

JOGAS PILNĪBA

**Viņa Dievišķā Žēlastība
A.Č. Bhaktivēdānta Svāmī Prabhupāda
Starptautiskās Krišnas apziņas biedrības dibinātājs-āčārja**

Viņa Dievišķā Žēlastība
A.Č. Bhaktivēdānta Svāmī Prabhupāda
Starptautiskās Krišnas apziņas biedrības dibinātājs-āčārja

Jogas pilnība

Šīs grāmatas autors A. Č. Bhaktivēdānta Svāmī Prabhupāda ir mūsdienu izcilākais filozofs un sanskritologs. Viņš ir iztulkojis angļu valodā un izskaidrojis senos Vēdu klasiskos tekstus 60 grāmatās. Lasot šīs grāmatas, cilvēkam paveras iespēja aptvert mūžsenas zinības. Viņa iztulkotās grāmatas studē daudzās augstskolās un koledžās.

Saturs

- [1. Joga, ko noraidīja Ardžuna](#)
- [2. Joga kā mīlestības pilna kalpošana](#)
- [3. Joga kā meditācija uz Krišnu](#)
- [4. Joga – prāta un ķermeņa savaldītāja](#)
- [5. Joga kā atbrīve no divējādībām un apzīmējumiem](#)
- [6. Neveiksmīga joga liktenis](#)
- [7. Joga kā attiecību atjaunošana ar Krišnu](#)
- [8. Jogas pilnība](#)
- [9. Mantra joga](#)

[Pielikumi](#)

[Par autoru](#)

[Sanskrita izrunas rādītājs](#)

1. Joga, ko noraidīja Ardžuna

Šajā gadsimtā rietumu pasaule ir iepazinusi daudzas jogas, taču patiesībā neviena nemāca sasniegt jogas pilnību. Bhagavad-gītā Dieva Augstākā Personība Šrī Krišna Pats māca Ardžunam jogas pilnību. Ja mēs patiešām vēlamies nodarboties ar pilnīgāko jogu, mums jāpilda Bhagavad-gītā dotie Augstākās Personības autoritatīvie norādījumi.

Jāatzīmē, ka Krišna jogas pilnību mācīja tieši kaujas laukā. Šo mācību karavīrs Ardžuna saņēma īsi pirms brāļu kara sākuma. Viņš sentimentāli iedomājās: "Kāpēc gan man būtu jācinās pret radniekiem?" Tā bija neziņa, kas Ardžunā izraisīja vēlmi nepiedalīties kaujā. Lai izklaidētu viņa maldus, Šrī Krišna pavēstīja viņam Bhagavad-gītu. Var tikai iedomāties, cik īsā laikā tika izklāstīta Bhagavad-gīta. Abu pušu karavīri stāvēja ierindā, lai sāktu kauju, tātad laika bija ļoti maz, ne vairāk kā stunda. Visa Bhagavad-gītas apspriešana ilga vienu stundu. Tikai viena stunda bija vajadzīga, lai Šrī Krišna izklāstītu savam draugam Ardžunam visu jogu galamērķi. Pēc šīs dižās sarunas Ardžuna atmata visas šaubas un devās kaujā.

*yo 'yam yogas tvayā proktaḥ
sāmyena madhusūdana
etasyāhaṁ na paśyāmi
cañcalatvāt sthitim sthirām*

"Madhusūdana, Tava īsumā aprakstītā joga šķiet man nereāla un neiespējama, jo mans prāts ir nemierīgs un svārstīgs." (Bg. 6.33.)

Tas ir ļoti svarīgi. Vienmēr jāatceras, ka mēs atrodamies materiālajā pasaulē, kura jebkurā mirklī var satraukt mūsu prātu. Mūsu stāvoklis ir neapskaužams. Mēs esam pārlicināti, ka, mainot apstākļus, pārvarēsim prāta nelīdzsvarotību un, sasniedzot noteiktu stāvokli, gūsim mieru.

Tomēr materiālās pasaules daba ir tāda, ka mēs nevaram gūt tajā mieru. Mēs pastāvīgi pūlamies atrisināt mūsu problēmas, taču savos centienos vienmēr piedzīvojam neveiksmi. Šajā Visumā ar pasaulīgiem paņēmieniem atrisināt dzīves pamatjautājumus nav iespējams.

Ardžuna godīgi un atklāti pasaka Krišnam, ka šī joga viņam nav pa spēkam. Zīmīgi, ka Ardžuna Krišnu šeit nosauc par Madhusūdānu. "Madhusūdana" nozīmē dēmona Madhu nogalinātājs. Dievu nereti dēvē pēc Viņa darbiem. Tā kā Viņa darbi nav saskaitāmi, Viņam ir bezgala daudz vārdu.

Mēs esam tikai Viņaniecīgas daļiņas un nespējam atcerēties visu, ko esam darījuši kopš bērnu dienām līdz šim brīdim. Mūžīgais Dievs ir bezgalīgs un Viņa darbi nav saskaitāmi. No Viņa bezgala daudzajiem vārdiem pats galvenais ir Krišna. Kāpēc tad Ardžuna Krišnu šeit nosauc par Madhusūdānu? Tāpēc, ka Ardžuna savu prātu pielīdzina tik lielam dēmonam, kāds bija dēmons Madhu. Ja Krišna pieveiktu dēmonu – prātu, tad Ardžuna sasniegtu pilnību jogā. "Mans prāts ir daudz stiprāks par šo dēmonu Madhu, tāpēc, lūdzu, pievari to, un tikai tad es spēšu apgūt šo jogu," saka Ardžuna. Pat tik diža cilvēka kā Ardžunas prāts ir vienmēr satraukts:

*cañcalaṁ hi manaḥ kṛṣṇa
pramāthi balavad dṛḍham
tasyāhaṁ nigrahaṁ manye
vāyor iva suduṣkaram*

"Krišna, prāts ir nemierīgs, stūrgalvīgs un ļoti stiprs, un savaldīt to, manuprāt, ir daudz grūtāk nekā savaldīt vēju." (Bg. 6.34.)

Tik tiešām, prāts vienmēr mums liek: ej tur un tur, izdari to un to, dari tā un tā. Viņš vienmēr mums

saka, uz kuru pusi griezties. Jogas saturs un būtība ir savaldīt satraukto prātu un vērst to uz Virsdvēseli. Tāds ir meditatīvās jogas mērķis. Ardžuna saprot, ka savaldīt prātu ir daudz grūtāk nekā apturēt vēju. Iedomājieties cilvēku, kurš ar rokām cenšas apturēt viesuli. Bet varbūt Ardžuna nebija sagatavojies savaldīt prātu? Mēs pat nevaram iedomāties, cik daudz brīnišķīgu īpašību piemita Ardžunam, viņš taču bija Dieva Augstākās Personības tuvs draugs.

Tas ir ļoti augsts stāvoklis, ko nevar sasniegt bez īpašas sagatavotības. Nedrīkst aizmirst, ka Ardžuna bija dižs karavīrs un valdnieks. Viņš bija tik saprātīgs, ka stundas laikā spēja izprast Bhagavad-gītu, kamēr mūsdienu lielie zinātnieki nespēj to saprast visu mūžu. Un tomēr Ardžuna uzskatīja, ka nespēs savaldīt prātu. Kā tad mēs lai paveicam to, kas nebija pa spēkam Ardžunam, kurš dzīvoja daudz gaišākā laikmetā nekā mēs? Mēs ne brīdi nedrīkstam iedomāties, ka esam līdzvērtīgi Ardžunam. Mēs esam tūkstošreiz zemāki. Nekur nav minēts, ka Ardžuna kādreiz būtu nodarbojies ar jogu. Tomēr Krišna viņu slavēja un izvēlējās par vienīgo, kas cienīgs saprast Bhagavad-gītu. Kur slēpjas Ardžunas sagatavotība? Šrī Krišna saka: "Tu esi Mans bhakta un ļoti dārgs draugs." Taču Ardžuna tik un tā atteicās no meditatīvās jogas, kuru Krišna viņam aprakstīja. Kāpēc tā? Vai mums jāatmet visas cerības savaldīt prātu? Nē! Prātu var savaldīt, taču vienīgais paņēmieni ir Krišnas apziņa. Prāts (doma) vienmēr jāvērs uz Krišnu. Kad tas izdosies, mēs būsīm sasnieguši jogas pilnību.

Šrīmad-Bhāgavatamas 12. dziedājumā Šukadēva Gosvāmī stāsta Mahārādžam Parīkšitam, ka Satja-jugā – Zelta laikmetā – nodarboties ar meditatīvo jogu bija iespējams tāpēc, ka cilvēki tad bija ļoti saprātīgi un dzīvoja simttūkstoš gadus. Ko Satja-jugā sasniedza ar meditāciju, ko nākošajā laikmetā – Tretā-jugā – guva ar lielām ziedošanām, bet vēlākā laikmetā – Dvāpara-jugā – ar godināšanu tempļos, to tagadējā Kali laikmetā var sasniegt ar Dieva vārda daudzinašanu – Hari-kīrtanu. Kā vēsti autoritatīvi pirmavoti, mūsu laikmetā jogas pilnību sasniedz, skandējot Harē Krišna, Harē Krišna, Krišna, Krišna, Harē Harē, Harē Rāma, Harē Rāma, Rāma, Rāma, Harē Harē.

Mūsdienās grūti nodzīvot līdz 50 vai 60 gadiem. Tikai retais nodzīvo 80 vai 100 gadus. Pie tam šis neilgais mūžs pilns nemiera un grūtību, ko sagādā karš, epidēmijas, bads un citas nelaimes, kas grauj mūsu dzīvi. Nevarētu teikt, ka mēs izceltos ar saprātu, un tai pašā laikā mēs esam nelaimīgi. Tas ir raksturīgi Kali-jugai – pagrimuma laikmetam. Tā visa dēļ mēs nespējam gūt panākumus Krišnas aprakstītajā meditatīvajā jogā. Bet sagrozot jogu mēs varētu apmierināt tikai savas iegribas. Cilvēki tērē naudu, lai apgūtu dažādus vingrinājumus un dziļu elpošanu. Viņi ir laimīgi, jo domā, ka par dažiem gadiem pagarinās dzīvi un labāk baudīs dzimumdzīvi. Taču tam visam nav nekāda sakara ar īsteno jogu. Šajā laikmetā meditatīvo jogu nevar pildīt pareizi. Tikai ar bhakti jogu, cildeno Krišnas apziņu, var sasniegt jogas pilnību; īpaši laba tam ir mantra joga – Šrī Krišnas godināšana, skandējot Harē Krišna. To iesaka Vēdu raksti un to dzīvē īstenoja dižā autoritāte Čaitanja Mahāprabhu un citas diženas personības. Bhagavad-gītā teikts, ka mahātmas – dižas dvēseles vienmēr dzied slavu Visaugstajam Kungam.

Vēdu raksti, Bhagavad-gīta un dižās autoritātes iesaka apgūt Krišnas apziņu tiem, kas grib kļūt par mahātmām. To var izdarīt, skandējot Harē Krišna. Bet, ja mēs tiecamies atdarināt meditāciju un simulēt transu, sēžot taisni lotosa pozā, tad mūsu darbība būs pilnīgi aplama. Šai ākstībai nav nekāda sakara ar īsteno jogas pilnību. Materiālisma slimību nevar izārstēt ar mākslīgām zālēm. Īstās zāles var dot tikai Pats Krišna.

2. Joga kā mīlestības pilna kalpošana

Mēs esam dzirdējuši par visdažādākajām jogām un jogiem, bet Bhagavad-gītā Krišna māca, ka īstens jogs pilnībā uztic sevi Krišnam. Krišna norāda, ka nav atšķirības starp atsacīšanos no materiālās dzīves (sanjāsu) un jogu.

yaṁ sannyaśam iti prāhur
yogaṁ taṁ viddhi pāṇḍava
na hy asannyasta-saṅkalpo
yogī bhavati kaścana

"Atsacīśanās ir joga jeb vienība ar Visaugstāko. Neviena nevar kļūt par jogu, pirms nav atteicies no vēlmes apmierināt jutekļus." (Bg. 6.2.)

Bhagavad-gītā aprakstītas trīs galvenās jogas: karma joga, gajāna joga un bhakti joga. Jogas var salīdzināt ar kāpnēm. Kāds ir uz pirmā pakāpiena, cits atrodas augstāk, kaut kur vidū, bet vēl cits – uz augstākā pakāpiena.

Cilvēks, kas atrodas uz zināma līmeņa, ir karma jogs, gajāna jogs vai bhakti jogs. Visos gadījumos kalpošana Visaugstajam Kungam ir tā pati, tikai tā norit dažādos līmeņos. Šrī Krišna saka Ardžunam, ka atsacīšanās (sanjāsa) un joga ir viens un tas pats, jo bez atbrīves no vēlmēm un jutekļu baudām nav iespējams kļūt ne par jogu, ne par sanjāsī. Daži nodarbojas ar jogu kāda labuma dēļ, bet tā nav īstenā joga. Visam jākalpo Kungam Krišnam. Nav svarīgi, vai cilvēks ir parasts strādnieks, sanjāsī, jogs vai filozofs – svarīgi ir katru darbu veikt Krišnas apziņā. Tikai kalpojot Viņam domās un darbos, mēs kļūsim par īsteniem jogiem un sanjāsī.

