun krallığı sürecinde çok

büyük bolluk yaşandı.

**Binlerce yıl öncesine ait bu vedik hikâye tanıdık geliyor mu? İçinde bulunduğumuz zamanda toprak anaya zarar veriyor muyuz?**

Ormanda yürüyüşe çıkınca insanların çöplerini doğaya bıraktığını görüyor musunuz? Ama toprak ana yine de ürün vermeye devam ediyor; lakin bu hep böyle sürmeyecek. Uyumsuzluk, yabancılaşma ve eşitsizlik adeta Bilinç karışıklığı, bizim daha bilinçli yaşamı seçmemiz gerekiyor.

Duyguların manipülasyonu, farklılıkların artışı, korkuların alevlenmesi bilinci zehirliyor. Hoşgörüsüzlük ve yaygın öfke ile kendini haklı gören, ötekini yargılayan zihinler sonucu Dünya Ana'da bugün 1,8 milyar insan temiz su ve temiz havaya erişemiyor. Gezegenimizde çoğu açlıktan olmak üzere her saat 650 çocuk ölüyor.

Onları doyurabilecek kadar yemek her gece metropollerde çöpe atılırken her saat 650 çocuk ölüyor.

Sağlıklı yaşamdan bahsederken yürüyen cansız varlıkları tüketmek, kanserojen maddeleri solumak, karaciğeri solduran içecekler içmek yerine daha bilinçli seçimler yapmalıyız.

**Yüzyıllardır dünyanın sorunlarını, sorunların var olduğu seviye hariç her düzeyde çözmeye çalışıyoruz. Bireysel**



sorunlarda ise konuşarak, pazarlık yaparak çözüm ararken ya para saçıyoruz ya da para esirgiyoruz. Yetmezse çılgınlar gibi harcama yaparak geçici hazlar ve mutluluklar seçiyoruz. Bu da işe yaramazsa, bağırarak, masaya yumruk vurmak, kapıları çarpmak, otoriter tartışmalar ile güç oyunları oynamak, anlaşmaları bozmak, verilen sözleri tutmamak, ilişkilerden uzaklaşmak hatta evliliklere son vermek *samsaranın* çarkını çevirmeye devam ediyor.

İçinde olduğumuz durumu manevi yöntemler ile çözmek daha yerinde ve kolay olur.

**Birlik inancı ile ayrışma olmadan gerçek doğamız olan neşe, tevazuu, iş birliği, hizmet ve katkı dolu olmaya niyet etmeliyiz.**

**Nihai amaç *jivanın* buraya ait olmadığını ve Rabb'e geri dönmesi**

**gerektiğini algılamasıdır.** Tüm düzenlemeler bununla ilgilidir. *Jiva* maddi dünyada kalmaya devam ettikçe hem bedenler boyunca hem *yugalar* boyunca maddi dünyanın sıkıntılarını yaşamaya devam edecek ve Doğa Ana'yı da tüketecektir.

**Spiritüel varlıklar olduğumuz inancını, kültürel anlatımımızın merkezi prensibi olarak BİR oluşumuza olan inancımız ile birleştirmek Dünya Ana için anlam yaratır. Maneviyatı hissetme algımız ve nedenimiz de dönüşür.**

Hermann Hesse'in meşhur Siddhartha'sı kendi öz beninin *Ātman* olduğunu, *Brahman* gibi aynı sonsuz tözden yaratıldığını biliyordu. Bedeninin öz ben olmadığını, duyu oyunlarının öz ben olmadığını, düşüncelerin öz ben olmadığını biliyordu. Tümünü yalnızca oyun olan pek çok şey yaptığını; haz içinde vakit

geçirmesine karşın gerçeğin ona hiç dokunmaksızın yanı başından akıp gittiğini biliyordu. Başkalarını da görüyordu; paraya, planlara ya da umutlara sevdalı insanlar vardı. Kimileri mal, mülk servet hırsı ile; kimileri zevk, şehvet ya da miskinlik içinde zincirler ile yük vurulmuş halde yaşıyorlardı. Kısırdöngü hepsini yoruyor, hasta ediyor, kocatıyordu. **Siddhartha da bir dönem yüce bir amaç olmaksızın, manevi yükselişten yoksun, sürekli eksiklik duygusu içinde yaşamıştı. Açgözlü istekleri uğruna seyahatler yapmış, savaşmış, acılar çekmiş, çilelere katlanmıştı. Gerçek bilgeliğin tomurcuklarında birliği hissederek, illüzyondan ibaret zamanı ve maddesel bağları aşmıştı ve kendini Doğa Ana'ya teslim etmişti.**



Ayın  
Konuğu:  
Gaura Prema  
Devī Dāsī

“Kim olduğumuzu bilmeden,  
gerçek benliğimizi anlamadan,  
hatırlamadığımız kaç bin tane  
hayat yaşadık?”

Hazırlayan: Gandhavaṭī Devī Dāsī

**Bhakti-yogilerin**  
Kṛṣṇa Bilinci ile tanışma  
hikayelerini duymak bizlere  
merhametin nasıl bağımsız  
hareket ettiğini hatırlatıyor.  
Bu sayımızda Gaura  
Prema Devī Dāsī'nin güzel  
bhakti öyküsünü okuyunca  
ne demek istediğini  
anlayacaksınız.

**1 - Kısaca kendinden  
bahseder misin? Örneğin ne  
işle meşgulsün?**

Bu dünyada hala kendimi  
annesini özleyen küçük bir  
çocuk gibi hissediyorum ama  
şimdiki yaş ortalamasına  
baktığımız zaman hayatımın  
yarısından çoğunu yaşamış  
durumdayım. Azerbaycan'da  
doğdum ve Azerbaycan Petrol

ve Kimya Üniversitesi'nin  
Jeofizik Mühendisliği  
bölümünü bitirdim. Bakü'de  
çalıştığım bir şirkette eşimle  
tanıştım ve evlendikten sonra  
İstanbul'a taşınmaya karar  
verdük. Çocuklarım doğunca  
çalışmayı çok sevmeme  
rağmen onları kendim  
büyütmek istediğim için  
çalışmamaya karar verdim.

İstanbul'da ara ara çok kısa  
sürelerde iki ayrı işte çalıştım  
ama Kṛṣṇa'nın benim için  
farklı planları varmış. Galiba  
benim O'na daha çok zaman  
ayırmamı istedi. Çalışmak, ev,  
aile ve ibadetlerim. Bunların  
hepsini bir arada yapıyordum;  
o yüzden, sadece birkaç ay  
çalıştıktan sonra her iki iş  
yerinden de ayrılmak zorunda  
kaldım. Şimdi ise aslında her  
zaman yapmam gereken en  
güzel işi yapıyorum. Severek  
ve hiç ayrılmak istemediğim  
bir iş: *Bhakti-yoga*, Kṛṣṇa'ya  
sevgiyle adanma hizmeti  
yapıyorum. ☺

**2 - Yoga hayatına nasıl  
ve neden girdi? O dönemki  
hissiyatını kısaca anlatabilir  
misin?**

Aslında *yoga*yla  
Azerbaycan'da tanıştım.  
*Bhakti-yoga* uygulamasını  
uzun yıllardır yapmaya devam  
eden kardeşimin vasıtasıyla.  
Bir sene boyunca annem  
babam, bütün aile olarak  
hepimiz onu bu “sevdasından”  
vazgeçirmeye çalışsak da  
o tam tersine her gün bize  
söylediği *mantranın*, Kṛṣṇa'nın  
yüceliğini anlatıp dururdu. Bir  
gün dışarıdan geldi ve elinde  
küçük bir teypten (o zaman  
cep telefonu yoktu) dinlediği  
müziği benim de dinlemem  
için kulaklığın bir ucunu bana  
doğru uzattı. Yamunā Devī  
Dāsī'nin sesinden dinlediğim  
ve o zaman sözlerinden hiçbir

şey anlamadığım o şarkı  
(*Govindam ādi-puruṣam tam  
aham bhajāmi*) tüylerimi  
diken diken etse de içim kıpır  
kıpır olsa da o zamanki sahte  
gururum yüzünden hiçbir şey  
söylemedim. Ama kardeşim  
yanımda olmadığı zaman  
gizli gizli teybi alıp bu şarkıyı  
tekrar tekrar dinlerdim. Ve  
bir gün kardeşimin “Hadi,  
sadece bir tur” (*Hare Kṛṣṇa  
mahā-mantrasını* söylememi  
istiyordu) dediğinde, ben de  
“Bir kereden bana ‘kötü’ bir  
şey olmaz” diye başladığım o  
gün aslında her şey oldu. ☺

**3 - Yoganın kendi  
hayatındaki etkisini nasıl  
açıklarsın? *Bhakti-yoganın*  
en cezbedici tarafları senin  
için neler?**

*Bhakti-yoga* yapmaya  
başladığım o günden  
birkaç hafta sonra ben de  
vejetaryen olmaya karar  
verdim. Normalde de kuralcı  
bir insanım, her konuda  
duyduğum, doğru olduğunu  
gördüğüm ve inandığım  
bütün kuralları uygulamaya  
çalışırım. *Bhakti-yogayı*  
kesintisiz olarak Kṛṣṇa'nın ve  
sevgili manevi öğretmenimin  
merhametiyle son 7 senedir  
yapıyorum. Öncesinde, ne  
yapsam da zaman çabuk geçse,  
diye düşünürdüm. Şimdi  
ise *Bhakti-yoga*yla beraber  
hayatıma giren, hepsini zevkle  
yaptığım birçok iş var ve bir  
dakikam bile boş geçmiyor.

”

***Bhakti-yoga* yapmaya  
başladığım o günden  
birkaç hafta sonra  
ben de vejetaryen  
olmaya karar  
verdim. Normalde  
de kuralcı bir  
insanım, her konuda  
duyduğum, doğru  
olduğunu gördüğüm  
ve inandığım bütün  
kuralları uygulamaya  
çalışırım. *Bhakti-*  
*yogayı* kesintisiz  
olarak Kṛṣṇa'nın  
ve sevgili manevi  
öğretmenimin  
merhametiyle son 7  
senedir yapıyorum.**



Çoğumuzun önem vermediği zamanın aslında ne kadar kıymetli olduğunun, bu ve önceki hayatlarımda belki de ne kadar çok zamanımı boşa harcadığının farkına varmaya başladım. Aslında hepimiz yaratılıştaki milyonlarca canlı türünde kim bilir tekrar tekrar kaç kere beden aldık? Ama kim olduğumuzu bilmeden, gerçek benliğimizi anlamadan, hatırlamadığımız kaç bin tane hayat yaşadık?