Tam, kas atrodas uz pirmā pakāpiena, joga iesaka strādāt. Būt par jogu nenozīmē darbu pārtraukt. Bhagavad-gītā Krišna iesaka Ardžunam kļūt par jogu, bet nekur Viņš nesaka, ka jāatsakās no kaujas. Gluži otrādi. Protams, var rasties jautājums, kā iespējams vienlaikus būt jogam un karavīram? Mūsu izpratnē joga ir sēdēšana un meditācija vientuļā vietā ar taisnu muguru, sakrustotām kājām, puspievērtām acīm un uz degungalu vērstu skatienu. Tad kāpēc gan Krišna prasīja no Ardžunas vienlaikus būt gan jogam, gan arī piedalīties briesmīgajā karā? Šeit atklājas Bhagavad-gītas noslēpums; arī kaujas laukā cilvēks var būt vislielākais jogs un sanjāsī. Kā tas iespējams? Tikai ar Krišnas apziņu. Mums vajag cīnīties, strādāt, ēst un gulēt Krišnas dēļ, un visu savu darbību veltīt Viņam. Tikai tā var kļūt par vislielāko jogu un sanjāsī. Tāds ir jogas noslēpums.

Bhagavad-gītas sestajā nodaļā Srī Krišna māca Ardžunam meditātīvās jogas paņēmienus, bet Ardžuna tos noraida kā pārāk grūtus. Kāpēc tad Ardžunu uzskata par dižu jogu? Kaut arī Ardžuna noraidīja meditātīvo jogu, Krišna viņam teica: "Tu esi vislielākais jogs, jo tu vienmēr domā par Mani." Tajā ir visa jogas būtība. Hatha jogai, karma jogai, gajāna jogai, bhakti jogai, citām jogām, ziedošanām un dāvanu došanām – visam jābūt vērstam uz Krišnu. Visām darbībām, kas ieteiktas garīgās apziņas īstenošanai, jānovēd pie nepārtrauktām domām par Krišnu. Cilvēka mūža īstā pilnība ir vienmēr apzināties Krišnu un nepārtraukt darboties Krišnas apziņā.

Sākumā ieteicams vienmēr strādāt Krišnas labad. Dīkā nedrīkst pavadīt ne mirkli, vienmēr jāatrod kāds pienākums vai nodarbe. Tātad pilnveidošanās iespējama tikai tad, ja no paša sākuma esam pilnībā aizņemti un daudz strādājam. Vēlāk, ja cilvēks jau spēj domāt par Krišnu nepārtraukti, fizisks darbs vairs nav tik nepieciešams. Taču sākumā visus jutekļus ieteicams nodarbināt kalpošanai Krišnam. Izvēle ir liela, jo kalpot Krišnam var dažādos veidos. Starptautiskā Krišnas Apziņas biedrība, dodot norādījumus, var palīdzēt katram, kas to vēlas. Tiem, kas darbojas Krišnas labad, diennakts ir par īsu. Viņi vienmēr ir aktīvi, ar prieku strādā dienu un nakti. Tā ir īstā Laime – vienmēr kalpot Krišnam un izplatīt Krišnas apziņu pa visu pasauli. Materiālajā pasaulē ilgs darbs cilvēku ļoti nogurdina. Bet, ja mēs darbojamies Krišnas apziņā, tad varam skandēt Harē Krišna un kalpot Visaugstajam 24 stundas diennakti, un nejust nogurumu. Pasaulīgo vārdu atkārtošana mūs nogurdina ātri, taču garīgajā līmenī nogurums nepastāv. Garīgais stāvoklis ir absolūts. Materiālajā pasaulē ikviens darbojas, lai apmierinātu savus jutekļus. Šī mērķa labad tiek izmantoti darba augļi, taču īstens jogs tā dzīvot nevēlas, viņš vēlas tikai Krišnu un tāpēc Krišna viņam atklāsies.

3. Joga kā meditācija uz Krišnu

Indijā jogi dzīvo vientuļās un svētās vietās, lai vienatnē meditētu, kā to iesaka Bhagavad-gīta. Pēc tradīcijas ar jogu nevar nodarboties tur, kur ir daudz ļaužu. Taču kīrtana-mantra joga jeb Harē Krišna mantras dziedāšana: Harē Krišna, Harē Krišna, Krišna, Krišna, Harē Harē, Harē Rāma, Harē Rāma, Rāma, Rāma, Harē Harē ir jo iedarbīgāka, jo vairāk cilvēku to dzied. Kad mantru vienlaikus dzied daudzi cilvēki, to sauc par kīrtanu. Pirms 500 gadiem Indijā Čaitanja Mahāprabhu organizēja dziedātāju grupas pa 16 cilvēkiem, kuras vadīja kīrtanu, un tādējādi tūkstošiem cilvēku spēja dziedāt līdzī. Mūsu laikmetā kopēja kīrtana atšķirībā no meditatīvās jogas ir viegli izpildāma. Meditatīvā joga mūsdienām nav ieteicama. Bhagavad-gītā tieši norādīts, ka ar meditatīvo jogu var nodarboties tikai vientuļā un svētā vietā. Citiem vārdiem sakot, ir jāpamet māja. Mūsdienu pārāpdzīvotībā ir grūti atrast vientuļu vietu, bet bhakti jogai tā nav nepieciešama.

Bhakti joga sastāv no deviņām dažādām daļām: klausīšanās, dziedāšanas, atcerēšanās, kalpošanas, Dieva godināšanas templī, lūgšanas, norādījumu pildīšanas, kalpošanas Krišnam kā draugam un visa veltīšanas Viņam. No tā visa šravana un kīrtana – klausīšanās un dziedāšana ir vissvarīgākās. Kopējā kīrtanā viens cilvēks dzied: Harē Krišna, Harē Krišna, Krišna, Krišna, Harē Harē, Harē Rāma, Harē Rāma, Rāma, Rāma, Harē Harē; pārējie klausās un, kad mantra noskan, savukārt dzied viņi. Tā norit savstarpēja klausīšanās un dziedāšana. To viegli var pildīt gan daži cilvēki savā mājā, gan arī daudzi simti un tūkstoši sabiedriskā vietā. Protams, vienmēr atradīsies kāds, kurš centīsies nodarboties ar meditatīvo jogu gan pilsētā, gan sabiedrībā, taču viņam vajadzētu saprast, ka tas būs tikai viņa paša izgudrojums, nevis Bhagavad-gītā ieteiktā metode.

Jogas uzdevums ir attīrīt sevi. Ko tas nozīmē? Cilvēkam jānonāk līdz savas būtības pilnīgai izpratnei: "Es esmu tīrs gars, nevis šis ķermenis." Nonākot saskarsmē ar matēriju, mēs pielīdzinām sevi matērijai un domājam: "Es esmu šis ķermenis." Lai cilvēks varētu pildīt īsteno jogu, viņam jāaptver, kas viņš ir, jāizprot sava būtiskā atšķirība no matērijas. To aptvert ir vientuļības un meditācijas mērķis. Taču mēs jau teicām, ka mūsdienās nav iespējams precīzi īstenot šo metodi un, ja pati norise netiek precīzi izpildīta, nav iespējams nonākt pie šīs izpratnes. Čaitanja Mahāprabhu teica:

*harer nāma harer nāma
harer nāmaiva kevalam
kalau nāsty eva nāsty eva
nāsty eva gatir anyathā*

"Šajā ķildu un domstarpību laikmetā (Kali-juģā) nav cita ceļa, nav cita ceļa, nav cita ceļa garīgi pilnveidoties kā tikai dziedot Dieva svētos vārdus." (Čč. Ādi 17.21.)

Cilvēki parasti domā (īpaši Rietumos), ka joga ir meditācija uz tukšumu. Taču Vēdu raksti to neieteic. Gluži otrādi – Vēdas apgalvo, ka joga ir meditācija uz Višnu; to apstiprina arī Bhagavad-gīta. Daudzās jogas biedrībās mēs varam sastapt cilvēkus, kas sēž un meditē, sakrustojuši kājas, ar taisnu muguru un aizvērtām acīm, taču galu galā puse aizmie, jo bez meditācijas uz priekšmetu mēs vienkārši aizmiegam. Protams, ka neko tādu Krišna Bhagavad-gītā neiesaka. Ir jāsež ar taisnu muguru un puspievērtām acīm, skatienu vērsot uz degungalu; ja cilvēks pārākāpj šos priekšrakstus, viņš iemieg, un tas arī ir viss. Dažreiz meditācija turpinās miegā, bet jogā tas nav ieteicams. Lai neiemigtu, Krišna iesaka vienmēr turēt redzeslokā degungalu. Pie tam visu laiku jābūt mierīgam. Ja prāts ir satraukts, cilvēku pārņem domas un ir grūti koncentrēties. Pildot meditatīvo jogu, jāaizmirst bailes. Garīgajā dzīvē baiļu vienkārši nav. Ir jābūt brahmačārī, t.i., pilnīgi jāatturas no dzimumattiecībām. Ja gribat meditēt, visas vēlmes jāatmet.

Ja cilvēks būs bez kādām vēlmēm un pareizi izpildīs šo sistēmu, viņš spēš savaldīt prātu. Pārvarot visus šķēršļus ceļā uz meditāciju, ir iespējams savas domas pilnībā vērst uz Krišnu jeb Višnu. Tas ir

pavisam kas cits nekā domu vēršana uz tukšumu. Lūk, kādēļ Krišna teica, ka personība, kas nodarbojas ar meditātīvo jogu, vienmēr domā par Viņu.

Šeit redzams, kādas grūtības jogam jāpārvar, lai apskaidrotu ātmā (prātu, ķermeni, dvēseli), taču mūsu laikmetā vislabākā tā visa sasniegšanai ir dziedāšana: Harē Krišna, Harē Krišna, Krišna, Krišna, Harē Harē, Harē Rāma, Harē Rāma, Rāma, Rāma, Harē Harē. Kāpēc tieši tā? Tāpēc, ka šīs garīgās skaņas nav atšķirīgas no Krišnas. Ja mēs Krišnas vārdu izrunājam ar mīlestību un uzticību, tad Viņš ir ar mums. Kā mēs varam palikt netīri, ja Krišna ir ar mums? Tātad, daudzinot Viņa vārdus, kalpojot Viņam un gremdējoties Krišnas apziņā, mēs gūstam visaugstākās jogas priekšrocības. Tieši tas, ka nav jāpārvar meditātīvās jogas grūtības, padara Krišnas apziņu tik pievilcīgu.

Jogā nepieciešams savaldīt visus jutekļus; kad jutekļi kļūst paklausīgi, ar domām par Višņu jāsavaldā prāts. Pārvarot materiālo dzīvi, cilvēks kļūst mierīgs.

*jitātmanaḥ praśāntasya
paramātmā samāhitaḥ*

"Kas pakļāvis prātu, kļūst mierīgs un sasniedz Virsdvēseli." (Bg. 6.7.)

Materiālā pasaule ir līdzīga milzīgam meža ugunsgrēkam. Kā dažreiz mežā bez kāda iemesla sākas ugunsgrēks, tā arī, par spīti mūsu centieniem dzīvot mierā, uzliesmo problēmas. Materiālajā pasaulē nekur nav iespējams miers. Bet, kas ar aštanga jogu, gļāna jogu vai bhakti jogu paceļas pāri pasaulīgajām problēmām, tas dzīvo mierīgi un laimīgi.

Visas jogas ir vērstas uz pārpasaulīgās dzīves sasniegšanu, taču bhakti joga, Harē Krišna mantras daudzināšana, šajā laikmetā ir īpaši iedarbīga. Mūsu laikā ieteikts nodarboties tieši ar to. Kīrtana var turpināties stundām ilgi un neviens nebūs noguris, bet mierīgi sēdēt lotosa pozā pat dažas minūtes ir ļoti grūti. Ir svarīgi nodzēst pasaulīgās dzīves ugunsgrēku. Kad tas izdodas, cilvēks iegūst daudz vairāk nekā bezpersonisko tukšumu. Krišna saka Ardžunam, ka tāds cilvēks sasniedz augstāko mājvietu.

*yuñjann evarṁ sadātmānaṁ
yogī niyata-mānasaḥ
śāntiṁ nirvāṇa-paramāṁ
mat-saṁsthām adhigacchati*

"Tā meditējot, vienmēr pārvaldot savu ķermeni, prātu un rīcību, jogs-mistiķis, pārtraucis materiālo esamību, sasniedz Dieva valstību." (Bg. 6.15.)

Krišnas mājvieta nav tukšums. Tā ir vieta, kur rit dažādas nodarbības. Veiksmīgs jogs patiesi nokļūst Dieva valstībā, kas ir garīgi daudzveidīga. Jogas mērķis ir palīdzēt cilvēkam nokļūt šajā mājvietā.

Patiesībā mēs arī piederam šai valstībai, bet savas aizmāršības dēļ esam nonākuši šajā pasaulē. Prātu zaudējušais nonāk psihiatriskajā slimnīcā. Tāpat arī mēs esam aizmirsuši savu garīgo būtību, zaudējuši prātu un nokļuvuši materiālajā pasaulē. Materiālā pasaule ir sava veida psihiatriskā slimnīca, to nav grūti ieraudzīt – šeit taču nekas netiek darīts saprātīgi. Mūsu īstais uzdevums ir izkļūt no šejienes un ieiet Dieva valstībā. Bhagavad-gītā Krišna dod zināšanas par šo valstību, par Viņa un mūsu stāvokli, par to, kas ir Viņš un kas esam mēs. Bhagavad-gītā ir visas nepieciešamās zināšanas, un saprātīgs cilvēks gūs no tām labumu.

4. Joga – prāta un ķermeņa savaldītāja

Bhagavad-gītā Krišna visu laiku iedvesmo Ardžunu cīņai. Ardžuna bija karavīrs un viņa pienākums bija cīnīties. Kaut gan sestajā nodaļā Krišna apraksta meditātīvo jogu, uz šo ceļu Viņš Ardžunu nemudina. Krišna piekrīt, ka meditācija ir ļoti grūts process.

śrī-bhagavān uvāca

asaṁśayaṁ mahā-bāho
mano durnigrahaṁ calam
abhyāseṇa tu kaunteya
vairāgyeṇa ca gr̥hyate

"Visaugstais Kungs teica: "Stipriniek, Kuntī dēls, protams, ļoti grūti savaldīt nemierīgo prātu, bet tas ir iespējams ar pastāvīgu praksi un nepieķeršanos."" (Bg. 6.35.)

Krišna šeit uzsver praksi un atsacīšanos kā iespēju savaldīt prātu. Kas ir atsacīšanās? Tā ir atteikšanās no pasaulīgās dzīves, kas veltīta tikai jutekļu apmierināšanai. Šobrīd ir grūti no kaut kā atteikties, jo mūs savā varā tur dažādas pasaulīgās baudas. Kaut gan esam nevaldāmu jutekļu varā, tomēr ceram gūt sekmes jogā. Tam, kas pareizi nodarbojas ar jogu, jāievēro daudzi noteikumi un ierobežojumi, taču daudziem ir grūti atnest pat smēķēšanu.

Aprakstot meditātīvo jogu, Krišna atzīmē, ka to izpildīt nevarēs ne tas, kas ēd pārāk daudz, ne arī tas, kas ēd pārāk maz. Tie, kas sevi mērdē badā vai pārēdas, nevarēs pareizi nodarboties ar jogu. Jāēd ar mēru, lai uzturētu ķermeni, nevis lai gūtu baudu. Kad mums pasniedz garšīgus ēdienus, mēs nevaram noturēties, ēdam un ēdam, jo mēlei nekad nepietiek. Toties Indijā bieži var sastapt jogus, kuru dienas uzturs ir tikai sauja rīsu. Nevar nodarboties ar meditāciju arī, ja guļ pārāk daudz vai pārāk maz. Šādiem cilvēkiem meditātīvās jogas vingrinājumi būs pārāk grūti. Krišna nerunā par miegu bez sapņiem. Tiklīdz mēs aizmiegam, mēs redzam sapņus, kurus varam arī neatcerēties. Gītā Krišna brīdina, ka tas, kas redz daudzus sapņus, nevarēs pareizi pildīt meditātīvo jogu. Nav ieteicams gulēt vairāk par 6 stundām diennaktī. Tas, kurš cieš no bezmiega un naktī nespēj aizmigt, arī nespēs nodarboties ar jogu, jo ķermenim vienmēr jābūt spīgtam. Tā Krišna apraksta daudzus noteikumus ķermeņa savaldīšanai. Šīs prasības var izteikt četrus pamatnoteikumus:

- 1) neēt gaļu, zivis, olas;
- 2) nelietot alkoholiskus dzērienus, kafiju, tēju, tabaku un narkotiskas vielas;
- 3) dzimumattiecības atļautas tikai laulībā;
- 4) nepiedalīties azarta spēlēs.

Tās ir četras pamatprasības, ko izvirza jebkura joga. Bet kas mūsdienās to visu spēj ievērot? Mums jāpārbauda sevi, lai pārliecinātos par saviem panākumiem jogā.

yogī yuñjīta satatam
ātmānaṁ rahasi sthitaḥ
ekāki yata-cittātmā
nirāśīr aparigrahaḥ

"Pārpasaulniekam savs ķermenis, prāts un dvēsele jāiesaista attiecībās ar Visaugstāko, jādzīvo vienam vientuļā vietā un vienmēr rūpīgi jāpārvalda prāts. Viņam jāatbrīvojas no vēlmēm un īpašuma sajūtas." (Bg. 6.10.)

Šis pants liecina, ka joga pildāma tikai vienatnē. Ar jogu nevar nodarboties sabiedrībā, vismaz rīkojoties saskaņā ar Bhagavad-gītu.

Meditātīvais jogs tikai vientuļā vietā spēj savu prātu vērst uz Virsdvēseli. Indijā līdz pat šai dienai var sastapt simtiem un tūkstošiem jogu. Viņi dzīvo vientuļībā, taču ik pēc divpadsmit gadiem pulcējas svētajās vietās, kā, piemēram, Allahabadā, lai svinētu Kumba Melas svētkus. Jogs ne tikai dzīvo vientuļā vietā, viņam jābūt brīvam no vēlmēm.

Jogas mērķis nedrīkst būt pasaulīga vara. Viņš nedrīkst pieņemt dāvanas un palīdzību no cilvēkiem. Ja grib pareizi pildīt meditātīvo jogu, jādzīvo vienam džungļos, mežā vai kalnos un jāvairās no cilvēkiem. Viņam jābūt stingri pārliecinātam par to, kādēļ viņš ir jogs. Viņš neuzskata sevi par vientuļu, jo ar

viņu ir paramātma – Virsdvēsele. No visa sacītā varam spriest, ka mūsdienu civilizācijas apstākļos patiešām ir ļoti grūti nodarboties ar meditatīvo jogu. Mūsdienu, Kali laikmeta civilizācija padara neiespējamu vientulību un dzīvi bez īpašuma un vēlmēm. Nākošajā citātā Krišna dod Ardžunam meditatīvās jogas sīku aprakstu. Šrī Krišna saka:

*śucau deśe pratiṣṭhāpya
sthiram āsanam ātmanaḥ
nāty-ucchritaṁ nāti-nīcam
cailājina-kuśottaram*

*tatraikāgraṁ manaḥ kṛtvā
yata-cittendriya-kriyaḥ
upaviśyāsane yuñjyād
yogam ātma-viśuddhaye*

"Lai nodarbotos ar jogu, jādodas uz svētu un vientuļu vietu. Zeme jānoklāj ar kusa zāli, tad ar stirnādu un mīkstu audumu. Sēdvietā nedrīkst būt ne pārāk augsta, ne pārāk zema. Tad jāapsēžas taisni un jānodarbojas ar jogu, lai, savaldot prātu un jutekļus, apskaidrotu sirdi un prātu vērstu uz vienu punktu." (Bg. 6.11.-12.)

Jogi parasti sēž uz tīģera vai stirnas ādas, jo čūskas no tām izvairās, un tāpēc var netraucēti medītēt. Tas rāda, ka Dieva pasaulē visam ir kāds nolūks un mērķis. Katrs zāles stiebrs un augs ir kaut kam paredzēts un pilda savu uzdevumu, ko mēs varam arī nezināt. Tā Bhagavad-gītā Krišna jogiem dod padomu, kā izsargāties no čūskām. Iekārtojies ērtu sēdvietu vientuļā vietā, jogs sāk attīrīt ātmā – ķermeni, prātu un dvēseli. Jogs nedrīkst tiekties pēc pārdabiskām spējām. Dažreiz jogi iegūst noteiktus sidhi jeb spējas, bet tas nav jogas mērķis, un īsts jogs tās neizrāda. īstens jogs domā: "Mani ir piesārņojusi materiālā gaisotne, tāpēc mans uzdevums ir attīrīties."

Drīz vien mēs varam pārliecināties, ka savaldīt prātu un ķermeni nav nemaz tik viegli, kā tas šķiet sākumā, kā ejot uz veikalu un kaut ko pērkot. Taču Krišna norāda, ka viegli pildīt šos noteikumus, ja apzināmies Viņu.

Protams, ka visus saista dzimumdzīve un tā nav jānoliedz. Kamēr mums būs materiālais ķermenis, tikmēr saglabāsies dzimumtieksme. Ķermenim ir vajadzīgs arī uzturs, kas to spēcina, ir vajadzīgs miegs, kas dod atpūtu. No visa tā mēs nevaram atteikties, bet Vēdu raksti dod norādījumus, kā ierobežot ēšanu, gulēšanu, dzimumdzīvi u.t.t. Ja gribam gūt sekmes jogā, tad nedrīkstam dot vaļu jutekļiem, kuri ātri vien mūs var novest no ceļa. Tos savaldīt palīdz Vēdu rakstu norādījumi. Visaugstais Kungs Šrī Krišna norāda, ka prātu var savaldīt, sekojot noteiktiem ierobežojumiem. Ja mēs nebūsim savas rīcības saimnieki, prāts kļūs arvien nemierīgāks un nemierīgāks. Darbošanos nav iespējams pārtraukt, bet pār to ir iespējams valdīt ar prātu, kas vienmēr ir Krišnas apziņā. Ja visas mūsu darbības vienmēr aktīvi saistītas ar Krišnu, tad šāda darbošanās ir īsts samādhi. Ir aplami domāt, ka pēc samādhi sasniegšanas cilvēks pārtrauc ēst, strādāt, gulēt un priecāties par dzīvi. Gluži pretēji, sasniedzot samādhi, viņš valda pār savām darbībām un gremdējas Krišnas apziņā.

*asaṁyatātmanā yogo
duṣprāpa iti me matiḥ
vaśyātmanā tu yatatā
śakyo 'vāptum upāyataḥ*

"Cilvēkam, kas nepārvalda prātu, sevis apzināšanās ir ļoti grūta," Krišna saka tālāk. (Bg. 6.36.)

Ikviens zina, cik bīstami jābūt uz neiejāta zirga. Tas katru mirkli var rauties uz jebkuru pusi un savainot jātnieku. Krišna piekrīt Ardžunam, ka pilnveidoties jogā ar nesavaldītu prātu ir bezgala grūti. "Bet, kas prāta savaldīšanai izmanto drošus līdzekļus, noteikti gūs sekmes. Tāds ir Mans spriedums," tālāk

piebilst Krišna. Kas gan ir šie drošie līdzekļi? Jācenšas pildīt četrus augstākminētos ierobežojumus un jebkura darbība jāveic Krišnas apziņā.

Ja kāds grib nodarboties ar jogu mājās, tad visām pārējām nodarbībām jābūt mērenām. Jogam nav vēlams no gaismas līdz gaismai vaiga sviedros pelnīt sev iztiku. Jāstrādā ar mēru, visas vajadzības jāapmierina mēreni un pēc iespējas tālāk jāturas no visa, kas var satraukt. Tad nodarbības ar jogu būs sekmīgas. Pēc kādām pazīmēm var noteikt, ka cilvēks ir sasniedzis pilnību jogā? Krišna norāda, ka tāds cilvēks pārvalda savu apziņu pilnībā:

*yadā viniyataṁ cittam
ātmany evāvatiṣṭhate
niṣpṛhaḥ sarva-kāmebhyo
yukta ity ucyaṭe tadā*

"Kad ar jogas praksi cilvēks sāk pārvaldīt prātu, atbrīvojas no visām pasaulīgajām vēlmēm un paceļas pāri pasaulīgajam, tad viņš ir sasniedzis pilnību jogā." (Bg. 6.18.)

Cilvēku, kas pilnveidojies jogā, prāts vairs neietekmē. Gluži pretēji – cilvēks valda pār prātu. Prāta darbība nav jāpārtrauc. Kā gan tādā gadījumā varētu domāt par Krišnu vai Višnu? Jogs nedrīkst ļaut prātam darboties patvaļīgi. Tas var likties pārāk grūti, bet Krišnas apziņā to var veikt. Ja cilvēks pastāvīgi gremdējas Krišnas apziņā un kalpo Krišnam, kā gan prāts var novirzīties no Krišnas? Kalpojot Krišnam, mēs dabiski iemācāmies pārvaldīt prātu.

Jogs nedrīkst tiekties pēc materiālo jutekļu apmierinājuma. Krišnas apziņā cilvēkam nav citas vēlmes kā tikai Krišna, tad prātam nav iespējams aiziet no Krišnas. Jāatbrīvojas no vēlmēm apmierināt materiālos jutekļus un jāattīsta sevī vēlme pēc Krišnas. Vēlmes nevar iznīcināt, jo tās pastāvīgi pavada būtņi.

Taču mēs varam attīrīt vēlmes ar vēlmi kalpot Krišnam. Minēsim piemēru: mēs gribam kaut ko garšīgu, taču to mēs negatavojam sev, bet Krišnam, un piedāvājam Viņam. Darbība ir viena un tā pati, taču mainās apziņa – savtīgo domu vietā stājas domas un darbošanās Krišnas labad. No piena, saknēm, graudaugiem, augļiem un citiem veģetāriem produktiem mēs varam gatavot brīnišķīgus ēdienus un piedāvāt tos Krišnam, lūdzot: "Šis materiālais ķermenis ir tumsības mājoklis, jutekļi ir ceļi, kas ved pretim nāvei. No visiem jutekļiem pati alkatīgākā ir mēle, un savaldīt to ir visgrūtāk. Šajā pasaulē ir ļoti grūti tikt galā ar mēli; lai to savaldītu. Krišna mums devis brīnišķīgo prasādam – garīgo ēdienu, kas palīdzēs tikt galā ar mēli. Lai sevi pilnīgi apmierinātu, mielosimies ar prasādam un godināsim Viņa Gaišību Šrī Šrī Rādhu un Krišnu un ar mīlestību piesauksim Kungu Čaitanju un Nīṭjānandu Prabhu." Tā tiek upurēta mūsu karma, jo jau no paša sākuma mūsu nodoms bija gatavot un piedāvāt ēdienu Krišnam. Mēs nedrīkstam savtīgi vēlēties ēdienu. Tas nenozīmē, ka mums vajag badoties, Krišna ir tik žēlsirdīgs, ka dod mums šo ēdienu. Lūk, kādā ceļā mēs apmierinām savas vēlmes. Kas dzīvo, saskaņojot savas vēlmes ar Krišnas vēlmēm, tas ir sasniedzis jogas pilnību. Vingrinājumi un dziļā elpošana stāv ļoti tālu no Bhagavad-gītā dotās jogas. Apziņa jāattīra pilnīgi. Pildot jogu, ļoti svarīgi ir nesatraukt prātu.