*Bhakti-yoga* uygulaması Śrīla Prabhupāda'nın söylediği gibi, insana kimsenin şimdiye kadar hiçbir okulda, hiçbir üniversitede ona öğretmediği gerçek kimliğine kavuşmasını ve Tanrı'ya, gerçek evine, dönmesini garanti ediyor. Kendimi *Bhakti-yoga* yapmadan düşünmek istemiyorum. Zamanı en değerli şekilde değerlendirmek, vejetaryen beslenmek, her sabah erken saatte kalkmak,

vücut temizliğinden sonra zihin temizliği için *mantra* söylemek, Tanrı'ya dua etmek, O'nunla baş başa olduğunu hissetmek çok güzel bir duygu. *Bhakti-yogaya* aynı zamanda "Sevgi Yogası" da deniliyor. Śrīla Prabhupāda *Bhagavad-Gītā*'da yaptığı açıklamalarında diyor ki, maddi dünyada hiçbir sevgi ebedi değil. Bu kime karşı olursa olsun. Tanrı'ya duyulan gerçek aşk hariç. Sadece Tanrı

**Kendimi  
Bhakti-yoga  
yapmadan  
düşünmek  
istemiyorum.**

sevgisi, ebedi gerçek sevgidir. İstersen Tanrı'yı O'nun hizmetkârı gibi sev, istersen O'nu arkadaşın gibi sev, istersen ebeveyn sevgisiyle, istersen sevgili gibi sev, O sana her türlü cevap verir. Tabii ki, bizim Tanrı'ya olan sevgimiz ve O'na yaptığımız adanma hizmetleri hiçbir karşılık beklemeden yapılmaz, ama seni herkesten çok seven, anlayan, koruyan ve senin için her zaman her şeyin en iyisini planlayan ve yapan birini sonsuza dek sevmek ve O'na hizmet etmek hiç de zor olmasa gerek.

Şu an geriye dönüp baktığımda bir zamanlar başıma geldiği için hüngür hüngür ağladığım olayları hatırladığımda ağladığıma üzülüyorum. Çünkü, aslında Kṛṣṇa'nın bunu neden yaşamama izin verdiğini anlamaya başladığımda, O'nun ne kadar adil ve merhametli olduğunu gördüm ve de "İyi ki böyle olmuş" dedim. Aslında başıma gelen her kötü zannettiğim olay benim bir adım daha Tanrı'ya yaklaşmama sebep olmuş. O zaman fark etmesem de şu an yaşadığım her şeyde başkasını suçlamadan önce kendime bakıyorum; "Nerede hata yaptım, kime haksızlık yaptım?". Ya da birisinin beni haksız yere eleştirdiğini hissettiğimde eskisi gibi üzülmiyorum ve ne olursa olsun başkasını eleştirmemeye

çalışıyorum. Çünkü bir başkasını sırf kendi egonuzu tatmin etmek için ya da o kişiyi kışkırttığınız için suçlarsanız en kısa zamanda o suçladığınız insanın yaptıklarını yaşamakla kalmayıp aynı zamanda onun kötü karmasını da belli ölçüde aldığınız için o kişi yukarı, siz ise aşağı gidersiniz. O kişi o sırada sizin yanınızda olmayabilir ama Kṛṣṇa, Bhagavān her yerdedir ve sizin de onun da ne yaptığını görür. Adananlar Śrīla Prabhupāda'ya gelip bir başka adananı şikâyet ettiğinde, o bunu hiç iyi karşılamazmış, bundan hoşlanmazmış. Şikâyet edilene değil, şikâyet edene kızarmış. İşte bunlara çok dikkat ederim. Hem kendimde hem de çevremdeki insanların yaşadıkları örneklerle bunları çok gördüm.

Demek istediğim *Bhakti Yolu* kolay bir yol değil. Bu yolda küçük bir adım atmak için bazen çok büyük *tapasyalar* yapmanız, özveride bulunmanız gerekebilir. O yüzden Tanrı'nın ve manevi öğretmenlerimizin merhametiyle bu yolda kat ettiğimiz o küçük adım bizim için çok ama çok değerli olmalıdır. Yani *Bhakti-yoga* sadece vejetaryen beslenmek, *tilaka* sürmek değildir; aynı zamanda düşüncelerimizi, konuşmalarımızı, diğer insanlara ve bütün canlılara davranışlarımızı, bütün hayatımızı düzene sokmak

demektir. Bunlar benim için *Bhakti Yoganın* en cezbedici tarafıdır.

#### 4 - Doğru *Bhakti-yoga* pratiğini sence nedir? *Bhakti-yogayı* doğru pratik etmeye çalışırken zorlandığın noktalar oluyor mu? Evetse bunlarla nasıl başa çıkıyorsun?

Bazen insanlar “Ne yapıyorsun, elindeki ne?” diye (elimdeki *japa mālāyī* işaret ederek) sordukları zaman ben de “*Bhakti Yoga* yapıyorum” diyorum, ama herkes *yogayı* sadece fiziki olarak vücudun esnekliğini artırmak için ya da meditasyon yoluyla aklı sakinleştirmek adına yapılan bir pratik zannediyor. Ama biliyoruz ki, *yoga* Yüce ile bağlantı, ilişki kurmak demektir. *Vedalar*da da 4 tür *yogadan* bahsediliyor. Faaliyet *yogası* (*Karma-yoga*), Bilgi *Yogası* (*Jñana Yoga*), meditasyon yoluyla yapılan *yoga* (*Dhyāna-yoga*). Bu üçü maddi dünyanın faaliyetlerini içerir. Ama sadece dördüncüsü, yani Kṛṣṇa’ya transandantal adanmışlık hizmetiyle elde edilen Sevgi *Yogası* (*Bhakti Yoga*) Tanrı’yla doğrudan ilişki kurmamızı sağlıyor. ***Bhakti-yoga* pratiği, kişinin bütün bedeniyle, akıyla, konuşmasıyla ve kalbiyle Tanrı’ya hizmet etmesi demektir.** Maddi dünyada insanların birbiriyle iletişim,

ilişki kurması çok kolay ve bu doğal bir şekilde oluşabiliyor. Mesela biz önce bir kişi hakkında bir şeyler duyarız, sonra o kişiyi görürüz, sonra o kişinin hoşlandığı şeyleri yapmaya çalışırız, ortak noktalarımız varsa arkadaş oluruz. Aynı şeyler bizim Kṛṣṇa ile olan ilişkimizde de geçerlidir. Önce birilerinden O’nun adını duyarız, O’nun oyunlarını, niteliklerini öğreniriz. Sonra O’nu yüceltmeye başlarız. O’nun kutsal isimlerini söylemeye başlarız, O’nun gerçekleştirdiği keyifli meşgaleleri anlatırız. Aynı zamanda O’na tütsüler, çiçekler, sevgiyle yaptığımız güzel yemekleri sunarız. Tabii ki, *Bhakti-yoga* sadece bu ritüelleri yapmaktan ibaret değildir. ***Bhakti-yoga* aynı zamanda çok güçlü bir ruhsal pratik ve süreçtir; biz onun vasıtasıyla Tanrı’yla doğrudan bağlantı kurabiliyoruz. Biz bu uygulamayı doğru şekilde yaptığımız zaman aşkın mutluluğu kalbimizde hissedebiliriz.** O zaman bizim Tanrı’ya olan bağlılığımız ve sevgimiz artar. *Bhakti-yoganın* ileri aşamalarında bu pratiği uygulayan kişi, adanan, artık tamamen Kṛṣṇa’ya cezb olur ve o Kṛṣṇa’sız veya O’na hizmet etmeden yaşayamaz.

Maddi dünyada yaşamak ve zihni kontrol edebilmek kolay bir şey değil. *Bhagavad-Gītā*’da Arjuna’nın Kṛṣṇa’ya

söylediği gibi zihni kontrol etmek rüzgârı kontrol etmekten daha zordur. O yüzden en azından hayatımızda zihnimizi rahatsız edecek etkenlerden kaçınmamız lazım. Vücut temizliğine yeterli derecede dikkat etmemek, daha çok maddi konular hakkında konuşmak, dışarıdan alınan hangi koşullarda ve hangi ruh haliyle yapıldığını bilmediğimiz ekmekleri tüketmek, et ve türlerini yemek ya da vejetaryen beslensek bile bu yemekleri Tanrı’ya sunmadan yemek... Bunların hepsi zihnimizi kontrol etmekte zorlanmamıza sebep oluyor.

**Uzun yıllar *Bhakti-yoga* pratiğini en doğru şekilde yapan, ilerlemiş saf ruhlar ise zihin kontrolünü sağlayabiliyorlar. Bizler bu yolun en başında olduğumuz için doğal olarak bunu yapmakta zorlanıyoruz.** Tabii ki, benim için de aynı şekilde. Ama bununla baş etmenin yolu yine de o saf ruhların yaptığı ve bize her zaman tavsiye ettikleri gibi *Bhakti-yoga* uygulamasını doğru şekilde yapmak ve Hare Kṛṣṇa *mahā-mantrasını* dikkatli bir şekilde söylemeye devam etmektir.

**5 - Bundan 10 yıl sonrasını düşünelim. *Yogayla* harmanladığın yaşamında kendin ve diğer *Bhakti-yogiler* için neler hayal ediyorsun?**

*Bhakti-yoga* uygulamasında yapılan bütün ritüelleri,

hizmetleri seviyorum ve en iyi şekilde yapmaya çalışıyorum. Ama *mūrtilere* hizmet etmek bana ayrı bir mutluluk veriyor. Sabahları çok erkenden kalkmak, temizlik yapmak, yıkanmak, sabah āratısı için hazırlıklar yapmak... Bu sabah koşuşturmalarını seviyorum. Bu yüzden kendimi on yıl sonra sabahın erken saatinde bir tapınak yolunda pūjā yapmak için yavaş yavaş ilerleyen ve anlatacağı bir sürü güzel hatıraları olan yaşlı bir

*pūjāri* gibi hayal ediyorum.

Birkaç yıl öncesinde sokaklarda *harinām sankirtana* yapmak bizim için hayal gibiydi. Caitanya Mahāprabhu her köyde, her kasabada, her şehirde Hare Kṛṣṇa mantrası söylenecek demiş. Şu an 10-15 kişi olarak çıktığımız *harinām sankirtanalara* 10 yıl sonra neden 1000 kişi olarak çıkmayalım? Ya da belki biz de dünyanın birçok büyük şehrinde coşkuyla geçirilen ve

sadece *Bhakti-yogilerin* değil, diğer insanların da katıldığı *Ratha Yātrā* ya da diğer kutlamaları yapmayalım, neden Śrīla Prabhupāda’nın kitapları en çok satanlar listesinin en başında olmasın ya da neden Rādhā Kṛṣṇa *mūrtileriyle* süslenmiş bir tapınağımız olmasın?

Hare Kṛṣṇa!



# Modern Düşünce ve Kişiselliğini Kaybeden Yeryüzü

Sāttvika Dāsa

**Sorun şu ki, biz insan olarak;  
kontrol etmek istiyoruz.**

**Hâkim olma isteği bize haz ve  
güven veriyor.**

”

Yangınlar, seller, kasırgalar, müsilaj, kuraklık, göç, kargaşa ve savaşlar, salgın hastalıklar, ekonomik krizler, kıtlık, enflasyon vs. Son günlerde bu sorunlar hakkında daha fazla duymaya, hatta bizzat yaşamaya başladık. Henüz başımıza gelmeden, evvelinde yaşayacaklarımızı öngören ve uyarıda bulunan pek çok insan ve iklim bilimci vardı. Bu felaketlerin kaçınılmaz olacağı en az 20 yıldır konuşulmakta ama öyle görünüyor ki toplumda güç sahibi kişilerin bu dünyaya alternatif başka yaşam planları olsa gerek ki önüne geçebilmek için ciddi bir girişim göremiyoruz. Hal böyle iken daha da korkunç felaketlerle karşı karşıya kalacağımız, öngöründen ziyade bir hakikat halini almış durumda.

**Hikâye, sanayi devrimi ile başlamış gibi görünmesine rağmen çok daha derinlerde yatan, varoluşsal bir problemle başlıyor.** Sanayi devrimi bu problemin zirve yapmış versiyonu sadece. “Yüksek Düşün Basit Yaşa” sloganı ile çıkardığımız Mayıs-Haziran sayımızda biraz bu sorunsal üzerinde durmuştuk. Merak edenler o sayımıza da mutlaka bir göz atmalılar.