*yathā dīpo nivāta-stho
neṅgate sopamā smṛtā
yogino yata-cittasya
yuñjato yogam ātmanaḥ*

"Kā liesma mierīgi deg bezvējā, tā jogs, kurš savaldījis prātu, vienmēr mierīgi apcer iekšējo garīgo būtību." (Bg. 6.19.)

Sveces liesma bezvējā ir taisna un nekustīga. Prātu var salīdzināt ar sveces liesmu, to tik ļoti ietekmē daudzas pasaulīgas vēlmes, ka pat niecīgākais satraukums izsit no līdzsvara. Visniecīgākā prāta

darbība var izmainīt visu apziņu. Tāpēc indieši, kas nopietni nodarbojas ar jogu, parasti paliek brahmačārī jeb ievēro dzimumatturību. Ir divēji brahmačārī; vieni ievēro pilnīgu dzimumatturību, bet otri – grihasthas brahmačārī – ir precējušies.

Viņiem nav attiecību ar citām sievietēm un arī dzimumsakari laulībā ir stingri ierobežoti. Tādā veidā, ievērojot pilnīgu dzimumatturību vai stingri ierobežojot dzimumdzīvi, prātu var noturēt līdzsvarā. Taču pat tas, kas devis zvērestu atturēties no dzimumattiecībām, nespēj atturēt prātu no vēlmēm pēc dzimumdzīves. Tas iespējams vienīgi tad, ja jogs ir ļoti uzmanīgs. Tādēļ indieši, kas nodarbojas ar tradicionālo jogu un zvērējuši atturēties no dzimumsakariem, izvairās pat sēdēt divatā ar māti un māsu. Prāts ir tik svārstīgs, ka mazākais kārdinājums var visu sagraut.

Prāts jāaudzina tā, lai pie mazākās novirzes no meditācijas uz Višnu to tūliņ varētu atgriezt atpakaļ. Tas prasa ļoti lielus pūliņus. Cilvēkam jāapjēdz, ka īstu laimi dod garīgie, nevis materiālie jutekļi. Tātad jāatbrīvojas tikai no materiālajiem jutekļiem un vēlmēm. Pilnveidojoties jogā, materiālie jutekļi pārvēršas garīgajos. Pasaulīgie jutekļu pārdzīvojumi ir neīsti, un tikai garīgā laime ir īsta. Ja kāds par to nav pārliecināts, viņš sāk uztraukties un pēc kāda laika novēršas no Krišnas apziņas. Tādēļ jāaptver, ka laime, pēc kuras mēs dzenamies ar materiālajiem jutekļiem, nav īsta laime.

Patiesi jogs sasniedz īstu baudu. Kas tā ir par baudu? Ramante yogino 'nante – viņa bauda ir bezgalīga. Šī bauda ir garīga, nevis materiāla. Šāda ir vārda Rāma jēga mahā-mantrā. Rāma ir garīgās dzīves bauda. Garīgā dzīve un Krišna ir bauda. Mums nav jāatsakās no baudas, bet ir jābauda pareizi. Slims cilvēks nevar baudīt dzīvi, viņa bauda būs neīsta. Bet, kad viņš izārstēties un būs vesels, viņš būs spējīgs īsteni baudīt. Arī mēs atrodamies līdzīgā stāvoklī. Kamēr esam materiālistisko priekšstatu varā, mēs ne vien negūstam īstu baudu, bet arvien vairāk nonākam materiālās dabas pinekļos. Ja slimajam ir aizliegts kaut ko ēst, bet viņš šo aizliegumu pārkāpj, tad viņš var nomirt. Tāpat arī, jo vairāk mēs miesīgi baudām, jo vairāk sapinamies materiālajā pasaulē un jo grūtāk ir izkļūt no pasaules lamatām. Visas jogas paredzētas, lai saistīto dvēseli atbrīvotu no šīm lamatām, lai neīsto baudu, ko sniedz mums šī pasaule, aizstātu ar īstu baudu Krišnas apziņā. Šrī Krišna saka:

*yatroparamate cittam
niruddham yoga-sevayā
yatra caivātmanātmānam
paśyann ātmani tuśyati*

*sukham ātyantikam yat tad
buddhi-grāhyam atīndriyam
vetti yatra na caivāyam
sthitaś calati tattvataḥ*

*yam labdhvā cāparam lābham
manyate nādhikam tataḥ
yasmin sthito na duḥkhena
guruṅāpi vicālyate*

*taṁ vidyād duḥkha-saṁyoga-
viyogaṁ yoga-saṁjñitam*

"Jogas pilnības pakāpē, ko sauc par transu jeb samādhi, jogas vingrinājumu rezultātā cilvēka prāts ir pilnīgi novērsies no materiālās darbības. Šajā pilnības pakāpē cilvēks spēj apzināties savu būtību ar tīru prātu un smelties sevī prieku un svētlaimi. Šādā priekpilnā stāvoklī cilvēks ar saviem garīgajiem jutekļiem izjūt bezgalīgu svētlaimi. Nostiprinājies šajā stāvoklī, viņš nekad nenovēršas no patiesības, jo, sasniedzis to, viņš saprot, ka nav lielāka ieguvuma. Kas atrodas šādā stāvoklī, pat vislielākajās grūtībās nekad nav satriekts. Tā ir patiesa atbrīve no visām ciešanām, kuras rodas saskarē ar

materiālo." (Bg. 6.20.-23.)

Viena joga var būt vieglāka, otra grūtāka, bet visos gadījumos, lai saprastu Krišnas apziņas baudu, ir nepieciešams attīrīt savu esību. Tad cilvēks kļūst laimīgs.

*yadā hi nendriyārtheṣu
na karmasv anuṣajjate
sarva-saṅkalpa-sannyāsī
yogārūḍhas tadocyate*

*uddhared ātmanātmānaṁ
nātmānaṁ avasādayet
ātmaiva hy ātmano bandhur
ātmaiva ripur ātmanaḥ*

"Ir teikts, ka cilvēks ir sasniedzis jogu, ja atteicies no visām materiālajām vēlmēm, viņš netiecas apmierināt savus juteklus un nedarbojas augļu dēļ. Cilvēkam prāts jālieto, lai celtos, nevis lai pagrimtu. Prāts ir gan saistītās dvēseles draugs, gan ienaidnieks." (Bg. 6.4.-5.)

Cilvēkam pašam sevi garīgi jāpildveido. Es taču pats sev esmu draugs, nevis ienaidnieks. Vajag tikai izvēlēties! Čānakja Pāndits uzrakstījis skaistas dzejas rindas: "Neviens cilvēks otram nav ne draugs, ne ienaidnieks. Tikai pēc uzvedības var atšķirt draugu no ienaidnieka." Neviens nepiedzimst par mūsu draugu vai ienaidnieku. Šīs lomas nosaka abpusējā uzvedība. Kā mēs izturamies pret citiem, tā mēs izturamies arī pret sevi. Es varu rīkoties kā pats sev ienaidnieks vai draugs. Ja izprotu sevi kā garīgo dvēseli un redzu, ka tādā vai citādā veidā esmu nonācis saskarē ar materiālo dabu, tad ar savu darbību cenšos atbrīvoties no materiālās pasaules lamatām. Šajā gadījumā es esmu sev draugs. Bet, ja neizmantoju šo iespēju, tad esmu sev visļaunākais ienaidnieks.

*bandhur ātmātmanas tasya
yenātmavātmanā jitaḥ
anātmanas tu śatrutve
vartetātmaiva śatru-vat*

"Prāts ir labākais draugs tam, kas to pakļāvis, un lielākais ienaidnieks tam, kas to nav spējis." (Bg. 6.6.)

Kā kļūt sev par draugu? Šeit tas paskaidrots: ātmā nozīmē ķermeni, prātu un dvēseli. Tā ir iekšējais juteklis (prāts). Bez tam ātmā nozīmē arī ķermeni un dvēseli. Ja mēs ātmā lietojam no ķermenisko priekšstatu viedokļa, tad tā apzīmē ķermeni. Uz prāta līmeņa atrodoties, ātmā apzīmē prātu, bet, sasniedzot garīgu līmeni, ātmā apzīmē dvēseli.

Patiesībā mēs esam tīras dvēseles. Vārda ātmā nozīmes ir dažādas atkarībā no mūsu garīgās attīstības pakāpes. Vēdiskajā Nirukti vārdnīcā ātmā nozīmē: ķermenis, prāts un dvēsele. Tomēr šajā Bhagavad-gītas pantā ātmā attiecas uz prātu. Ja prātu ir audzinājusi joga, tad tas ir mūsu draugs. Bet, ja prāts ir nesavaldīts, tad nav iespējams dzīvot laimīgi un sekmīgi. Ja nav garīgās dzīves priekšstata, tad prāts kļūst par ienaidnieku. Kas pielīdzina sevi ķermenim, tā prāts kalpo nevis viņam, bet gan rupjajam ķermenim, un prāta dēļ būtne nespēj izkļūt no šīs pasaules lamatām. Bet, ja cilvēks aptver, ka viņš nav ķermenis, bet gan dvēsele, tad viņa prāts palīdzēs atbrīvoties. Pašam par sevi prātam nav ko darīt, tas gaida, lai to audzina, un vislabāk to panākt ar vidi. Vēlmes nāk no prāta un tās ietekmē sabiedrība.

Tātad, lai prāts rīkotos kā draugs, vispirms mums jānodrošina labvēlīga sabiedrība. Vislabāk satikties ar sādhu – ar personību Krišnas apziņā vai ar to, kas tiecas pēc garīgās apziņas. Ir tādi, kas tiecas tikai pēc laicīgām lietām (asat). Matērija un ķermenis ir laicīgi, un, kas sevi piesaista miesīgām baudām, to sasaista laicīgas lietas. Tomēr tas, kas tiecas apzināties sevi, tas nodarbojas ar kaut ko pastāvīgu (sat). Saprātīgais meklē tādu cilvēku sabiedrību, kas nodarbojas ar kādu jogu, lai paceltos sevis apzināšanās līmenī. Rezultātā sādhu jeb sevi apzināties pārrauc pieķeršanos pasaulīgai sabiedrībai. Tik lielas

iespējas dod labvēlīga sabiedrība. Piemēram, Krišna pavēstīja Ardžunam Bhagavad-gītu tāpēc, lai atbrīvotu viņu no materiālās pieķeršanās. Ardžuna bija pieķēries lietām, kas viņam neļāva pildīt , pienākumu, un Krišna viņu atbrīvoja no pieķeršanās. Lai kaut ko pārgrieztu, nepieciešams ass rīks. Lai atbrīvotos no pieķeršanās, bieži vajadzīgi asi vārdi. Lai skolnieku atbrīvotu no pasaulīgas pieķeršanās, sādhu jeb skolotājs bez kavēšanās lieto asus vārdus. Tikai sakot nesaudzīgu patiesību, viņš spēj saraut važas. Piemēram, Bhagavad-gītas pašā sākumā Krišna asi norāda Ardžunam, ka tas gudri runā, bet patiesībā ir mulķis. Ja mēs patiešām gribam atbrīvoties no pieķeršanās materiālajai pasaulei, tad jābūt gataviem uz klausīt skarbus vārdus no garīgā skolotāja. Piekāpšanās un glaimi nelīdz tur, kur nepieciešami asi vārdi.

Bhagavad-gītā daudzās vietās nosodīts materiālistiskais dzīves priekšstats. Kas domā, ka zeme, kur viņš dzimis, ir jāgodā, kas apmeklē svētās vietas, bet pat tur atraida sādhu, tas ir līdzīgs ēzelim. Kā ienaidnieks vienmēr plāno izdarīt ļaunumu, tā neapvaldītais prāts arvien dziļāk un dziļāk ievēl cilvēku materiālajos pinekļos. Saistītajām dvēselēm sūri un grūti jācīnās ar prātu un jutekļiem. Tā kā prāts valda pār jutekļiem, ļoti svarīgi ir padarīt to par draugu.

*jitātmanaḥ praśāntasya
paramātmā samāhitaḥ
śītoṣṇa-sukha-duḥkheṣu
tathā mānāpamānayoḥ*

"Kas savaldījis prātu, tas ir sasniedzis Paramātmu, jo ir ieguvis mieru. Tāds cilvēks nešķiro priekus no bēdām, karstumu no aukstuma, godu no negoda." (Bg. 6.7.)

Vingrinot prātu, cilvēks spēj sasniegt īstenu mieru. Kā neiejāts zirgs, iekodies laužņos, rauj ratus bīstamā virzienā, tā nevingrināts prāts mūs velk pie laicīgā. Kaut arī esam mūžīgi, mūs pievelk laicīgās baudas. Tomēr prātu ir viegli audzināt, ja to pastāvīgi vērš uz Krišnu. Ja dižs karavadonis aizstāv cietoksni, tad tas ir neieņemams. Ja Krišna atradīsies mūsu prāta cietoksni, tad Viņš neļaus tur ieiet ienaidniekam. Pasaulīgā izglītība, bagātība un vara nepalīdz cilvēkam savaldīt prātu. Dižens bhakta lūdz: "Kad es būšu spējīgs par Tevi domāt visu laiku? Mans prāts velk mani prom. Bet, Krišna, es zinu, ka mans prāts kļūs skaidrs, kad to pievērsīšu Tavām lotospēdām." Tikai tad, kad prāts ir apskaidrots un apvaldīts, to var sakoncentrēt uz Virsdvēseli. Paramatma jeb Virsdvēsele mīt sirdī kopā ar dvēseli. Jogā ietilpst prāta vēršana uz Paramātmu jeb Virsdvēseli, kas mājō sirdī. Iepriekš minētais Bhagavad-gītas pants liecina, ka tas, kas pakļāvis prātu un atbrīvojies no visas pieķeršanās laicīgajām lietām, spēj vērēt domas uz Virsdvēseli. Tad viņš varēs atbrīvoties no visām divējādībām un neīstiem apzīmējumiem.

5. Joga kā atbrīve no divējādībām un apzīmējumiem

Šī pasaule ir divējādību pasaule. Te mēs jūtam vasaras svelmi, te ziemas saltumu. Te mēs esam laimīgi, te nelaimīgi. Te mūs godā, te atkal nievā. Materiālās pasaules divējādībā neviena lieta nav saprotama bez sava pretstata. Nevar saprast, kas ir cieņa, kamēr nav aptverts, kas ir necieņa. Es nekad nesapratīšu, kas ir nelaime, kamēr nebūšu izjutis laimi. Nedz arī sapratīšu, kas ir laime, kamēr neizbaudīšu ciešanas. Cilvēkam jāpaceļas pāri divējādībām.

Kamēr būs ķermenis, pastāvēs divējādības. Kamēr mēs necenšamies atbrīvoties no ķermeniskā dzīves priekšstata – ne no ķermeņa, bet no aplamā ķermeniskā dzīves priekšstata – tikmēr mums jāpacieš šīs divējādības. Bhagavad-gītas otrajā nodaļā Krišna skaidro Ardžunam, ka laimes un nelaimes divējādība attiecas tikai uz ķermeni. Tā līdzinās ādas slimībai jeb kašķim. Tikai tāpēc vien, ka niez, cilvēkam nevajadzētu zaudēt prātu, kasot niezošo vietu. Mēs nedrīkstam zaudēt prātu un aizmirst pienākumu tikai tāpēc, ka mūs kož moskīti. Cilvēkam jāpiedzīvo bezgala daudz divējādību, bet, ja prāts ir stingri

pievērsies Krišnam, tad visas divējādības mums šķitīs tikai sākums.

*jñāna-vijñāna-trptātmā
kūṭa-stho vijitendriyaḥ
yukta ity ucyate yogī
sama-loṣṭrāśma-kāñcanaḥ*

"Ir teikts, ka cilvēks ir sevi apzinājies un jogs-mistiķis, ja viņš ir pilnīgi apmierināts ar iegūtajām zināšanām un izpratni. Tāds cilvēks ir sasniedzis garīgo līmeni un pilnīgi valda pār sevi. Viņš vienādi raugās uz oli, akmeni un zeltu." (Bg. 6.8.)

Gjāna ir teorētiskās, bet vigjāna – praktiskās zināšanas. Studentam vienlīdz labi jāapgūst gan teorija, gan prakse. Ar teoriju vien nepietiek. Cilvēkā ir jābūt spējai šīs zināšanas pielietot. Līdzīgi ir ar jogas mācību – tā ne tikai jāzina, bet arī jāpielieto. Tikai izpratne vien, ka "neesmu ķermenis" un tai pašā laikā bezjēdzīga darbošanās, nedod nekādu labumu. Pastāv daudz biedrību, kuru locekļi studē Vedāntas filozofiju un tajā pašā laikā dzer, smēķē un dzīvo jutekļu baudās. Ar teorētiskajām zināšanām nepietiek. Šīs zināšanas nepieciešams īstenot. Kas pareizi saprot, ka "neesmu ķermenis", tas ķermeņa vajadzības ierobežo līdz minimumam. Ja viņš palielina ķermeņa vajadzības un domā, ka "neesmu ķermenis", tad kas gan tās ir par zināšanām? Cilvēks var būt apmierināts vienīgi tad, kad gjāna un vigjāna ir nesaraujami saistītas.

Kad cilvēka garīgā apziņa izpaužas praktiski, tad joga ir apgūta. Ir bezjēdzīgi apmeklēt jogas kursus un neizmainīt savu dzīvi – nepieciešama praktiska īstenošana. Kādas ir praktiskas īstenošanas pazīmes? Prāts kļūst kluss un mierīgs, viņu vairs nesatrauc pasaulīgie vilinājumi, nesaista materiālās pasaules spožums un vienādi tiek uztverts gan akmens, gan olis, gan zelts.

Mūsdienu civilizācija ražo daudz lietu, kas paredzētas jutekļu apmierināšanai. Šīs lietas tiek ražotas materiālās labklājības vārdā. Tomēr tam, kas īstenojis jogu, šīs lietas neatšķiras no atkritumiem uz ielas. Vēl vairāk:

*suhṛṇ-mitrāry-udāsīna-
madhyastha-dveṣya-bandhuṣu
sādhuṣv api ca pāpeṣu
sama-buddhir viśiṣyate*

"Cilvēks atrodas uz vēl augstākas garīgās pakāpes, ja viņa prāts vienādi raugās uz godīgiem labvēļiem, mīlošiem labdariem, vienaldzīgajiem, skauģiem, draugiem un ienaidniekiem, taisnajiem un grēciniekiem." (Bg. 6.9.)

Ir dažādi draugi. Suhrit ir labvēlīgi pēc dabas un cilvēkam vēl tikai labu. Mitra attiecas uz parastu draugu, bet udāsēna – uz neitrālu cilvēku.

Materiālajā pasaulē kāds var vēlēt labu, būt draugs vai arī nebūt ne draugs, ne ienaidnieks un izturēties neitrāli. Vēl kāds cits var būt par vidutāju starp mani un manu ienaidnieku. Šajā pantā šāds cilvēks nosaukts par madhya-stha. Saskaņā ar savu uztveri cilvēks vienu redz kā bezgrēcīgu, bet otru kā grēcinieku. Taču, sasniedzot pārpasaulīgo, viņam vairs nepastāv ne draugi, ne ienaidnieki. Kam ir īstenas zināšanas, tas nevienu neuzskata par draugu vai ienaidnieku. Patiesībā jau arī neviens nav ne ienaidnieks, ne arī draugs, neviens nav ne tēvs, ne māte u.t.t. Mēs esam tikai būtnes, kas uz dzīves skatuves spēlē tēvus, mātes, bērnus, draugus, ienaidniekus, grēciniekus vai svētos. Dzīve ir kā milzīga drāma ar daudziem atveidotiem raksturiem. Ja uz skatuves kāds var būt ienaidnieks vai vēl kāda no iepriekšminētajām personībām, tad aiz skatuves visi aktieri ir draugi. Tāpat ir uz pasaules skatuves – šajos ķermeņos mēs spēlējam noteiktas lomas un piedēvējam viens otram daudz dažādu apzīmējumu.

Es varu domāt: "Tas ir mans dēls," taču patiesībā radīt dēlu es nevaru. Tas nav iespējams. Cilvēks var radīt ķermeni, taču radīt dvēseli viņš nespēs nekad. Dzīvu būtni nevar radīt dzimumakta laikā. Tā

jāievieto šajā izdalījumu emulsijā. Tāds ir Šrīmad-Bhāgavatam spriedums. Tādējādi dažādās ķermeniskās saites starp cilvēkiem ir tikai skatuves spēle. Sevi apzinājies jogs vairs neredz šīs ķermeniskās atšķirības.

6. Neveiksmīga joga liktenis

Bhagavad-gīta nenoraida meditātīvo jogu. Bhagavad-gīta to atzīst kā īstenu metodi, bet norāda, ka šo jogu mūsu laikmetā īstenot nav iespējams. Tā Bhagavad-gītas sestās nodaļas galveno tēmu Krišna un Ardžuna ātri noliek malā. Ardžuna jautā Krišnam:

*ayatīḥ śraddhayopeto
yogāc calīta-mānasaḥ
aprāpya yoga-saṁsiddhiṁ
kāṁ gatiṁ kṛṣṇa gacchati*

"Krišna, kāds liktenis sagaida neveiksmīgu pārpasaulnieku, kurš uzsāk sevis apzināšanās ceļu, bet vēlāk pasaulīgā prāta dēļ no tā novirzās un tādējādi nerasniedz pilnību mistikā?" (Bg. 6.37.)

Citiem vārdiem sakot, viņš jautā, kas notiek ar cilvēku, kas pārtrauc nodarboties ar jogu. Šādu cilvēku var salīdzināt ar studentu, kas nav saņēmis diplomu, jo pametis studijas nepabeigtas. Krišna Gītā norāda Ardžunam, ka tikai retais tiecas pēc pilnības, bet pavisam nedaudzi no šiem retajiem gūst sekmes.

Tātad Ardžuna jautā par visiem daudzajiem neveiksminiekiem. Pats Ardžuna saka, ka cilvēks var nerasniegt pilnību pasaulīgās domāšanas dēļ.

*kaccin nobhaya-vibhraṣṭas
chinnābhram iva naśyati
apratiṣṭho mahā-bāho
vimūḍho brahmaṇaḥ pathi*

"Ak, stipriniek Krišna! Vai no garīgā ceļa novērsies cilvēks nezaudē garīgos un materiālos panākumus un neizzūd kā saplosīts mākonis, neatrodot patvērumu ne šajā, ne viņā pasaulē?" (Bg. 6.38.)

Vēja saplosīts mākonis neveidojas no jauna, bet gan izzūd.

*etan me saṁśayaṁ kṛṣṇa
chettum arhasy aśeṣataḥ
tvad-anyaḥ saṁśayasyāsyā
chettā na hy upapadyate*

"Lūk, par ko es šaubos, Krišna, es Tevi lūdzu, atbrīvo mani no šaubām pavisam. Bez Tevis nav neviena cita, kas varētu to izdarīt." (Bg. 6.39.)

Jautājumu par neveiksmīgu jogu Ardžuna uzdeva tādēļ, ka gribēja nomierināt nākamās paaudzes. Par jogiem Ardžuna uzskata tos, kas nodarbojas ar hatha jogu, gjāna jogu vai bhakti jogu. Meditatīvā joga nav vienīgais jogas veids. Jogs ir gan meditētājs, gan filozofs, gan bhakta. Ardžuna jautā par visiem, kas cenšas gūt sekmes pārpasaulīgajā. Ko gan viņam atbild Krišna?

*śrī-bhagavān uvāca
pārtha naiveha nāmutra
vināśas tasya vidyate
na hi kalyāṇa-kṛt kaścīd
durgatiṁ tāta gacchati*

"Dieva Augstākā Personība teica: "Prithas dēls! Pārpasaulnieks, kas darījis labus darbus, nezūd ne materiālā, ne garīgā pasaulē. Mans draugs, ļaunais nekad neuzveic to, kas dara labu."" (Bg. 6.40.)

Šeit tāpat kā daudzās citās Gītas vietās Šrī Krišna tiek saukts par Bhagavānu. Tas ir Visaugstā Kunga

vārds un tiem nav skaita. "Bhagavāns" nozīmē, ka Krišnam pieder visas sešas varenības. Viņam pieder viss skaistums, visa bagātība, visa vara, visa slava, visas zināšanas un visa atsacīšanās. Arī būtnēm ļoti mazā mērā piemīt šīs pilnības. Kāds var būt slavens ģimenē, pilsētā, valstī vai uz visas planētas, bet neviens visā pasaulē nav tik slavens kā Šrī Krišna. Pasaules valdnieki var būt slaveni tikai dažus gadus, bet Kungs Šrī Krišna atnāca pirms 5000 gadiem un tiek godāts līdz šim brīdim. Tātad Dievs ir tas, kam pieder visas sešas minētās varenības. Protams, ka Krišnam ir visas zināšanas, jo kā Dieva Augstākā Personība Viņš vēstīja Ardžunam Bhagavad-gītu. Krišna to pirmoreiz vēstīja Saules dievam Vivasvānam un vēlāk Ardžunam, bet nekur nav teikts, ka Bhagavad-gītu kāds būtu vēstījis Krišnam. Kāpēc tā? Pilnīgas zināšanas nozīmē, ka Viņš zina visu, ko var zināt.

Tā ir īpašība, kas piemīt tikai Dievam. Pārliecinājies, ka Krišna zina visu, Ardžuna Viņam uzdod jautājumu par neveiksmīga joga likteni. Pats Ardžuna nezina atbildi, nezina patiesību. Visvienkāršāk ir saņemt patiesību no pilnīga avota. To sauc par mācekļu pēctecību. Krišna ir pilnīgs un zināšanas, kas nāk no Krišnas, arī ir pilnīgas. Ja Ardžuna saņēma pilnīgas zināšanas un ja mēs šīs pilnīgās zināšanas saņemam no Ardžunas, tad mūsu zināšanas ir pilnīgas. Kādas ir šīs zināšanas? Visaugstais Kungs teica: "Prithas dēls! Pār pasaulnieks, kas darījis labus darbus, nezūd ne materiālajā, ne garīgajā pasaulē. Mans draugs, ļaunais nekad neuzveic to, kas dara labu." (Bg. 6.40) Šeit Krišna norāda, ka patiesa vēlēšanās kļūst pilnīgam jogā ir labākais paņēmiens. Kas pūlas no sirds panākt kaut ko labu, tas nekad nepazudīs.