**Sorun şu ki, biz insan olarak; kontrol etmek istiyoruz. Hâkim olma isteği bize haz ve güven veriyor.** Bedenimize hâkim olmak istiyoruz önce. Hastalık, yaşlılık, bedenin deforme olması vs. bunların hepsi mutsuzluk verici gerçekler. Bu gerçekleri görmezden gelmek için insanlar epey bir zaman ve para harcama yapma konusunda gözünü bile kırpmıyor. Yarınımızı belirlemek için gece gündüz demeden enerji harcıyoruz; o arzu ettiğimiz yarından kat kat daha uzun bir süre. Bununla beraber, çevremizi, ülkemizi, hatta dünyayı da kontrol etmeye çalışıyoruz. Bilimi geliştirerek hastalıkların yok olacağına, ömrümüzün uzayacağına dair sonsuz bir inancımız var. Bugün olmasa bile görmediğimiz bir yarında mutlaka olacak şekilde bir inanç. “Sürdürülebilir bir gelişme” sloganıyla yarın için kendimize güvenli



**Kutsallık mit ya da arkaik bir  
olgu değildir. Kutsallık bir  
hakikat ve ihtiyaçtır.**

bir liman inşa edeceğimizi varsayıyoruz. **Gene bilim sayesinde dünyayı yaşanılır kılacağımızı, ekonomik olarak zenginleşerek daha mutlu olacağımızı iddia ediyoruz. Ama öyle görünüyor ki gerçekte işler o şekilde yürümüyor. Sloganlar ya da varsayımlar bize daha iyi olanı sunmaktan çok uzak.**

**Tüm bu isteklerden gördüğümüz üzere merkezde hep benliğimiz var. Öyle bir ben ki onun mutluluğuna hiçbir şey gölge düşürmemeli.** Biraz daha genişleyerek aile, yakınlar, ülke formlarını alması onu değiştirmiyor.

Gördüğümüz üzere bu zihniyet dünyayı yaşanılır bir yer olmaktan her geçen gün biraz daha uzaklaştırıyor.

**Benliğimiz, içinde yaşadığımız dünya bizim sahip olduğumuz, kontrol edebildiğimiz, dilediğimiz gibi kullanabileceğimiz bir araç değil. Bunu anlamak için daha ne kadar felaketle yüz yüze gelmeliyiz kim bilir.**

Ama bir adım atmamız gerekiyor. O adım var oluşa başka bir açıdan, spiritüel açıdan yaklaşım geliştirmekle başlıyor.

Yaşama kutsal bir gözle bakabilmeyi hatırlamalıyız. Tıpkı geleneksel toplumların, atalarımızın yaptığı gibi:

**Geleneksel toplumla modern toplum arasındaki farklılıkları konuşacak olsak akla ilk gelen kutsallık olurdu.**

Özellikle Vedic geleneğe baktığımızda bu kutsallık kendini çok daha belirgin bir şekilde gösteriyor.

**Vedic düşüncede, modern aklın kavramakta zorlandığı bir perspektif vardır.**

Var olan her şey kutsal bir öze sahiptir ve o özün bir benliği vardır. Özün kaynağı Kṛṣṇa, Tanrı'dır. **Nasıl Tanrı'nın bir benliği varsa ondan tezahür eden her şeyin de benzer şekilde bir benliği vardır.** Arketipler dünyası maddi zihnin algısının ötesindedir. Vedic metinler bize bu dünyanın tasvirini ayrıntılı bir şekilde yapar. Arketipler dünyasından kasıt spiritüel dünyalardır. *Vedalar*a göre her varlığın

orada bir *svarūpa* (benliğin ebedi doğası ve kimliği; aşkın formu)'sı vardır. Bu benliğin algılanabilir olup olmaması ikincil bir konudur. İlk olarak odaklanmamız gereken, ilke olarak tezahür eden her şeyin bir benliği olmasıdır.

Örneğin herkesin malumu olan Gaṅj Nehri Vedic düşüncede çok saygıdeğer bir yere sahiptir. Yalnızca tüm Hindistan'ı besleyen yaşam kaynağı olmasından değil, O aynı zamanda bir **Tanrıça'dır. Spiritüel bir görevi vardır.** Bu dünyada ırmak olarak tezahür etmesi O'nun spiritüel görevinin bir parçasıdır.

Ya da rüzgârı, Güneş'i, Ay'ı, ateşi, bilgiyi, öğrenmeyi vs. temsil eden Yarı Tanrı'ların olması gibi. Hepsi bir kişiliğe sahiptir. Varoluşta hiçbir fenomen kendi başına hareket etmez. Her biri *svarūpa*'nın yansımasıdır. Modern düşünce kutsal gelenekten koptuğu için bunları duyduğunda kendi kapasitesince tanımlama yapma ihtiyacı hisseder. O kapasite bu bakış açısının bir mitoloji olduğunu söyler. Çünkü onu anlama becerisi kaybolmuştur. O zaman bu ancak mitoloji olabilir. Mit insanların hayal gücü ile ortaya çıkardıkları, nesilden nesile yayılan betimlemelere verilen isimdir. Bu öyle ahmak bir tanımdır ki insanların son birkaç yüzyılda edindiği bilgi birikimi ile milyonlarca yıllık geleneğin birikimlerini hayal gücü olarak sınıflandırmaktadır. Bu, bir düşüncenin merkezinde nasıl kibir olur ona en güzel örnektir.

Yukarıda bahsettiğim gibi Vedic düşünceye göre var olan ne varsa onun kişiliğe sahip olan bir özü vardır. Ve bu öz diğer pek çokları gibi kutsaldır, dolayısıyla saygıyı hak eder.

Bu kişiliklerin en önemlilerinden biri Bhūmi devī'dir, bizim tabirimizle Yeryüzü Ana, Toprak Anne, Ana Vatan, Gaia. Hala gelenektir, Hindistan'da maneviyatı gelişkin olan kişiler sabah ilk uyandıklarında alınlarını yere koyarak saygı gösterirler. Bu hareket Bhūmi devī'ye gösterilen saygıdır. Onun varlığı sayesinde ayaklar yere basar, karınlar doyar, barınak sağlanır vs. Bhūmi devī'nin kişisel olarak pek

çok hikayesi vardır. Vedic metinler zamansız olduklarından O'nun hakkında farklı zaman döngülerinde farklı şekillerde pek çok hikâye vardır.

**Konumuzla ilgili olan özelliği O'nun Yeryüzü'nün Tanrıça'sı olmasıdır. Derinlemesine baktığımızda bu bakış açısının eksikliğini günümüzde daha çok hissediyoruz.** Yeryüzünün saygı duyulması gereken bir varlığı olduğunu unutmuş olmak hem O'na hem de bize hayati bir zarar veriyor. Bilinçli ya da bilinçsizce geleceğimizi, yaşamı, yeryüzünü öldürmek için elimizden geleni ardımıza koymuyoruz.

**Sağlıklı bir yaşam ve sağlıklı bir gelecek için önleyici tedbirlerden çok daha fazlasına ihtiyacımız var. Bu hızlı yok oluşu engelleyebilmenin yegâne formülü daha radikal bir bakış açısıdır.** Radikal olduğu kadar da basit ve insana yakışır dünya geliştirmek zorundayız. Tüm varoluşun ve onun parçası olan dünyanın kutsal bir varlık olduğunu yeniden öğrenmek zorundayız. **Kutsallık mit ya da arkaik bir olgu değildir. Kutsallık bir hakikat ve ihtiyaçtır.** Onsuz yaşam yalnızca tüketilebilir, keyfi sürülebilir bir metadır. Öylesine bir bakış açısı ki bu, kendi sonunu getirdiğinin bile ayırına varamaz.

**Zaman, kutsallığı yeniden hatırlama zamanı!**



# İdeal İnsan- Kişinin Yaşamını Arındırması ve Manevi Bilgi Edinmek

Gaura-prema Devī Dāsī

Bir önceki sayımızda kutsal insanlara has olan tanrısal özellikler hakkında tek-tek konuşacağımızı söylemiştik. Bunların, insanların manevi anlayışta ilerleyip, maddi dünyanın doğum ve ölüm döngüsünden kurtularak, asıl yeri olan spiritüel dünyaya – Tanrı'nın krallığına dönebilmesini sağlayacak olan aşkın nitelikler olduğunu da söyledik.

İlk konumuz “*Abhayam* – yani **korkusuzluk**”tu. Bu sayımızda ise “**Kişinin yaşamını arındırması**” ve “**Manevi bilgi edinmek**” hakkında konuşacağız.

Kişi korku duygusunu kendisinden uzaklaştırdıktan sonra yaşamını arındırmalıdır... **Bedenen temizlik duygusunu hepimiz biliyoruz. Yıkadığımız zaman kendimizi daha konforlu ve daha iyi hissederiz. Aslında vücudu temiz tutmak** kısmen de olsa bilincimizin, zihnimizin de temizlenmesine **sebep oluyor. Lakin bilincimizi maddi kirlilikten tamamen arındırmak için sadece bedenimizi yıkamak yeterli değildir.** Bunun için kişinin aynı zamanda günlük faaliyetlerini, davranış, düşünce ve konuşma şeklini de değiştirmesi lazım ki, aynı konforu kendi yaşamında da hissedebilsin. Arınmış bir bilinci soğuk suya benzetebiliriz. Soğuk su en derin uykudaki bir insanı

uyandırdığı gibi, arınmış bir bilinç de insanı maddi dünyaya bağlılık uykusundan uyandırır. Çünkü maddi bağımlılıklar insan bilincinin kirlenmesine sebep olan en önemli etkenlerden biridir. Sahibi olduğunu zannettiği şeylere karşı olan bağlılığı, onun yaşamın asıl amacının ne olduğunu unutmamasına sebep oluyor. O yüzden insanın ne kadar çok maddi bağımlılığı varsa o kadar da çok acı çekiyor. **Maddi bağlardan azat olmuş, arınmış bir insan, her şeyin sadece Mutlak Hakikat'e hizmet etmek için, O'nu mutlu etmek için kullanılması gerektiğini bilir.** Böyle bir kişi aklında, düşüncelerinde bile kendini Tanrı'ya hizmete adar. Hem bedensel ve hem de zihinsel olarak arınmanın verdiği ruhani güçle de böyle kutsal insanlar kendi bedensel ihtiyaçlarını da en minimum seviyeye indirebiliyorlar. Yemek, uyumak ve diğer bedensel ihtiyaçlar. Böyle kişilere iki saatlik uyku ya da içtikleri sadece bir bardak süt yeterli olabiliyor. Mesela, Śrīla Prabhupāda ilerlemiş yaşına rağmen sadece iki saat uyurdu. Geri kalan zamanını Vedik bilgilerin tercümesine, bu bilgilerin yayımına ve öğrencilerine ayırırdı.