Patiešām, Ardžunas jautājums ir saprātīgs un vietā. Tas nav nekas neparasts, ka cilvēks novēršas no garīgās kalpošanas ceļa. Dažkārt iesācējs bhakta nepilda visus noteikumus un ierobežojumus. Tad viņš nokļūst alkohola, narkotiku vai sieviešu varā. Tas viss kavē pilnveidoties. Taču Krišna dod uzmundrinošu atbildi. Viņš saka Ardžunam: ja kāds no visas sirds, simtprocentīgi attīsta garīgās zināšanas, viņš nekad nevar krist materiālās pasaules atvarā.

To panāk viņa centienu patiesums. Vienmēr vajag ņemt vērā, ka mēs esam vāji, bet materiālā enerģija ir ļoti stipra. Pieņemot garīgo dzīvi, mēs lielākā vai mazākā mērā piesakām karu materiālajai enerģijai. Šī enerģija cik vien iespējams cenšas noķert saistīto dvēseli savos tīklos. Kad dvēsele, attīstījusi garīgas zināšanas, cenšas nomest tās tīklus, materiālā enerģija kļūst vēl stiprāka un neatlaidīgāka, pārbaudot, cik patiesi cilvēks tiecas pēc garīgā.

Tad materiālā enerģija jeb Mājā sagādās vēl lielākus kārdinājumus.

Šajā sakarībā var minēt gadījumu ar Višvāmitru Muni. Viņš bija dižs valdnieks, kšatrijs, kas atteicās no valsts un sāka iet jogas ceļu, lai garīgi vēl vairāk pilnveidotos. Tajā laikā bija iespējams pildīt meditāto jogu. Višvāmitra Muni meditēja tik veiksmīgi, ka to pamanīja augstāko planētu valdnieks Indra. Indra nodomāja: "Šis cilvēks cenšas ieņemt manu vietu." Augstākās planētas ir šīs pasaules sastāvdaļa, un arī tur pastāv cīņa par varu un amatiem, viens grib pārspēt otru. Aiz bailēm, ka Višvāmitra Muni varētu ieņemt viņa vietu, Indra aizsūtīja pie viņa debesu meiteni Mēnaku, lai tā viņu kārdinātu. Mēnaka bija ļoti skaista un viņa nolēma pārtraukt Muni meditāciju. Patiešām, jogs sajuta sievietes klātbūtni, izdzirdis viņas kāju sprādžu šķindoņu. Paskatījies uz meiteni, Muni vairs nebija spējīgs pretoties viņas daiļumam. Pēc viņu tuvības piedzima skaistā Šakuntala. Šakuntalai piedzimstot, Višvāmitra bēdējās: "Cik rūpīgi es attīstīju garīgās zināšanas, un, lūk, kā es atkal iekritu!" Viņš bija gatavs bēgt, kad Mēnaka nolika viņa priekšā daiļo meitu un ar to sodīja viņu. Neskatoties uz Mēnakas lūgumiem, Višvāmitra nolēma viņu pamest.

Kā redzat, jogā vienmēr iespējama neveiksme, ja pat tik dižens gudrais kā Višvāmitra Muni krita pasaulīgā kārdinājumā. Lai gan Muni bija kritis uz kādu laiku, viņš nolēma jogas praksi atsākt no jauna. Tā vajadzētu rīkoties arī mums. Krišna norāda, ka šādas neveiksmes nedrīkst būt par iemeslu izmisumam. Paruna saka – neveiksme ir veiksmes māsa. Neveiksmei, īpaši garīgajā dzīvē, nedrīkst

ļauties. Krišna ļoti skaidri norāda, ka neveiksmē nav zaudējums ne šajā, ne citā pasaulē. Kas ir uzsācis svētīgo garīgās attīstības ceļu, to neviens nevar pilnīgi uzvarēt.

Kas tad notiek ar cilvēku, kurš piedzīvo neveiksmi garīgajā dzīvē? Šrī Krišna to paskaidro īpaši:

*prāpya puṇya-kṛtām lokān
uṣitvā śāśvatīḥ samāḥ
śucinām śrīmatām gehe
yoga-bhraṣṭo 'bhijāyate*

*athavā yoginām eva
kule bhavati dhīmatām
etad dhi durlabhataram
loke janma yad īdṛśam*

"Neveiksmīgs jogs pēc ļoti ilgas laimīgas dzīves uz citām planētām, kur mīt dievbijīgas būtnes, piedzimst tikumīgu vai bagātu dižciltīgo ļaužu ģimenē. Viņš var piedzimt arī garīgā ģimenē, kurā valda liela gudrība. Protams, šādu piedzimšanu iemanto retais." (Bg. 6.41.-42.)

Visumā ir daudz planētu, un uz augstākajām planētām ir lielāka labklājība, ilgāka dzīve, iedzīvotāji ir vairāk dievbijīgi un dievišķi. Ir teikts, ka seši Zemes mēneši līdzinās vienai dienai uz augstākajām planētām. Neveiksmīgs jogs paliek uz šīm augstākajām planētām daudzus gadus. Vēdu raksti min, ka viņu dzīve ilgst 10 000 gadu. Tā, ja jogam nav veicies, viņš nonāk uz šīm augstākajām planētām. Bet mūžīgi viņš tur palikt nevar. Kad svētīgas darbošanās augļi ir izsmelti, viņam jāatgriežas uz Zemi. Bet, arī atgriežoties uz šejieni, viņš piedzimst labvēlīgos apstākļos – ļoti bagātā vai dievbijīgā ģimenē.

Saskaņā ar karmas likumu, ja cilvēks svētīgi darbojas, parasti viņu atalgo nākošajā dzīvē ar piedzimšanu aristokrātiskā vai ļoti bagātā ģimenē. Viņš var kļūt par lielu zinātnieku vai arī viņš piedzimst ļoti skaists. Katrā ziņā tas, kas patiesi uzsāk garīgo dzīvi, nākošajā dzīvē noteikti piedzimst par cilvēku – pie tam dievbijīgā vai ļoti bagātā ģimenē. Tādējādi tiem, kas dzimuši labos apstākļos, jāsaprot, ka tas ir iepriekšējās svētīgās darbības un Dieva žēlastības rezultāts. Šādas iespējas mums paver Dievs, kas vienmēr grib dot līdzekļus Sevi sasniegšanai. Krišna grib pārliecināties, vai savās vēlmēs mēs esam patiesi. Šrīmad-Bhāgavatam norādīts, ka ikvienam ir savs pienākums neatkarīgi no viņa stāvokļa sabiedrībā. Tomēr, ja viņš kāda iemesla – sentimentalitātes, sabiedrības vai neprāta dēļ atsakās no sava pienākuma un meklē glābiņu pie Krišnas, bet nenopietnības dēļ pēc tam atkal pārstāj garīgi kalpot, viņš tik un tā neko nezaudē. Bet, ja cilvēks visā pilnībā veic savu pienākumu, bet netuvojas Dievam, ko gan viņš iegūst? Viņa dzīve patiešām ir bezvērtīga. Cilvēks, kas centies tuvoties Krišnam, pelnījis daudz labāku likteni pat tajā gadījumā, ja viņš nogājis no jogas ceļa.

Tālāk Krišna norāda, ka vislabāk ir piedzimt jogu ģimenē. Kas piedzimst bagātā ģimenē, var krist maldos. Bagāts cilvēks, dabiski, centīsies baudīt savu bagātību. Tāpēc bagāto dēliņi ļoti bieži kļūst par dzērājiem un prostitūtu medniekiem. Arī tas, kas piedzimst dievbijīgā vai brāhmanu ģimenē, var kļūt lepns. "Es esmu brāhmans. Es esmu dievbijīgs!" Pagrimt var gan bagātā, gan dievbijīgā ģimenē. Bet kas piedzimis jogu vai bhaktu ģimenē, tam ir vislielākās iespējas atkal turpināt garīgo dzīvi, no kuras viņš bija atkritis iepriekšējā dzīvē. Krišna saka Ardžunam:

*tatra taṁ buddhi-saṁyogaṁ
labhate paurva-dehikam
yatate ca tato bhūyaḥ
saṁsiddhau kuru-nandana*

"Kuru dēls! Piedzimis šādā ģimenē, viņš atjauno savu iepriekšējās dzīves dievišķo apziņu un tiecas iet tālāk, lai sasniegtu pilnību." (Bg. 6.43.)

Piedzimstot ģimenē, kur nodarbojas ar jogu vai garīgi kalpo, cilvēks atceras garīgo darbību iepriekšējā

nevis algas dēļ. Tā rīkojas īstens sanjāsī, kas ir atsacījies no pasaulīgā.

Vēdiskā kultūra mūžu sadala četros posmos; brahmačarja, grihastha, vānaprastha un sanjāsa. Brahmačarja ir mācekļa dzīve, kas veltīta garīgās izpratnes attīstīšanai. Grihastha – ģimenes cilvēka dzīve. Piecdesmit gadu vecumā cilvēks var pieņemt vānaprasthu – pamest māju, pieaugušos bērnus un kopā ar sievu doties svētceļojumā. Beigu beigās viņš atstāj arī sievu un paliek viens, lai attīstītu Krišnas apziņu. Šis posms ir sanjāsa – atsacišanās. Taču Krišna norāda, ka sanjāsī vēl nepietiek ar atsacišanos. Pastāv arī pienākums. Kāds ir sanjāsī pienākums? Viņš taču ir atteicies no ģimenes dzīves un no pasaulīgām saitēm. Viņa pienākums ir visatbildīgākais – darboties Krišnas labad.

Vēl vairāk – tas ir patiesi ikviena cilvēka pienākums ikvienā dzīves posmā.

Ikviena cilvēka dzīvē var būt divu veidu pienākumi: viens ir kalpot maldiem un otrs ir kalpot patiesībai. Īstens sanjāsī kalpo patiesībai, bet, ja viņš kalpo maldiem, viņu vienkārši krāpj Mājā. Ikvienam tomēr būtu jāsaprot, ka jebkurā gadījumā viņš ir spiests kalpot vai nu maldiem vai patiesībai. Būtnes pēc savas dabas ir kalpi, nevis kungi. Kāds, protams, var iedomāties, ka viņš ir kungs, taču patiesībā viņš ir tikai kalps. Ģimenes cilvēks var iedomāties, ka viņš ir savas sievas, bērnu un mājas kungs un sava darba saimnieks. Patiesībā viņš kalpo sievai, bērniem, darbam. Prezidentu var uzskatīt par valsts kungu, taču patiesībā viņš ir savas zemes kalps. Mūsu stāvoklis ir vienmēr būt kalpiem – vai nu mēs kalpojam maldiem, vai Dievam. Ja mēs turpinām kalpot maldiem, tad mūsu mūžs ir veltīgi nodzīvots. Protams, ikviens var iedomāties, ka nav kalps, jo darbojas sevis dēļ. Lai gan viņa darba augļi ir šķietami un viegli gaistoši, tie spiež viņu kalpot maldiem jeb kalpot saviem jutekļiem. Taču, kad cilvēkā pamostas garīgie jutekļi un viņš gūst īstenas zināšanas, tad viņš kļūst par patiesības kalpu. Gūstot zināšanas, mēs aptveram, ka jebkuros apstākļos esam kalpi. Ja es saprotu, ka nevaru būt kungs, tad labāk izvēlēties kalpot patiesībai, nevis maldiem. To izprotot, mēs sasniedzam īsteno zināšanu līmeni. Kas pie tā nonācis, ir sanjāsī jeb atteicies. Sanjāsa ir sevis apzināšanās pakāpe, nevis sabiedriska stāvoklis.

Ikviena pienākums ir apzināties Krišnu un kalpot Viņam. Kas to patiesi īsteno, kļūst par mahātmu – dižu dvēseli. Bhagavad-gītā Krišna saka, ka tas, kurš pēc daudzām piedzimšanām gūst īstenas zināšanas, uztic sevi Viņam. Kāpēc tā? *Vāsudevaḥ sarvam iti.* (Bg. 7.19.) Gudrs cilvēks aptver, ka Vāsudēva (Krišna) ir viss.

Krišna gan piebilst, ka šādas dižas dvēseles ir retums. Kālab tā? Ja saprātīgais nonāk pie secinājuma, ka dzīves galamērķis ir uzticēt sevi Krišnam, kāpēc viņš vilcinās? Kāpēc to nedarīt tūlīt? Kāpēc gaidīt tik daudz piedzimšanas? Tikai tad, kad cilvēks nonāk pie šī secinājuma un nekavējoties uztic sevi Krišnam, viņš kļūst par īstenu sanjāsī. Krišna nevienu nepiespiež veltīt sevi Viņam. To dara ar pārpasaulīgu mīlestību. Tur, kur visu nosaka spēks, nevis brīvība, nevar būt runas par mīlestību. Māte savu bērnu mīl ne jau atalgojuma dēļ, ne tāpēc, ka viņai kāds to licis darīt.