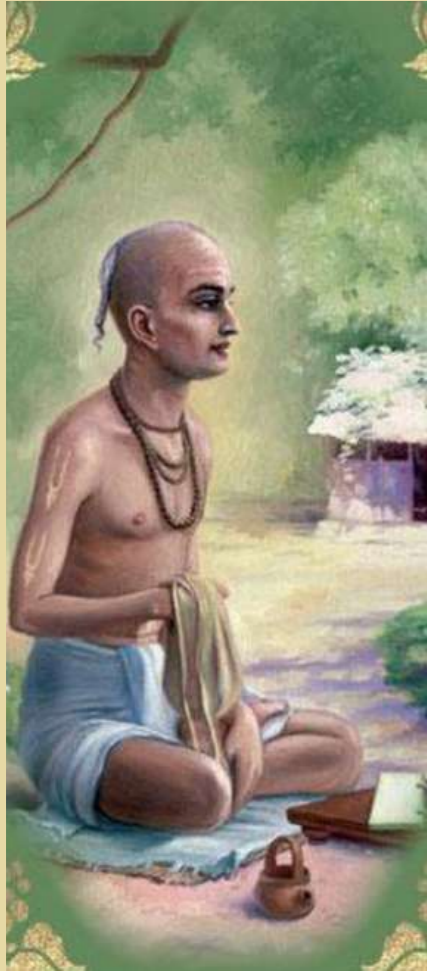
Yani insanın yaşamını arıtması, onun, bilincini, aklını, hislerini, düşünce ve davranışlarını arındırmasıdır.

O her zaman sadece Tanrı'ya değil, bu dünyadaki görevinin, amacının ne olduğunu anlayarak, aynı zamanda çevresindeki bütün canlılara hizmet edecek kadar mütevazı, merhametli oluyor ve bütün canlılara sevgiyle yaklaşıyor. Aslında bu özellikleri elde edebilmek için herkesin çaba vermesi gerekir. Çünkü bütün bunlar herkesin sahip olması gereken özelliklerdir ve eğer insan kendinde bu özellikleri geliştirirse o zaman o, bu dünyada üzülme için Tanrı'dan uzak olmak dışında başka bir sebebin olmadığını farkına varır.

Kutsal mizaca sahip olan tanrısal insanların üçüncü özeliği “*Jñāna-yoga – vyavasthiti*” yani manevi bilgi edinmektir.

Bilgi edinmek zihni herhangi bir “bilgi” ile doldurmak değildir. İdeal bir insan her konuda olduğu gibi, edindiği ve hayatına uyguladığı bilgide de seçicidir. O, kendisine aşkın nitelikler kazanmasına ve Tanrı'ya geri dönmeye yardımcı olacak bilgiler edinir. O yüzden bu insanlar aslında, herkesin kendisine sorması gereken “Ben kimim ve bu dünyada bulunma sebebim nedir?” sorusunu cevaplayacak bilgiyi ararlar. Aslında Tanrı'yı herkes arar, ama çoğu insan O'nun varlığı hakkında yeterli bilgiye sahip olmadığı için tereddüt yaşar ve bu yüzden onlarda “Tanrı var mıdır, yok

**Maddi bağlardan  
azat olmuş, arınmış  
bir insan, her şeyin  
sadece Mutlak  
Hakikat'e hizmet  
etmek için, O'nu  
mutlu etmek  
için kullanılması  
gerektiğini bilir.**



mudur” ya da “Ben Tanrı’ya ulaşabilir miyim?” şüpheleri oluşur. Bu şüpheler insanı, sadece O’nun hakkında tam bilgiye ulaştığı zaman terk eder. Tanrı aşkı canlı varlığın doğasındandır. Lakin “**maddi alemle ilişkiye girdiği an, Kṛṣṇa’ya duyduğu ebedi aşk, ihtiras haliyle olan beraberliği sonucunda hırs ve şehvete dönüşür.**” (BG 3.37) Yani her bir canlı varlık koşullanmış duruma düşüyor ve doğar doğmaz da Tanrı’yla olan ebedi bağını, ilişkisini unutuyor. Bu yüzden de geçici olarak geldiği bu dünyayı gerçek meskeni zanneder ve maddi dünyanın kaçınılmaz kanunu olan doğum, ölüm, hastalık ve yaşlılığı tekrar tekrar yaşayarak bu döngüden çıkamaz olur. Çünkü hiçbir maddi bilgi bu problemin haline yol bulamaz. Bunun için hem bu hayatta mutlu olup hem de ebedi olarak süren, doğumun ve ölümün olmadığı, transandantal hazla dolu bir dünyaya ulaşabilmek için transandantal bilgiye ihtiyacımız var ve bu bilgiyi edinmenin de farklı yolları vardır. Bunlardan biri bu bilgiyi direkt olarak kaynağından duymaktır. Bunun için Tanrı bazen O’nu temsil eden elçilerini göndermiş, bazen de Kendisi Şahsen yeryüzüne inmiştir. Kutsal kitapların söylediği üzere Tanrı’nın Yüce Şahsı Kṛṣṇa 5150 (tahmini) yıl

önce yeryüzüne gelmiştir. Tanrı’nın ve canlı varlığın konumunu, Tanrı’yla canlı varlık arasındaki bağı, ruhu ve ruhun gerçek *dharmasını*, maddi doğayı, kozmik tezahürü, zamanı ve insanı maddi bağımlılıklarından dolayı takılıp kaldığı doğum-ölüm çemberinden kurtarıp, gerçek evine geri götürebilecek olan transandantal bilgiler içeren *Bhagavad-Gītā*’yı, aslında bütün insanlığın yararı için arkadaşı ve adananı olan Arjuna’ya anlatmıştır. Yani Arjuna bu bilgiyi direkt olarak bu bilginin kaynağı olan Tanrı’nın Yüce Şahsı Kṛṣṇa’dan duymuştur.

**Bu bilgileri öğrenmenin bir diğer yolu ise, bu yolda bize rehberlik edecek, artık bu bilgilere sahip olan bir manevi öğretmenin yardımıyla *Upaniṣadlar, Bhagavad-Gītā, Śrīmad-Bhāgavatam, Vedānta Sūtra* gibi kutsal metinleri öğrenerek elde etmektir.** Sadece bunlar değil, Tanrı insanlara gerçek evinin bu maddi dünya olmadığını tekrar tekrar hatırlatmak için onlara değişik zamanlarda Tevrat, Zebur, İncil ve Kur’an gibi kutsal kitapları da göndermiştir.

Lakin kişinin manevi bilgileri duyması, anlaması için ona layık nitelikleri olmalıdır. Çünkü biz bu sınırlı maddi duyularımızla onu kabul edemeyiz. *Bhagavad-Gītā*’nın

4. bölüm 39. kıtasında da Kṛṣṇa;

*śraddhāvān labhate jñānam  
tat-paraḥ samyatendriyaḥ  
jñānam labdhvā parām śāntim  
acireṇādhigacchati*

yani; “**Aşkın bilgiye kendisini adanmış inançlı ve duyularına hâkim olabilen kişi, bu bilgiyi elde etmeye müsaittir ve bu bilgiyi elde edince yüce manevi barışa hemen ulaşır**” diyor ve kıtanın açıklamasında da Śrīla Prabhupāda “adanmış hizmetle ve insanın kalbinden

bütün pislikleri temizleyen Hare Kṛṣṇa Hare Kṛṣṇa Kṛṣṇa Kṛṣṇa Hare Hare/ Hare Rāma Hare Rāma Rāma Rāma Hare Hare’nin, yani mahā-mantranın zikredilmesiyle bu inanca ulaşılır” diyor. *Bhagavad-Gītā* 9.bölüm 2.kıtasında ise Kṛṣṇa;

*rāja-vidyā rāja-guhyam  
pavitram idam uttamam  
pratyakṣhāvagamam  
dharmyam  
su-sukham kartum avyayam*

yani; “**Bu bilgi öğrenimin kralıdır, bütün gizliliklerin gizimidir. Bu en saf bilgidir**

**ve doğrudan doğruya benlik idrakini kavrama imkânı verdiği için dinde ulaşılan mükemmelliktir. Bu bilgi kalcıdır ve zevkle uygulanır**” diyor.

Yani manevi bilgi onu duyan ve alçakgönüllü bir şekilde uygulayan kişinin kulaklarından geçip kalbine yerleştiğinde, o kişide belirli değişikliklere sebep oluyor ve kişinin kalbinde uzun zaman önce unutmuş olduğu gerçek aşkı; Tanrı aşkını uyandırıyor. Anlattığımız bu bilgiler kutsal bir mizaca sahip olan tanrısal insanların ulaştığı manevi bilgilerdir.



# Aşk Ayı – Kārttika

Sāttvika Dāsa

Adanmışlık hizmeti herhangi bir zamanda, herhangi bir yerde gerçekleştirilebilir, ancak adananlar, Kārttika sırasında gerçekleştirilen adanmışlık hizmetinin özellikle Rabb'i memnun ettiğini bilirler. Bu nedenle, bu ay boyunca daha fazla feragat ve adanma uygulamaları gerçekleştirirler. Vedik yazıtlar, Kārttika sırasında adanma hizmeti gerçekleştirerek elde edilebilecek maddi faydaları ayrıntılı olarak açıklasa da Rab Kṛṣṇa'nın saf adananları

bunlarla ilgilenmez. Aksine, onlar sadece Rabb'i memnun etmekle ilgilenirler. Her yıl, ISKCON adananları, her gün Dāmodarāṣṭakam dualarını söylerken ve Rabb'in önünde ghī lambalarını çevrelerken yürekten sevgi ve bağlılık sunarken Kārttika'nın gelişini hevesle beklerler. Ay boyunca onlar, Dāmodara olarak Kṛṣṇa'nın çocukluk eğlencelerine o kadar dalmışlardır ki, sürekli onlar hakkında şarkı söylediklerini duyabilirsiniz.

Satyavrata Muni tarafından bestelenen Dāmodarāṣṭakam duaları, Yaśodā'nın yaramaz Kṛṣṇa'yı bir dibeğe bağladığı Dāmodara eğlencesini güzel bir şekilde tarif eder. Bu dualar ayrıca Tanrı, O'nun adananları ve adanmışlık hizmeti bilimi hakkında bilgi verir. Eğlenceden ve Dāmodarāṣṭakam dualarından öğrendiğimiz temel dersler, her yeri kaplayan, her şeye gücü yeten Rabb'in, adananının sevgisi tarafından kolayca fethedildiği ve sevgiye doymuş

adanmışların, O'nun oyunlarını sürekli olarak duymak ve yüceltmekten başka hiçbir şey istemedikleridir.

**Ey Lord Dāmodara, her türlü kutsamayı vermeye gücün yettiği halde, ben sana gayri şahsi bir kurtuluş için ya da Vaikuṅṭha'daki sonsuz yaşamın en yüksek kurtuluşu için ya da başka herhangi bir benzer nimet için dua etmiyorum. Ey Tanrım, Vṛndāvana'daki bebek Gopālā olarak senin bu formunun kalbimde tezahür etmesini diliyorum, çünkü bundan başka nimetin bana ne faydası var? Koyu mavi kıvrıkcık saçlarının parıldayan bukleleriyle çevrelenen olağanüstü büyüleyici yüzün, Yaśodā Ana tarafından tekrar tekrar öpülmesi nedeniyle kırmızımsı bir parlaklıkla renklendirilmiş, tamamen çiçek açmış nilüferi andırıyor. Dudakları bimba meyvesi kadar kırmızı olan bu nilüfer yüzünün görüntüsü sonsuza dek kalbimde kalsın. Milyonlarca başka kutsama bana fayda sağlamaz. [Dāmodarāṣṭakam 4-5]**

Bu dua, saf adanmışlık hizmetinin ruh halini ve saf adanmışların hayatını – Kārttika ayının özünü ve tatlılığını – ortaya çıkarır.

## Dāmodara Eğlencesi

Śrīla Viśvanātha Cakravartī Ṭhākura'ya göre, Rab Kṛṣṇa Dāmodara-lila'yı Dīpāvalī (Divālī) gününde sahneledi. Śrīmad-Bhāgavatam'ın Onuncu Kanto'sunda anlatılan bu eğlencede, Kṛṣṇa annesi Yaśodā'yı tereyağı dolu kilden yapılmış bir tencereyi kırarak kızdırdı. Sonra Yaśodā'nın öfkeyle O'nu kovaladığını görünce kaçtı.





**Yogiler, mistikler,  
Kṛṣṇa'yı Paramātmā  
olarak yakalamak  
isterler ve büyük tavizler  
ve kefaretle O'na  
yaklaşmaya çalışırlar,  
ancak yapamazlar.**

Büyük bir mücadeleden sonra, Yaśodā bebek Kṛṣṇa'yı yakaladı ve O'nu iple bir dibeğe bağlamaya çalıştı. Ama şaşırtıcı bir şekilde, kullandığı ipin iki santim kısa olduğunu fark etti. Daha fazla ip eklemesine rağmen, Kṛṣṇa'yı her bağlamaya çalıştığı anda ipin tam olarak iki santim kısa olduğunu gördü. Sonunda Kṛṣṇa, annesinin sıkı çabasını takdir ederek bağlanmayı kabul etti. Adananlar daha sonra O'na “udara (göbeği), dāma (ipler) ile bağlı olan” Dāmodara demeye başladılar. Śrīla Prabhupāda şöyle yazıyor:

**“Yogiler, mistikler, Kṛṣṇa'yı Paramātmā olarak yakalamak isterler ve büyük tavizler ve kefaretle O'na yaklaşmaya çalışırlar, ancak yapamazlar. Ancak burada Kṛṣṇa'nın Yaśodā tarafından yakalanacağını ve korku içinde kaçtığını görüyoruz. Bu, bhakta ve yogi arasındaki farkı gösterir. Yogiler Kṛṣṇa'ya ulaşamazlar, ancak anne Yaśodā gibi saf adanmışlar için Kṛṣṇa zaten yakalanmıştır. Kṛṣṇa, anne Yaśodā'nın sopasından bile korkuyordu. Kṛṣṇa anne Yaśodā'dan korkar ve yogiler Kṛṣṇa'dan korkar.” [Śrīmad-Bhāgavatam 10.9.9]**

Adananlar, adananının sevgisiyle bağlı, tüm evrenin efendisini gördüklerinde, kalpleri aşırı şükranla dolar. Kṛṣṇa'nın ilahi nitelikleri tarafından cezbedilen kalpleri kontrolsüz bir şekilde O'na doğru çekilir. Adananlar Rabb'i boyun eğdirmek istemeseler de O, adananları tarafından emredilmekten ve kontrol edilmekten ekstra zevk alır. Her biri diğeri tarafından kontrol edilmeye çalışır, çünkü sevginin olduğu yerde mutluluk, kazanmakta değil, kazanılmakta yatar. Śrīla Prabhupāda, Śrīmad-Bhāgavatam'a (6.16.34) yönelik açıklamasında şöyle yazıyor: “Rab ve adananlar her ikisi de fetheder. Rab adananlar tarafından fethedilir ve adananlar Rab tarafından fethedilir. Birbirleri tarafından fethedildikleri için, ikisi de ilişkilerinden aşkın bir mutluluk elde ederler.”

**Bir ay boyunca akılları bu harika eğlenceye dalıp gittikten sonra, adananlar Rabb'lerine çok daha yakın hissederler. Bu dalıp gitmeyi siz de deneyebilirsiniz. Mümkünse, bir ISKCON merkezini ziyaret edin ve Kārttika boyunca Dāmodarāṣṭakam dualarına katılın, lambanızla Rab Dāmodara'ya olan bağlılığınızı gösterin. Bir ISKCON merkezini ziyaret edemiyorsanız, lütfen bu duaları söylemeyi ve evde lambalar sunmayı deneyin.**

# Govardhana Pūjā!

Ṣaḍbhujā Devī Dāsī

Bütün *Vaiṣṇavalara*n dünyasında sabırsızlıkla beklenen büyük kutlamalardan birisi olan Govardhana *pūjā* yaklaşıyor.

Vaiṣṇavalara için Govardhana pūjā'nın neden önemli olduğu ve nasıl başladığı vedik metinlerde farklı yerlerde geçiyor.

Śrīla Śivarāma Svāmī *Nava Vraja Mahimā* isimli meşhur kitabının 184. sayfasında Govardhana *līlā*nın güzelliğini anlatıyor. Ama biz bu yazımızda yalnızca bir kısmından bahsedeceğiz

Govardhana *līlā*yı dinlemek ve duymanın *bhaktiyi* artırdığı söyleniyor, çünkü Govardhana, Kṛṣṇa'nın sayısız formlarından biridir. Govardhana birkaç anlama sahiptir. Bunlardan ilki sanskrit bir kelime olan "Go" yani duyulardır. "Vardhana" ise genişletmek, büyümek demektir. Yani Govardhana Kṛṣṇa'ya olan duygularımızı çoğaltmak anlamına gelir.

Govardhana sıradan kutsal bir yer değildir. Kṛṣṇa'nın olağanüstü bir formudur. Govardhana Pūjā festivaline yalnızca *bhakti-yogiler* değil, turistler ve farklı spiritüel yolu takip eden Hintler de katılırlar. Ziyaretçiler *\*parikrāma* yapıp, bağış bırakırlar. Govardhana aynı zamanda bütün dilekleri yerine getirendir.

**Bu festivalde *bhakti-yogilerin* tek dileği Kṛṣṇa'ya, kalplerindeki sevgi dolu hizmet etme isteklerinin artmasıdır.**

Govardhana Tepesi'nin spiritüel dünyadaki belirliğini, Śrīla Śivarāma Svāmī'nin *Nava Vraja Mahimā* kitabından alıntı yapacağım...

Bir gün Kṛṣṇa ve *gopiler* ormanda birlikte vakit geçirirlerken Śrīmatī Rādhārāṇī Kṛṣṇa'ya uzun uzun baktıktan sonra şöyle seslendi...

"O! Kṛṣṇa! O! benim efendim, eğer benim sevgimden memnunsan lütfen kalbimin arzusunu tatmin et." Tereddüt etmeden Kṛṣṇa hemen cevap verdi. "Söyle bana, hemen yapayım" dedi. Rādhārāṇī, Kṛṣṇa'nın nezaketinden faydalanıp, tebessümle fısıldadı.

**"O Kṛṣṇa! Yamunā'nın kenarında, Vṛndāvana'da güzel, tenha bir yer yarat ki, bizim dansımızı kimse rahatsız edemesin." Kṛṣṇa Rādhārāṇī'nin şaşırان gözlerinin önünde hemen gözleri yarı kapalı şekilde meditasyon pozuna oturdu. Kṛṣṇa'nın Rādhārāṇī'ye olan sevgisi küçük bir filiz olarak kalbinden çıktı ve büyüyüp yerde duran küçük bir taş ulaştı.** Ardından bu küçük taş büyümeye başladı ve bir süre sonra bütün Goloka Vṛndāvana'yı kapladı. Üzerinde kristal mağaralar, dereler, şelaleler, çiçekler, güzel şarkı söyleyen kuşlar, meyve dolu ağaçlar vardı. Bu genişleme öyle bir hal aldı ki, Vṛndāvana sakinlerini rahatsız eder hale geldi. Kṛṣṇa adananlarını endişeli görünce, Govardhana'ya tokat attı.

Govardhana hemen kendine geldi ve Vṛndāvana'nın tasarımına uygun bir şekilde kendine yer buldu. Bu tepeye *gopiler* Govardhana ismi koydular çünkü orası ineklere sığınak oldu. Govardhana'nın bir diğer anlamı da "Go" -inekler ve "Vardhana" çoğaltmaktır. Yani inekleri çoğaltan anlamına da gelir. Bazıları O'na Şataşanga ismini koydular çünkü tepenin üzerinde yüzlerce zirveler vardı. Evet, Govardhana Kṛṣṇa'nın isteğine göre büyüyor veya küçülüyor. Govardhana'ya *gopilerin* koyduğu isimlerden biri de Haridāsāvarya'dır.



Bu isim ise Kṛṣṇa'nın hizmetkarlarının en iyisi anlamına gelir. İneklere yeşil taze ot, *vrajvāsīlere* bol bol taze meyve, dinlenmek için kristal mağalar, ağaçlardan



**Tabi maddi dünyada biz üç modun etkisi altında olabiliriz, ama Govardhana, Kṛṣṇa'nın formu olduğu için, yani premanın (saf aşk) kişileşmiş hali olduğu için, bu modların etkisinde değildir.**

gölgeler ve aromatik kokulu çiçekler vererek Kṛṣṇa'ya ve Kṛṣṇa'nın bütün adananlarına seve seve hizmet ediyor. Bu niteliğiyle Govardhana'ya neden Haridāsāvarya denildiğini anlamış oluyoruz.

Govardhana Kṛṣṇa'nın en iyi hizmetkarı olmasına rağmen neden Kṛṣṇa Govardhana'ya tokat attı diye sorabiliriz. Çünkü Kṛṣṇa tüm adananlarını çok sever ve bazı adananları Govardhana'nın genişlemesi nedeniyle rahatsız olunca Kṛṣṇa bunu sevmedi ve durdurmak istedi. Kṛṣṇa Govardhana'ya "Neden başkalarını düşünmeden onları ezerek kendini büyütüyorsun?" diye sordu.

Śrīla Prabhupāda adananın tanımını yaparken, hakiki adanan bir beyefendidir der. İyi niteliklere sahip olan, iyi yetiştirilmiş, terbiyeli bir insanın ilk hangi niteliği dikkat çeker?

**Duyarlılık.** Güzel terbiyeli bir kişi çok duyarlıdır. İlk kez yeni biriyle tanıştığımızda bizim dikkatimizi çeken duyarlılıktır. Çocukluğumuzda bize ilk öğretilen budur. Birinin ne kadar çok terbiyeli olduğunu öğrenmek istiyorsak o kişinin ne kadar duyarlı olduğuna bakmak gereklidir. Çocuklara hep yavaş ol, rahatsız etme, çok gürültü yapma, uyandırırısın, rahatsız edersin gibi şeyler söylenildiğini duyarız. Duyarlılık aynı zamanda erdem modunun etkisinde olduğunun işaretidir. Erdem modundaki kişi etrafındaki kişilerin duyguları, endişeleri ve ihtiyaçlarına karşı son derece duyarlıdır. Mesela gündelik hayattan örnek verecek olursak duyarlı kişilerin kalabalık yerde yüksek sesle konuşmaktan kaçındığını görürüz. Arkadaşlarımdan biri hiçbir zaman dışarıda yemek yemeyi ve şu içmeyi tercih etmiyor çünkü aç ya da susuz olan birisi rahatsız olabilir diye düşünüyor. Duyarlılık işareti olan diğer davranışlara, verilen sözü tutma, insanları zor durumda bırakmama gibi nitelikleri örnek verebiliriz.

Dünyayı gezen arkadaşlarımdan biri pek çok güzel yeri ziyaret ediyor ama sosyal medyada burada çektiği fotoğrafları paylaşmıyor. Gereğesi ise maddi imkânı olmayan arkadaşlarının fotoğrafları görecektir olması.