Tāpat arī Visaugsto Kungu var mīlēt dažādi; mēs Viņu varam mīlēt kā kungu, draugu, bērnu vai vīru. Ir piecas galvenās rāsas jeb mūžīgās attiecības ar Dievu. Ja mēs atrodamies tajā zināšanu pakāpē, kas sniedz atbrīvi, tad saprotam, ka mūsu attiecības ar Visaugsto Kungu ir kādā rasā. Šī pakāpe ir svarūpa-siddhi jeb īstena sevis apzināšanās pakāpe. Katram ir mūžīgas attiecības ar Krišnu: kā kalpam ar kungu, kā draugam ar draugu, kā vecākiem ar bērnu, kā sievai ar vīru, kā iemīļotajai ar iemīļoto. Šīs attiecības ir mūžīgas. Garīgās apzināšanās mērķis un īstā jogas pilnība ir šo attiecību atjaunošana mūsu apziņā. Tagad mūsu attiecības ar Visaugsto Kungu izkropļoti atspoguļojas šajā pasaulē. Pasaulīgās attiecības starp kalpu un kungu balstās uz naudu, spēku un apspiešanu. Jautājums par kalpošanu mīlestības vārdā te nepastāv. Greizi atspoguļotās attiecības starp kalpu un kungu turpinās tik ilgi, kamēr kungs maksā kalpam. Izbeidzoties atalgojumam, izbeidzas arī attiecības. Līdzīgi šajā pasaulē ir arī ar draudzību, jo pie mazākajām domstarpībām draugi kļūst par ienaidniekiem. Kad

vecāku un bērnu viedokļi nesaskan, tad dēls pamet māju. Gluži tas pats notiek ar vīru un sievu – mazākās domstarpības izraisa šķiršanos.

Materiālajā pasaulē nav īstu jeb mūžīgu attiecību. Vienmēr jāatceras, ka šīs gaistošās attiecības ir tikai greizi atspoguļotas mūžīgās attiecības starp mums un Dieva Augstāko Personību. No pieredzes mēs zinām, ka spoguļattēls ir šķietams; tas tikai liekas īsts, bet, tiklīdz mēs tam pieskarsimies, tā sapratīsim, ka tas ir tikai stikls. Mums jāsaprot, ka drauga un drauga, vecāku un bērnu, kunga un kalpa, vīra un sievas, mīlētāju attiecības vienkārši atspoguļo mūsu īstās attiecības ar Dievu. To aptverot, mēs gūsim pilnīgas zināšanas. Kad tas notiks, mēs sapratīsim, ka esam Krišnas kalpi un ka mums ar Viņu ir mūžīgas mīlestības pilnas attiecības. Šīs mīlestības attiecības nepastāv atalgojuma dēļ. Protams, atalgojums pastāv un tas ir daudz lielāks par to, ko saņemam par kalpošanu materiālajā pasaulē. Šrī Krišna atalgo neierobežoti.

Šajā sakarībā ir stāsts par Bāli Mahārādžu – ļoti varenu valdnieku, kas bija iekarojis daudzas planētas. Augstāko planētu iemītnieki lūdza Visaugsto Kungu glābt viņus no dēmoniskā iekarotāja, valdnieka Bāli Mahārādžas. Uzklusījis viņu lūgumu, Šrī Krišna pieņēma brāhmana zēna-pundura izskatu, devās pie Bāli Mahārādžas un jautāja: "Mans dārgais valdniek, es no tevis kaut ko gribētu. Tu esi dižens valdnieks un esi plaši pazīstams kā dāvanu devējs brāhmaniem. Vai tu nevarētu man kaut ko iedot?" Bāli Mahārādža atbildēja: "Es tev došu visu, ko tu vēlēties." "Es gribētu tikai trīs soļus zemes," teica zēns. "Un vairāk neko?" iesaucās valdnieks, "Ko tu darīsi ar tik mazu zemes gabaliņu?" "Lai arī cik tas būtu mazs, man pietiks," pasmaidīja zēns.

Bāli Mahārādža piekrita un zēns-punduris ar diviem soļiem šķērsoja visu Visumu. Pēc tam viņš jautāja Bāli Mahārādžam, kur lai viņš sper trešo soli. Bāli Mahārādža saprata, ka viņu aplaimojis Visaugstais Kungs, un iesaucās: "Mans dārgais Kungs, nupat es pazaudēju visu, kas man piederēja, bet man vēl palikusi galva. Esi tik laipns un liec tur Savu trešo soli!"

Kungam Šrī Krišnam tas ļoti patika, un Viņš jautāja Bāli Mahārādžam: "Ko tu no Manis vēlētos?" "Es nekad negaidīju no Tevis dāvanu," teica Bāli Mahārādža. "Bet es sapratu, ka Tu kaut ko vēlies no manis un es Tev atdevu visu."

"Labi," teica Visaugstais Kungs, "savukārt Es tev ko došu – vienmēr būšu tavs kalps un uzturēšu kārtību tavā galmā." Tā Visaugstais Kungs kļuva par Bāli Mahārādžas durvju sargu un tā atalgoja Mahārādžu. Viss, ko mēs piedāvājam Visaugstajam Kungam, atmaksāsies miljonkārt. Taču to mums nevajadzētu gaidīt. Krišna vienmēr pateicas par kalpošanu Viņam. Kas sapratis, ka vienīgais īstais pienākums ir kalpot Visaugstajam Kungam, tas ir sasniedzis zināšanu un jogas pilnību.

8. Jogas pilnība

Patiesi, būtnes piedzimšana jogu vai bhaktu ģimenē dod īpašu pamudinājumu, lai virzītos pretī jogas pilnībai.

*prayatnād yatamānas tu
yogī saṁśuddha-kilbiṣaḥ
aneka-janma-saṁsiddhas
tato yāti parām gatim*

"Ja jogas patiesi cenšas vēl vairāk pilnveidoties, attīrījies no visiem sārņiem, tad galu galā pēc daudzām, daudzām dzīvēm, pavadītām jogas nodarbībās, viņš sasniedz augstāko mērķi." (Bg. 6.45.)

Cilvēks tikai tad sasniedz jogas augstāko pilnību – Krišnas apziņu, kad ir attīrījies no visiem sārņiem. Pats Krišna apstiprina, ka gremdēšanās Krišnas apziņā ir pati augstākā pakāpe.

bahūnām janmanām ante

*jñānavān mām prapadyate
vāsudevaḥ sarvam iti
sa mahātmā sudurlabhaḥ*

"Kas pēc daudzām dzimšanām un nāvēm ir pilns zināšanu, tas veltī sevi Man, apzinoties Mani kā visu cēloņu un visa esošā cēloni. Šādas dižas dvēseles ir ļoti retas." (Bg. 7.19.)

Tādējādi pēc daudzām dievbijīgām dzīvēm cilvēks attīrās no visiem sārņiem, ko radījusi maldīgā divējādība. Tikai tad cilvēks sāk garīgi kalpot Kungam. Lūk, kā Krišna pabeidz sarunu par šo tēmu:

*yoginām api sarveṣām
mad-gatenāntarātmanā
śraddhāvān bhajate yo mām
sa me yuktatamo mataḥ*

"No visiem jogiem tas, kas ar lielu ticību vienmēr atrodas Manī, domā par Mani un kalpo Man ar mīlestību un uzticību, ir visciešāk saistīts ar Mani un ir sasniedzis augstāko pilnības pakāpi. Tādas ir Manas domas." (Bg. 6.47.)

Var secināt, ka no visām jogām augstākā ir bhakti joga – mīlestības pilna kalpošana Krišnam. Patiesībā visas Bhagavad-gītā aprakstītās jogas beidzas ar šo atziņu, jo Krišna ir visu jogu galamērķis. Lai sevi pilnveidotu no karma jogas līdz bhakti jogai, jānoiet garš ceļš. Karma joga ir sākuma posms, kad jāatsakās no darba augļiem. Kad ar karma jogu tiek sasniegtas zināšanas un atsacīšanās, tad tā ir gjāna joga jeb zināšanu joga.

Gjāna joga pāriet meditācijā uz Virsdvēseli ar dažādiem fiziskiem procesiem, kad prāts vērsts uz Viņu, un to sauc par aštānga jogu. Bet, ja kāds paceļas pāri aštānga jogai un sāk godināt Dieva Augstāko Personību Krišnu, tad viņš sasniedz augstāko pakāpi – bhakti jogu. Patiesībā bhakti joga ir galamērķis. Lai to saprastu, jāizanalizē visi citi procesi. Pilnveidojies jogs iet pa drošu ceļu pretim mūžīgai laimei. Kas kādā posmā apstājas un tālāk neattīstās, ir karma jogs, gjāna jogs, dhjāna jogs, rādža jogs, hatha jogs u.t.t. Bet, ja viņš ir veiksmīgs, viņš spēj nonākt līdz bhakti jogai jeb Krišnas apziņai, tas nozīmē, ka viņš ir pacēlies pāri visām pārējām jogām.

Krišnas apziņa ir pēdējais posms jogu virknē, šis posms mūs saista ar Augstāko Personību – Kungu Šrī Krišnu. Ja nav šī pēdējā posma, tad visa virkne ir bezvērtīga. Kas patiesi vēlas sasniegt jogas pilnību, tam bez kavēšanās jāpieņem Krišnas apziņa, atkārtojot Harē Krišna mantru, mācoties Bhagavad-gītu un kalpojot Krišnam Krišnas Apziņas biedrībā. Tādā veidā mēs pārsniegsim visas jogas un sasniegsim visu jogu galamērķi – mīlestību uz Krišnu.

9. Mantra joga

Mūsdienās visā pasaulē tiek atzīta mantras labvēlīgā iedarbība. Ievērojami zinātnieki kā, piemēram, I.Pavlovs, ir eksperimentāli pierādījuši, ka šī metode nav neizprotams brīnums vai māņticība, bet gan zinātniska norise. Daudzi studenti, sportisti, profesori, mājsaimnieces un strādnieki izmanto mantra jogu, lai spētu savā darbā koncentrēties un gūt labas sekmes.

Mantra joga ir ļoti vienkārša. To var apgūt ikviens, neatkarīgi no vecuma un nodarbošanās. Mantras atkārtošanai vispiemērotākās ir agrās rīta stundas. No rīta mūsu prāts ir možs un koncentrēties ir vieglāk. Protams, ja apstākļi to neļauj, mantru var atkārtot jebkurā diennakts laikā. Tomēr vislabākais ir agrs rīts. Svarīgi zināt (kaut arī tam nav jāpievērš īpaša uzmanība), cik ilgu laiku prasa mantras atkārtošana. Šim mērķim kalpo džapa. Džapa ir no koka izgatavotu zīļu virtene. Koka zīlītes var nopirkt jebkurā rotālietu veikalā.

Sasiesim mezglu 15 cm no trīsmetrīgas auklas gala, uz tās uzvērsim 108 zīlītes, pēc katras zīlītes

sasienot mezglu. Pēc tam abus auklas galus izvēršim caur lielāku zīliti. Tā būs 109. zīlīte. Stingri sasiesim auklas galus, lieko auklu nogriežot.

Jogā ir ļoti svarīga tīrība, tāpēc katru rītu ieteicams iet dušā. Tas atsvaidzina, un mēs kļūstam mundrāki. Labi jāizvēdina istaba, lai varētu elpot tīru gaisu. Ērti jāapsēžas. Nav obligāti ne lotosa poza, ne arī kāda tai līdzīga, ja tās sagādā grūtības vai satrauc. Atkārtojot mantru, džapu jātur labajā rokā. Ar īkšķi un vidējo pirkstu paņem pirmo zīliti (pēc lielās zīles) un atkārto mahāmantru:

*hare kṛṣṇa hare kṛṣṇa
kṛṣṇa kṛṣṇa hare hare
hare rāma hare rāma
rāma rāma hare hare*

Pēc tam saņemam nākamo zīliti un no jauna atkārtojam mantru. Tā turpinām, līdz pabeigta visa virtene – 108 zīlītes un esam nonākuši līdz 109. zīlītei. Tas ir viens aplis. Lielo zīli mēs neaiztiekam; līdz tai nonākot, pagriežam virteni otrādi.

Lai varētu gūt sekmes, ir ļoti svarīgi pareizi koncentrēties. Visa uzmanība jāvērs uz mantras skaņu. Nekādas citas domas galvā nedrīkst būt. Sākumā tas liksies grūti, bet pēc neilgas prakses jūs to spēsīt. Tas atvieglos uzmanības vēršanu uz skaņu.

Ir divi mantra jogas veidi. Līdz šim mēs aprakstījām individuālo mantra-meditāciju, ko sauc par džapa-meditāciju. Labas sekmes dod arī kopīgā meditācija, ko sauc par kīrtanu. Viens cilvēks dzied mantru kādā vienkāršā melodijā, bet pārējie uzmanīgi klausās un koncentrējas. Talkā var ņemt tādas mūzikas instrumentus kā bungas, tamburīnu, ģitāru u.c. Viens dzied, bet pārējie uzmanīgi klausās. Kad viņš ir beidzis, dzied visi pārējie, bet solists tikmēr klausās. Pēc tam viņš dzied atkal. Tādā veidā kopīgi klausās un kopīgi dzied: koris klausās solistu, solists klausās kori. Šis paņēmieni ir ļoti iedarbīgs un visos rada labvēlīgu noskaņojumu.

Mantra jogā nav jāievēro kādi īpaši stingri noteikumi. Ja tas ir iespējams, atkārtojiet katru dienu vismaz 4-5 apļus. Ja jūs vēlaties nopietni atkārtot mantru, būtu jāveic 14-16 apļi, vidēji tas prasa apmēram 2 stundas.