**Duyarlı kişi merkeze kendisini değil başkalarını koyar. Bu kişiler kendini doyurmak için başka canlı varlıklara zarar vermezler.** Bu şekilde günlük hayatımızdan pek çok örnek görebiliriz.

Cehalet modundaki kişiler bencildirler. Her şey benim için, her şey bana ait, dünya benim etrafımda dönüyor gibi düşüncelere kapılıp kendisinden başka kişileri göremezler. Buna örnek olarak yaşlılar otobüste ayakta dururken gençlerin kulaklık takıp oturmalarını gösterebiliriz. Yüksek sesli müzik dinlemek, randevu saatinde gelmeyip iki saat bekletmek veya verdiği sözden vaz geçmek gibi davranışlar da buna örnek teşkil eder.

Tabi maddi dünyada biz üç modun etkisi altında olabiliriz, ama Govardhana, Kṛṣṇa'nın formu olduğu için, yani *premanın* (saf aşk) kişileşmiş hali olduğu için, bu modların etkisinde değildir. Govardhana aşktan ortaya çıkan sınırsız bir vecd halinde olduğu için **Goloka Vṛndāvana'yı kapladı.** *Prema* her zaman büyüyüp derinleşir ve bundan

dolayı kişi kimi zaman kendini kaybeder, tıpkı Govardhana gibi. Bazen adananlar hizmet ederken başka adananlara duyarsız davranabilirler ama Kṛṣṇa bunu sevmez ve uyarıda bulunur. Adanma hizmeti uyum demektir, uyum herkesin tatmin ve mutlu olması demektir. Tabi ki kişi herkesi tatmin edemez. Bunun sebebi bizim Kṛṣṇa olmamamızdır. Yalnızca Kṛṣṇa bunu yapabilir. Biz sadece mümkün olduğu kadar elimizden geleni yapabiliriz.

Govardhana bu şekilde spiritüel dünyada belirdi. Govardhana Tepe'sinin maddi dünyada nasıl belirdiğini ise Śrīmad Bhāgavatam'da ve Kṛṣṇa kitabının 24. bölümünde okuyabiliriz.

Bir keresinde Kṛṣṇa, maddi dünyaya kendi transandantal meşgalelerini sergilemek için Śrīmatī Rādhārāṇī'yi çağırır ve şöyle der: "Rādhārāṇī! Ben Vrindavan, Yamunā Nehri ve Govardhana Tepesi olmasa mutsuz olurum." der. Böylece Kṛṣṇa, kendisi ve birliktelikleri maddi dünyada belirdiğinde transandantal meşgaleler sergileyebilsin diye belirir.

Günlerden bir gün *brāhmaṇalar* fazlasıyla vedik ritüellerle meşgulken, Kṛṣṇa ve Balarāma yağmurun yağmasından sorumlu yarı tanrı olan cennetin Kralı Indra'yı memnun etmek için bir sunu hazırladıklarını gördüler.

**Caitanya-caritāmṛta'da belirtildiği üzere, Kṛṣṇa'nın adananı, eğer samimiyetle Kṛṣṇa bilinciyle ve Kṛṣṇa'nın transandantal aşk hizmetiyle meşgulse, tüm diğer sorumluluklardan özgür olduğu anlayışıyla güçlü ve sağlam bir inanca sahiptir.** Rab Kṛṣṇa'nın saf bir adananı ne *Vedalar*da emredilen ayinsel törenleri uygulamak zorundadır, ne de yarı tanrılara ibadet etmesi gerekir. Kişi Kṛṣṇa'ya adanma hizmetini Vedik ayinsel seremonileriyle ve yarı tanrı ibadetiyle geliştirmeyi, ama tam olarak Rabb'in hizmetiyle meşgul olanın tüm Vedik emirleri yerine getirdiği anlaşılmalıdır. **Adananlarının tüm bu tür faaliyetlerini durdurmak için, Kṛṣṇa Vṛndāvana'da bulunduğu dönemde yalnızca adanma hizmetini sağlam bir şekilde yerleştirmek istedi.** O her şeyi bilen Tanrı'nın Şahsı olduğu için, Kṛṣṇa çoban erkeklerin Indra sunusu için hazırlandıklarını biliyordu, ama gene de görgü kuralları gereği Nanda Mahārāja gibi yaşlı şahsiyetlerden onları şereflendirerek ve alçak gönüllülükle bilgi almak istedi. Kṛṣṇa babasına sordu: "Sevgili babam, bu büyük sunu için devam eden düzenlemeler nedir? Bu tür bir sununun sonucu nedir ve kimin için yapılır? Nasıl yapılır? Lütfen bana açıklar mısınız? Bu uygulamayı öğrenmeyi çok

arzu ediyorum, dolayısıyla lütfen Bana bu sununun amacını açıklar mısın?” Bu sorular karşısında babası Nanda Mahārāja, genç oğlunun *yajña* uygulamasının karmaşıklığını anlayamayacağını düşünerek sessiz kaldı. Buna karşın Kṛṣṇa ısrar etti: “Sevgili babam, açık fikirli ve aziz olanlar için gizlilik yoktur. Ve o kadar açık fikirli olmayanlar, düşman olanlardan sır saklanmasına rağmen, aile bireyleri ve arkadaşlardan sır saklanmamalıdır. Bu nedenle benden sır saklayamazsın. Tüm insanlar meyve veren faaliyetlerle meşguldür. Kimi bu faaliyetlerin ne olduğunu ve sonucunu bilir, kimi amacı ve sonucu bilmeden faaliyetleri gerçekleştirir. Tam bilgiyle hareket eden tam sonuç elde eder; bilgisi olmadan hareket eden bu tür kusursuz bir sonuca varamaz. Bu nedenle gerçekleştirecek sununun amacını bilmeme izin ver. Vedik emirlere göre mi yapılıyor? Yoksa popüler bir seremoni mi? Lütfen sununun detaylarını bana anlat.”

**Kṛṣṇa'nın bu sorularını duyunca, Mahārāja Nanda cevap verdi: “Sevgili oğlum, bu seremoni uygulaması az çok gelenekseldir. Yağmurun yağması Kral İndra'nın merhametine bağlı olduğu ve bulutlar onun temsilcileri olduğu için ve yaşamımızda su böylesine önemli olduğu için, bu yağmuru kontrol**

**edene, Mahārāja İndra'ya minnet göstermemiz gerekir. Bu nedenle Kral İndra'yı yatıştırmak için düzenlemeler yapıyoruz, çünkü o, başarılı zirai faaliyetler için yeterli yağmuru sağlayacak bulutları merhametle bize gönderdi. Su çok önemlidir: yağmur olmadan çiftçilik yapamaz ve tahıl üretemeyiz ve tahıl olmadan yaşayamayız. Bu nedenle başarılı dini seremoniler, ekonomik gelişme ve nihai olarak özgürlük için yağmur gereklidir. Dolayısıyla bu geleneksel törenden vazgeçmemeliyiz; eğer kişi ihtiras, hırs ve korkunun etkisiyle ondan vazgeçerse, bu onun için iyi olmaz.”** Bunu duyduktan sonra, Tanrı'nın Yüce Şahsı, babasının ve Vṛndāvana'nın yaşlı çoban erkeklerinin huzurunda cennetsel Kral İndra'yı çok kızdıracak bir şekilde konuştu. Sunudan vazgeçmelerini önerdi. İndra'yı memnun etmek için yapılan sunudan vazgeçirmelerini istemesinin iki nedeni vardı. Öncelikle *Bhagavad-gītā*'da belirtildiği gibi, maddi ilerleme için yarı tanrılara ibadete gerek yoktur; yarı tanrılara ibadet ederek elde edilen tüm sonuçlar geçicidir ve sadece daha az zeki insanlar geçici sonuçlarla ilgilenirler. İkincisi yarı tanrılara ibadetten her ne geçici sonuç elde ediliyorsa, gerçekte Tanrı'nın

Yüce Şahsı'nın izniyle yerine gelir. *Bhagavad-gītā*'da açıkça ifade edilir: *mayaiva vihitān hi tān*. Yarı tanrılardan her ne yarar bekleniyorsa, o aslında Tanrı'nın Yüce Şahsı tarafından ihsan edilir. Tanrı'nın Yüce Şahsı'nın izni olmadan, kişi kimseye yarar sağlayamaz. Ama bazen yarı tanrılar maddi doğanın etkisiyle kibire kapılırlar; kendilerini her şey sanarak, Tanrı'nın Şahsı'nın üstünlüğünü unuturlar. *Śrīmad Bhāgavatam*'da bu durumda Kṛṣṇa'nın Kral İndra'yı kızdırmak istediği açıkça belirtilir. Kṛṣṇa'nın gelişi özellikle şeytanların yok edilmesi ve adananların korunması içindi. **Kral İndra tabii ki bir şeytan değil bir adanandı, ama kibirli olduğu için, Kṛṣṇa ona bir ders vermek istedi.** Önce Vṛndāvana'daki çoban erkeklerin düzenlediği İndra-pūjā'yı durdurarak İndra'yı kızdırdı. Bu amaçla Kṛṣṇa, *karma-mīmāṃsā* felsefesini destekleyen bir ateistmişçesine Govardhana Tepesi'ne ibadet konuşmaya başladı. Bu felsefeyi destekleyenler Tanrı'nın Şahsı'nın yüce otoritesini kabul etmezler. Eğer kişi güzellikle çalışırsa, sonucun muhakkak geleceği iddiasını ileri sürerler. Görüşleri; insanlara, meyve veren eylemlerinin sonuçlarını dağıtan bir Tanrı olsa bile, O'na ibadet etmenin gereği

olmadığını, çünkü insan çalışmadığı takdirde, O'nun iyi sonuçlar ihsan edemeyeceği şeklindedir. Onlar, yarı tanrı veya Tanrı'ya ibadet edeceklerine, insanların kendi görevleriyle ilgilenmesi gerektiğini ve iyi sonuçların böylece geleceğini söylerler. Rab Kṛṣṇa, babasıyla bu *karma-mīmāṃsā* felsefesi prensiplerine göre konuşmaya başladı. “Sevgili babam,” dedi, “zirai faaliyetlerin başarılı uygulaması için herhangi bir yarı tanrıya ibadet etmen gerektiğini düşünmüyorum. Her canlı varlık geçmiş *karmasına* göre doğar ve yalnızca şimdiki *karmasının* sonuçlarını alarak bu yaşamdan ayrılır. Herkes geçmiş faaliyetlerine göre, farklı tür yaşamlarda veya farklı biyolojik yaşam türlerinde doğar ve bir sonraki doğumu bu yaşamın faaliyetlerine göre olur. Farklı cins maddi mutluluk veya ıstırap, rahatlık ve dezavantajlar ya geçmiş ya da şu anki yaşamdan farklı tür faaliyetlerin farklı sonuçlarıdır.” Mahārāja Nanda ve diğer yaşlı üyeler hükümler tanrı memnun edilmeden kişinin sadece maddi faaliyetlerle iyi sonuçlar elde edemeyeceğini iddia ettiler. Bu aslında gerçeğin ta kendisidir. Örneğin bazen birinci sınıf tıbbi yardıma ve birinci sınıf bir doktorun tedavisine rağmen hasta birinin öldüğü görülür. Bu nedenle birinci

sınıf tıbbi tedavinin ve birinci sınıf bir doktorun çabalarının kendi başına bir hastanın iyileşmesinin nedeni olmadığı sonucuna varılır; işin içinde Tanrı'nın Yüce Şahsı'nın parmağı olmalıdır.

**Benzer şekilde bir babanın ve annenin çocuklarına bakması çocuğun rahatının nedeni değildir. Bazen ebeveynlerin tüm ilgisine rağmen çocukların rahatsızlandığı ve ölüme yenik düştüğü görülür. Bu nedenle maddi nedenler sonuçlar için yeterli değildir.**

Tanrı'nın Yüce Şahsı'nın onayı olmalıdır. Bu nedenle Nanda Mahārāja, zirai faaliyetlerde iyi sonuçlar almak için, yağmur arzına nezaret eden ilahi varlık İndra'yı memnun etmenin gerektiğini savundu. Rab Kṛṣṇa, yarı tanrılar, yalnızca emredilen görevleri yerine getiren insanlara sonuç verdiğini söyleyerek bu iddiayı hükümsüz kıldı. Yarı tanrılar emredilen görevleri yapmayan insanlara hiçbir iyi sonuç veremezler; bu nedenle yarı tanrılar görevlerin yapılmasına bağımlıdır ve iyi sonuçlar ödüllendirme konusunda mutlak değildirler. Dolayısıyla kişi neden onları umursasın? “Sevgili babam,” dedi Rab Kṛṣṇa, “yarı tanrı İndra'ya ibadet etmeye gerek yok. Herkes kendi işinin sonuçlarını

elde etmelidir. Aslen kişinin işinin doğal eğilimine göre meşgul olduğunu görürüz ve bu doğal eğilime göre, –ister insanlar ister yarı tanrılar olsun- tüm canlı varlıklar kendi sonuçlarını elde ederler. Tüm canlı varlıklar yalnızca farklı tür işleri nedeniyle daha üst veya aşağı bedenler elde eder ve düşmanlar, arkadaşlar veya tarafsız ilişkiler kazanırlar. Kişi, Tanrı'nın Yüce Şahsı'nın içgüdülerine göre görevlerini yapmaya dikkat etmeli ve dikkatini çeşitli yarı tanrıların ibadetine kaydırmamalıdır. Yarı tanrılar tüm görevlerini layıkıyla yerine getirilmesinden memnun olurlar, dolayısıyla onlara ibadet etmeye gerek yoktur. İndra'yı memnun etmeseniz bile, o ne yapabilir? Bizler İndra'dan özel bir yarar sağlamıyoruz. O orada olsa bile, o okyanusa da yağmur yağıyor; bu ona ibadetimize bağlı değil. Bize gelince, bizlerin başka şehre, köye veya yabancı ülkeye gitmemiz gerekmiyor. Şehirlerde saray gibi binalar var, ama bizler bu Vṛndāvana ormanında yaşamaktan memnunuz. Bizim apaçık olan ilişkimiz Govardhana Tepesi'yle ve Vṛndāvana ormanı ve başka bir şeyle değil. Bu nedenle, Sevgili babam, senden yerel brāhmaṇaları ve Govardhana Tepesi'ni memnun edecek bir sunu başlatmanı ve İndra'yla hiçbir ilgimiz kalmamasını



rica ediyorum.” Kṛṣṇa’dan bu ifadeyi duyduktan sonra, Nanda Mahārāja cevap verdi: “Sevgili oğlum, Sen istediğin için, yerel brāhmaṇalar ve Govardhana Tepesi için ayrı bir sunu düzenleyeceğim. Ama şu an için bırak da İndra-pūjā olarak bilinen bu sunuyu gerçekleştireyim.” Ama Kṛṣṇa şöyle cevap verdi: “Sevgili babam, erteleme. Govardhana ve yerel brāhmaṇalar için önerdiğin sununun hazırlanması çok uzun zaman alır. İyisi mi İndra pūjā için yapılan düzenlemeleri ve teçhizatı al ve hemen onları Govardhana Tepesi ve yerel brāhmaṇaları memnun etmek için kullan.” Mahārāja Nanda nihayet yumuşadı. Sonra çoban erkekler Kṛṣṇa’ya yajñanın nasıl yapılmasını istediğini sordular ve Kṛṣṇa onlara şu talimatları verdi:

“Yajña, Govardhana Tepesi’ne İbadet için toplanan tahıl ve kaynatılmış tereyağından her türlü tarifile çok güzel yemekler hazırlayın. Pilav, dhal, helva, pakorā, purī ve sütlac, rabrī, tatlı toplar, sandeśa, rasagullā ve laḍḍu gibi her tür sütlü tatlılar hazırlayın ve Vedik ilahileri söyleyebilen ve ateşe sunularda bulunabilen bilgili brāhmaṇaları davet edin. Brāhmaṇalara yardım olarak her tür tahıl verilmeli. Sonra tüm inekleri süsleyin ve onları iyi besleyin. Bunu yaptıktan sonra, brāhmaṇalara yardım olarak para verin. Köpekler gibi aşağı hayvanlar ve caṇḍālalar gibi alt sınıf insanlar veya dokunulmaz olan beşinci sınıf insanlar söz konusu olduğunda, onlara da görkemli prasāda verilebilir. İneklere güzel otlar verildikten sonra, Govardhana-

pūjā olarak bilinen sunu derhal başlayabilir. Bu sunu Beni çok tatmin edecek.” Bununla birlikte Kṛṣṇa bilinci olduğunda, herkesin toplu yararı göz önüne alınır. Govardhana-pūjā olarak bilinen sunu Kṛṣṇa bilinci hareketinde yerine getirilir. Rab Caitanya, Kṛṣṇa’nın ibadet edilir olduğuna göre, O’nun diyarının – Vṛndāvana ve Govardhana Tepesi’nin – da ibadet edilir olduğunu tavsiye etmiştir. Bu ifadeyi teyit için, Rab Kṛṣṇa, Govardhana-pūjā’nın Kendisi’ne ibadet kadar iyi olduğunu söylemiştir. O günden beri Govardhana-pūjā devam etmektedir ve Annakūta olarak bilinir. Vṛndāvana’nın tüm tapınaklarında ve Vṛndāvana dışında, bu seremonide muazzam miktarlarda yiyecek hazırlanır ve şatafatlı bir

şekilde genel nüfusa dağıtılır. Bu nedenle Tanrı’nın Yüce Şahsı Kṛṣṇa, cennetsel gezegenlerin yüce yöneticisi olması nedeniyle kibire kapılan İndra’yı cezalandırmak için, çoban erkekler İndra-yajña’yı durdurmalarını ve Govardhana-pūjā’ya başlamalarını tavsiye etti. Nanda Mahārāja’nın önderliğindeki dürüst ve sade çoban erkekler Kṛṣṇa’nın önerisini kabul ettiler ve O’nun tavsiye ettiği her şeyi detaylarıyla uyguladılar. Govardhana’ya ibadet ettiler. Rab Kṛṣṇa’nın talimatlarına göre, Nanda Mahārāja ve çoban erkekler bilgili brāhmaṇalar çağırdılar, Vedik ilahiler söyleyerek ve prasāda sunarak Govardhana Tepesi’ne ibadet etmeye başladılar. Vṛndāvana sakinleri bir araya geldiler, ineklerini süslediler ve onlara çimen verdiler. İnekleri önlerinde tutarak, Govardhana tepesini tavaf etmeye başladılar. Gopiler çok süslü giyindiler ve Kṛṣṇa’nın keyifli vakit geçirmelerini şarkı olarak söyleyerek boğaların çektiği arabalarda oturdular. Brāhmaṇalar, Govardhana pūjā’da rahip olarak görev yapmak üzere orada toplandılar ve çoban erkekler ve eşleri gopilere kutsamalarını sundular. Her şey tamamlandığında, adananları Govardhana Tepesi’yle Kṛṣṇa’nın Kendisi’nin aynı olduğuna

ikna etmek için, Kṛṣṇa yüce bir transandantal suret aldı ve Vṛndāvana sakinlerine Kendisi’nin Govardhana Tepesi olduğunu duyurdu. Sonra Kṛṣṇa orada sunulan tüm yiyecekleri yemeye başladı. Sonra Kṛṣṇa şöyle beyan etti: “Görüyor musunuz, Govardhana Tepesi nasıl kocaman bir suret aldı ve tüm sunuları kabul ederek bizi onurlandırıyor.” İneklerin ve kendilerinin iyi şansını temin etmek için, Vṛndāvana’nın tüm insanları Benim tarafımdan emredildiği üzere, Govardhana yakınında tepeye ibadet etmelidir.” Govardhana-pūjā sunusunu böylece gerçekleştirerek, Vṛndāvana’nın tüm sakinleri Vasudeva’nın oğlu Kṛṣṇa’nın talimatlarına uydular ve sonra evlerine döndüler.

#### **Bhagavad-gītā 5.29**

*bhoktāraṁ yajña-tapasāṁ sarva-loka-maheśvaram suhrdaṁ sarva-bhūtānāṁ jñātvā māṁ śāntim ṛcchati*

**Benim tam bilincimde olan, Beni bütün fedakarlıkların ve çilenin nihai kazancı olarak bilen, Beni bütün gezegenlerin ve yarı tanrıların Yüce Tanrı’sı olarak ve bütün canlı varlıkların iyiliğini isteyen velinimet olarak bilen kişi maddi dertlerden kurtularak barışa ulaşır.**

Kişi bunun bilincinde olduğu takdirde yani, Kṛṣṇa bütün fedakarlıkların sonucudur, Kṛṣṇa her şeyi kontrol edendir ve Kṛṣṇa her kesin arkadaşıdır. Govardhana Tepesi’ne Kṛṣṇa’nın adananı olarak ibadet edilir. Biz de Türkiye’de Kṛṣṇa’nın adananları olarak her sene Govardhana Pūjā’yı kutluyoruz ve 108’e yakın çeşitte yemekler ve tatlılar hazırlayarak bunları Govardhan Tepesi’ne sunarak O’nu onurlandırıyoruz. Bu coşku dolu festivale hepimiz davetlisiniz.

Govardhan Tepesi ki Jay!  
Vṛndāvana Dhāma Ki Jay!



\*Parikrāma, “Tapınakların etrafında zaman tutarak dolaşan veya patika yol” olarak tanımlanır. Tapınağın etrafındaki taştan yapılmış bu yola pradakṣina yolu denir.”

## Modern Sorunlara Kadim Çözümler

### Bhagavad-Gītā

BG 7.9

*punyo gandhaḥ pṛthivyām ca  
tejaś cāsmi vibhāvasau  
jīvanam sarva-bhūteṣu  
tapaś cāsmi tapasviṣu*

*punyaḥ* — özgün; *gandhaḥ* — koku;  
*pṛthivyām* — toprakta; *ca* — de-da; *tejaḥ* — ısı;  
*ca* — de-da; *asmi* — Ben; *vibhāvasau* — ateşte;  
*jīvanam* — yaşam; *sarva* — her şeyde;  
*bhūteṣu* — canlı varlıklar; *tapaḥ* — kefare; *ca* — de-da;  
*asmi* — Ben; *tapasviṣu* — kefarete bulunanlarda.

ÇEVİRİ: Ben toprağın özgün kokusuyum ve ateşin sıcaklığıyım.  
Ben yaşayan her şeyin yaşamıyım ve bütün münzevilerin kefaretiyim.

Hazırlayan: Meghābarī Devī Dāsī

## GOVINDA İSTANBUL

"Bizimkisi bir AŞK hikayesi"



Dünya genelinde vejetaryen restaurant ve kafe olarak tanınan Govinda's zincirinin Türkiye'deki tek şubesi Govinda İstanbul Mecidiyeköy'de hizmet veriyor.