Tūkstošiem gadu ilgā pieredze liecina, ka mantra jogas iedarbība palielinās, ja uzturā pārtrauc lietot gaļu. Pēc iespējas vairāk ēdiet vārītas saknes, augļus, piena produktus. Ne tikai Vēdas, bet arī mūsdienu zinātnieki un ārsti norāda, ka cilvēka ķermenis (zobi, kuņģa skābes sastāvs u.t.t.) nav pielāgots gaļas ēšanai. Lietojot veģetāru uzturu, cilvēka organisms vairs necieš no indēm, ko izdala nokauto dzīvnieku audi. Šie savienojumi nokļūst gaļēdāja asinīs un padara viņu nervozu un agresīvu. Ja ir iespējams, ēdiet vitamīniem bagātu pārtiku, bet visieteicamāk kļūt veģetāriešiem. Pilnīgi nepamatotas ir bailes, ka jūs nesaņemsit pietiekošu olbaltumvielu daudzumu. Daudzveidīgā veģetārā pārtika ir bagāta ar olbaltumvielām. Daudz proteīna, piemēram, ir sierā, pupās (īpaši sojā), tā ka bažām nav iemesla. Indijā miljoniem cilvēku gadsimtiem ilgi bijuši veģetārieši un arī rietumos arvien lielāks skaits cilvēku pārtrauc lietot uzturā gaļu, zivis un olas. Ja cilvēks vēlas būt vesels, nav ieteicams lietot arī alkoholiskos dzērienus, narkotikas un tabaku.

Joga – tā ir patiesa veselība. Nodarbojoties ar jogu, jūs atjaunosiet gan ķermeņa, gan dvēseles veselību, tāpēc no šīm kaitīgajām vielām vajag atteikties.

Sanskritā vārds mahā nozīmē "dižais", man – "prāts" un tra – "atbrīve".

Tātad mahāmantra ir prāta dižā atbrīves dziesma. Visu jogu un meditācijas mērķis ir prāta apskaidrošana. Ja mēs vienlaikus vērsīsim savu uzmanību uz Krišnu, tad spēsīm sasniegt samādhi stāvokli. Mantras atkārtošana iedalās trijos posmos. Pirmajā posmā attīrās prāts jeb mūsu iekšējais juteklis. Prāts līdzīgi spogulim spēj atspoguļot, kā varētu sakārtot ienākošās sajūtas. Saskarē ar

daudzsējumu tulkojumu un skaidrojumu. Šeit viņš uzrakstīja arī grāmatu "Easy Journey to Other Planets" ("Viegls ceļojums uz citām planētām").

1965. gadā, pēc Šrīmad Bhāgavatamas pirmo trīs sējumu izdošanas, Šrīla Prabhupāda devās uz ASV, lai izpildītu sava garīgā skolotāja norādījumu. Pēc ierašanās rietumos viņš uzrakstīja Indijas klasisko reliģisko un filozofisko tekstu tulkojumus un apkopojumus vairāk nekā astoņdesmit sējumos.

Kad 1965. gadā Šrīla Prabhupāda ar kravas kuģi ieradās Ņujorkā, viņš bija praktiski bez jebkādiem materiāliem līdzekļiem. Lielās grūtībās pagāja gandrīz gads, līdz 1966. gada jūlijā viņš nodibināja Starptautisko Krišnas apziņas biedrību (ISKCON). Šrīla Prabhupāda vadīja to līdz pat 1977. gada 14. novembrim, kad viņš atstāja šo pasauli. Šajos gados šī biedrība izauga par savienību, kurā ietilpst vairāk nekā simts āšrami, skolas, tempļi, institūti un lauku kopienas visā pasaulē.

1972. gadā Šrīla Prabhupāda nodibināja gurukulu – skolu Dallasā (Teksasas štats, ASV), tādējādi rietumos pirmo reizi ieviešot Vēdu jaunāko un vidējo izglītību. Turpmākajos gados Šrīlas Prabhupādas vadībā viņa mācekļi ir nodibinājuši vairākas citas šādas skolas, galvenā no tām atrodas Indijā Vrindāvanā.

Prabhupāda iedvesmoja vairāku starptautisko Vēdu kultūras centru celtniecību Indijā. Vienu no tiem – Šrīdhāma Mājāpuru – ir paredzēts pārvērst par garīgo pilsētu. Šī milzīgā projekta īstenošana turpināsies visu šo desmitgadī. Vrindāvanā ir radīts krāšņais Krišna-Balarāmas tempļis un "Starptautiskā viesnīca". Arī Bombejā ir uzcelts liels kultūras un izglītības centrs. Plānots radīt vairāk nekā desmit svarīgus centrus visā Indijā.

Tomēr visnozīmīgākais Šrīlas Prabhupādas ieguldījums ir viņa grāmatas. Autoritātes, domas dziļuma un skaidrības dēļ tās augstu vērtē zinātnieki, un daudzās augstskolās tās izmanto kā mācību grāmatas. Viņa darbi ir tulkoti vairāk nekā deviņdesmit pasaules tautu valodās, izdevniecība "The Bhaktivedanta Book Trust", kura tika nodibināta 1972. gadā tikai Šrīlas Prabhupādas grāmatu izdošanai, pašlaik kļuvusi par pasaulē lielāko Indijas reliģisko un filozofisko tekstu izdevēju.

Par spīti iespaidīgajam gadu skaitam Šrīla Prabhupāda divpadsmit gadu laikā apbrauca zemeslodi četrpadsmit reizes. Šajos ceļojumos viņš lasīja lekcijas visos sešos kontinentos. 1971. gadā viņš apmeklēja arī Maskavu. Par spīti smagajai slodzei Šrīla Prabhupāda turpināja ražīgi strādāt, un viņa darbi tagad veido patiesu Vēdu filozofijas, reliģijas, literatūras un kultūras bibliotēku.

Sanskrita izrunas rādītājs

Gadsimtu gaitā sanskrita valodas pierakstam lietoti dažādi alfabēti, tomēr visplašāk Indijā izmanto dēvanāgarī rakstu ("rakstu, kas tiek lietots padievu pilsētās"). Dēvanāgarī alfabētā ir 48 skaņas – 13 patskaņi un 35 līdzskaņi.

Šajā grāmatā sanskrita panti doti transliterācijā latīņu burtiem saskaņā ar sistēmu, ko zinātnieki pēdējos piecdesmit gados pieņēmuši, lai atspoguļotu katras sanskrita valodas skaņas izrunu. Šī sistēma izmantota arī citātos, kas ir rakstīti kursīvā.

Patskaņus – *a, ā, i, ī, u, ū* – izrunā tāpat kā latviešu valodā. Patskani *ṛ* izrunā kā *ri* vārdā *krist*. Patskani *e* izrunā kā *ē* vārdā *ērglis*; *ai, au* un *o* izrunā mazliet garāk nekā latviešu valodā.

Rīkles līdzskaņus – *k, kh, g, gh* un *ṅ* – izrunā līdzīgi kā latviešu valodā. *κ* izrunā kā vārdā *kaķis*, *kh* kā vārdā *rika*, mazliet piedvešot *h*, *g* izrunā kā vārdā *govs*, *gh* kā vārdā *mugura*, piedvešot *h*; *ṅ* izrunā kā vārdā *banga*.

Palatālos līdzskaņus – *c, ch, j, jh* un *ñ* – izrunā ar mēles vidus daļu. *c* izrunā ka vārdā *čūska*, *ch* kā vārdā *buča*, mazliet piedvešot *h*, *j* izrunā kā *dž* vārdā *Džūkste*, *jh* izrunā līdzīgi, tikai piedvešot *h*; *ñ* izrunā kā

vārdā dūņas

Smaganu līdzskaņus – *ʈ, ʈh, ɖ, ɖh, n* – izrunā ar paceltu mēles galiņu, līdzīgi ka angļu vārdos *tub, light-heart, dove, red-hot, nut*.

Zobu līdzskaņus *t, th, d, dh* izrunā līdzīgi kā latviešu valodā. *T* izrunā kā vārdā *tīrums*, *th* kā vārdā *mati*, piedvešot *h*, *d* izrunā kā vārdā *diena*, *dh* kā vārdā *gludināt*, piedvešot *h*.

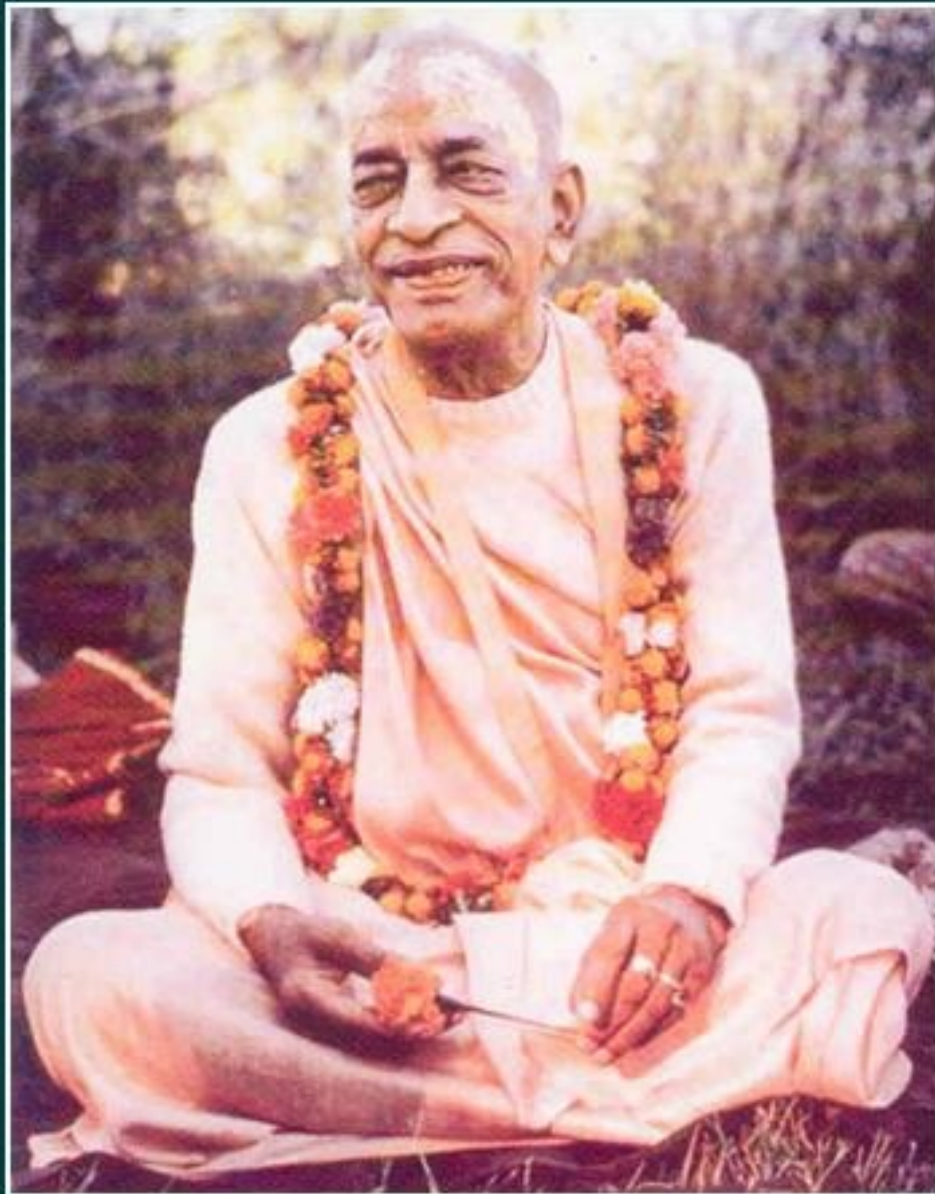
Lūpu līdzskaņus – *p, ph, b, bh* – izrunā līdzīgi kā latviešu valodā. *P* izrunā kā vārdā *priede*, *ph* kā vārdā *pupa*, piedvešot *h*, *b* kā vārdā *balodis*, *bh* kā vārdā *dabūt*, piedvešot *h*. *M* izrunā kā vārdā *māte*.

Puspatskaņus – *ɣ, r, l* un *v* – izrunā kā vārdos *jauns, riet, laiva* un *vējš*. Šņāceņus *ʃ, ʃ* un *s* izrunā attiecīgi kā vācu vārdā *sprechen*, kā vārdā *šņākt* un *saule*. Burtu *h* izrunā viegli, kā angļu vārdā *home*.

Anusvāra *m̐* ir tīri nazāla skaņa, un to izrunā kā vārdā *grumba*. Visarga *ḥ* ir elpas skaņa, to izrunā ļoti viegli. Divrindes beigās *aḥ* izrunā kā *aha*, *iḥ* kā *ihi*.

Zilbes sanskritā netiek stingri uzsvērtas, nav arī pauzes starp vienas rindas vārdiem, runas plūdamā tiek ievērota tikai atšķirība starp garajām un īsajām zilbēm (garās zilbes ir divreiz garākas par īsajām). Zilbe ir gara, ja patskanis tajā ir garš (*ā, ai, au, e, ī, o, r̄, ū*) vai īsajam patskanim seko vairāk nekā viens līdzskanis (to skaitā *ḥ* un *m̐*). Aspirētie līdzskaņi (līdzskaņi, kuriem seko *h*) šajā gadījumā tiek uzskatīti par vienu līdzskani.

Grāmatas tekstā galvenokārt lietota sanskrita fonētiskās transkripcijas sistēma, kas dod iespēju latviešu lasītājam bez īpašām priekšzināšanām sanskritā pietiekami pareizi izrunāt sanskrita valodas vārdus un terminus. Šī sistēma izmantota vārdos, kas nav rakstīti kursīvā.



***Šīs grāmatas autors A. Č.
Bhaktivēdānta Svāmī Prabhupāda ir
mūsdienu izcilākais filozofs un
sanskritologs. Viņš ir iztulkojis angļu
valodā un izskaidrojis senos Vēdu
klasiskos tekstus 60 grāmatās. Lasot šīs
grāmatas, cilvēkam pa veras iespēja
aptvert mūžsenas zinības. Viņa
iztulkotās grāmatas studē daudzās
augstskolās un koledžās.***