### SAF VEJETARYEN HİNT MUTFAĞI

Yeni yerimiz Goranga Yoga Merkezi'nin içinde sıcak bir ortamda sizlerle Hint Mutfağı'ndan seçme saf vejetaryen ve vegan lezzetlerle birlikteyiz. Govinda İstanbul Türkiye'deki ilk ve tek saf Vejetaryen Hint Mutfağı'dır.

Büyükdere Caddesi, Naci Kasım Sokak No:6B

Mecidiyeköy, İstanbul

0212 234 36 33

info@gorangayoga.com

www.govindaistanbul.net

**govinda**   
vedik hint mutfagi

# Çikolata Parçacıklı Kurabiye

Namaste,

Bu sayımızda gelen istekler üzerine güzel bir kurabiye tarifi paylaşmak istedim. Herkesin çok sevdiği meşhur chocolate chip cookies'i denemeye hazır mısınız? Hazırlığı ve yapılışı çok kolay, pişirme süresi çok kısa ve bir o kadar da lezzetli. Dilerseniz çikolata yerine ceviz, fındık veya kuru meyveler ekleyebilirsiniz. Kuru meyveler eklediğinizde şeker miktarına dikkat edin, biraz azaltmanız gerekebilir. Sade ılık bir sütün veya baharatlandırılmış masala sütün yanına çok yakışacaktır. Dilerseniz güzel bir bitki çayının yanında da yiyebilirsiniz.

## Malzemeler

- 100 g tereyağı
- 50 g beyaz şeker
- 80 g esmer şeker
- 60 ml süt
- 180 g un
- 100 g bitter çikolata (oda sıcaklığında)
- 1 tatlı kaşığı vanilya özütü ("Hayfene" markasından alkolsüzünü bulabilirsiniz)
- ya da 1 paket şekerli vanilin
- ½ tatlı kaşığı karbonat
- ¼ tatlı kaşığı tuz

## Yapılışı:

Tereyağını ufak bir sos tavasına alın ve kısık ateşte eritmeye başlayın. Tereyağı köpüklenip hafif kahverengileşinceye kadar pişirin. Burada ısının düşük olmasına ve yağı yakmamaya dikkat edin. Yağ köpüklendikten sonra birkaç saniye içinde bile yanabilir. **Hazır olunca soğuması için kenara alın.** Yağ oda sıcaklığına gelene kadar bu arada diğer hazırlıkları yapın. Eğer benim gibi bütün çikolata kullandıysanız, oda sıcaklığındaki çikolatayı ufak ufak küpler halinde doğrayın. Dilerseniz damla çikolata kullanabilirsiniz ama tavsiyem bütün dikdörtgen veya kare çikolata kullanmanız olacak. Bir kapta esmer ve beyaz şekerini karıştırın, bu karışıma oda sıcaklığına gelen eritilmiş tereyağını ekleyin. Bir el çırpıcısı veya kaşık yardımıyla iyice karıştırın ardından sütü ve (vanilya özütü kullanacaksanız) vanilya özütünü ekleyin ve homojen bir kıvam alınca dek elle çırpmaya devam edin. Unu,

karbonatı, tuzu ve (vanilya kullanacaksanız) toz vanilyayı eleyerek sıvı karışımın içine ekleyin. Un kaybolana dek bir kaşık yardımıyla yavaşça (alttan üste doğru) karıştırın.

**Kurabiyenin istediğimiz kıvamda olması için, hamuru çok fazla karıştırmamak önemli bir nokta.** Çikolata parçacıklarını ekleyin yavaşça karıştırın. Hamur size bu aşamada biraz sıvı gelebilir ama bu normal, ekstra un eklemeyin. Üzerini kapatıp **buzdolabında en az 45 dk.** bekletin. Fırını 180 derecede ısıtın. Buzdolabından hamuru

çıkarın ve bir dondurma kaşığı yardımıyla veya elle hamurdan ceviz büyüklüğünde top parçalar alın. **Yağlı kâğıt serili tepsiye geniş aralıklarla dizin.** Kurabiyeler pişerken yayılacağı için geniş aralıklı dizilmesi önemli. Benim kullandığım kaşık boyutuyla 24 adet kurabiye çıktı. İki tepsi olarak, ayrı ayrı pişirdim. 18 – 20 dk. kadar pişirin. Daha yumuşak bir kurabiye isterseniz 15 dk. da yeterli. Kurabiyeler fırından ilk çıktığında yumuşak olacaktır ama soğuduktan sonra istediğimiz kıvama gelecektir.



*Sevgiyle sunun!*

01

Pazartesi

*Ramā Ekādaśī*

14

Pazar

*Utthāna Ekādaśī*

30

Salı

*Utpannā Ekādaśī*

4

Perşembe

*Dīpa Dāna, Dīpāvalī,  
(Kālī Pūjā)*

5

Cuma

*Govardhana Pūjā*

2 Kasım Salı

Dvādaśī

Oruç açma zamanı: 07:36 – 09:03

8 Kasım Pazartesi

Śrīla Prabhupāda'nın Bedeninden  
Ayrılışı – Öğlene kadar oruç

14 Kasım Pazar

Śrīla Gaura Kişora Dāsa Bābājī'nin  
Bedeninden Ayrılışı – Öğlene  
kadar oruç

15 Kasım Pazartesi

Dvadasi

Oruç açma zamanı: 05:49 - 10:43

19 Kasım Salı

Kārttika Ayı'nın Bitişi

14

Salı

*Mokṣadā Ekādaśī*

14

Salı

*Gītā Jayantī*

30

Perşembe

*Saphalā Ekādaśī*

1 Aralık Çarşamba

Dvadasi

Oruç açma zamanı: 08:09 – 11:18

14 Aralık Salı

Gītā Jayantī:

Śrīmad Bhagavada Gītā'nın  
Belirlişi

15 Aralık Çarşamba

Dvadasi

Oruç açma zamanı: 08:22 – 11:26

23 Aralık Perşembe

Śrīla Bhaktisiddhānta Sarasvatī

Ṭhākura'nın Bedeninden Ayrılışı

– Öğlene kadar oruç

31 Aralık Cuma

Dvadasi

Oruç açma zamanı: 08:29 – 11:34





1

**Goranga Yoga**, yenilediği stüdyosunun **kapılarını açtı!** Pandemi sebebiyle ara verilen stüdyo derslerine tecrübeli hocalarımız yenilenmiş haftalık programla devam ediyor. Haftalık programımıza web sitemizden veya sosyal medya hesaplarımızdan ulaşabilirsiniz.

2

Goranga Yoga'nın pazar programlarını özlediyseniz size güzel bir haber: Kasım ayında **mini Bhakti Yoga Festivalleri** ile yenilenmiş stüdyomuzda sizlerle olacağız!

3

**Nṛsimha Kṛṣṇa** ile 8 hafta sürecek **Affet ve Özgürleş Semineri** kasım ayında başlıyor. Bu seminerde, affetmenin spiritüel gelişimdeki önemini ve bizi nasıl özgürleştirdiğini keşfedeceksiniz. Detaylar ve kayıt için web sitemizi veya sosyal medya hesaplarımızı takip edebilirsiniz.



4

Saf aşkın titreşimleri **7-11 Ekim** tarihleri arasında Çatalca'dan yayıldı. Goranga Yoga olarak Türkiye'de yedincisini organize ettiğimiz **Bhakti Yoga Kampımızda** Hindistan'daki aşram hayatını deneyimledik. Gelecek sene tekrarlayacağımız bu etkinliğe sizi de bekliyoruz.

5

Hindistan'a gidemiyorum diye üzülmeyin. Her ay güncellediğimiz **online dükkândan** çoğunlukla Hindistan'dan getirdiğimiz çeşitli ürünlere [www.gorangayoga.com](http://www.gorangayoga.com) üzerinden bir tıkla erişebilirsiniz.



# BBT TÜRKİYE

## Çağdaş Vedik Kütüphane Serisi



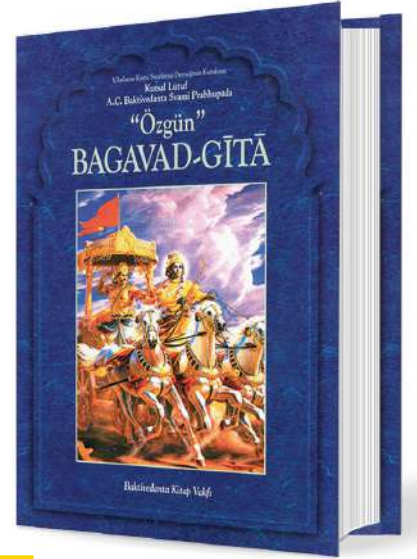
### BHAKTIVEDANTA BOOK TRUST TÜRKİYE

Bhaktivedanta Book Trust (BBT), Uluslararası Krişna Bilinci Topluluğu Kurucu Açıyası (manevi öğretmen) Şri Şrīmad A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada tarafından, yetkili gurular zincirinden alınan Vedik literatürü modern çağın insanına sunmak üzere 1970 yılında kuruldu. Tarihte ilk kez Şrīla Prabhupada'nın tercümelere ve yorumları aracılığıyla dünyanın en derin felsefe geleneği kısa zamanda geniş Batı izleyici kitlesi üzerinde ciddi bir etki göstermeye başladı.

Vedik bilgi zamanın başlangıcından beri milyonlarca insan için içsel huzurun, derin bilgeliğin ve spiritüel ilhamın kaynağı olmuştur. Çağdaş Vedik Kütüphane baskıları, bu transandantal bilginin, doğru uygulandığında, modern insanın yüz yüze olduğu sayısız problemi aşmasında, ona nasıl yardımcı olacağını pratik olarak ortaya koymak üzere tasarlanmıştır.

### Özgün Bhagavad Gita

Tarihi Kurukşetra Savaşı tam başlayacakken savaşçı Arjuna cesaretini kaybeder. Hayatından vazgeçmeye hazır, tamamen perişan bir halde, akıl danışmak için savaş arabasını süren arkadaşı Krişna'ya dönüp, "Ne yapmalıyım?" diye sorar. Sonrasında geçen konuşma, insanlığın kritik sorularını etkili bir şekilde ele alır: Hayatın amacı nedir? Öldüğümüzde ne olur? Zamana bağlı bu fiziksel düzlemin ötesinde bir gerçeklik var mı? Tüm sebeplerin nihai sebebi nedir? Krişna, kapsamlı olarak tüm bunları (ve daha fazlasını) yanıtlar, sonra da kimliğini açıklar.



### Benlik İdraki Bilimi

Bu kitapta, büyük öğretmenlerin binlerce yıldır konuştuğu zamanı aşan bir bilimi keşfedeceksiniz. BENLİK İDRAKİ BİLİMİ, içimizdeki benliğin, doğanın, evrenin, içteki ve dıştaki Yüce Benlik'in sırlarını ortaya çıkarıyor. Burada dünyanın en seçkin benlik idraki bilimi öğretmeni, modern çağda meditasyon yapmak ve yoga yapmak, karma yasasından özgürleşmek, süper bilince ulaşmak ve çok daha fazlası hakkında konuşuyor. Bu özel kitap için seçilen tüm röportajlar, dersler, denemeler ve mektuplarda Śrī Śrīmad A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda şaşırtıcı bir netlik ve güçle konuşuyor. Benlik idraki biliminin günümüz dünyası ve kendi yaşamınızla ne kadar alakalı olduğunu kanıtlıyor.

