



Krisna.hu

2011



Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közössége



A Magyarországi Krisna-tudatú Hívők
Községének főbb központjai
nyitva állnak az érdeklődők előtt:

KRISNA-VÖLGY

INDIAI KULTURÁLIS KÖZPONT ÉS BIOFARM

Egész évben szeretettel várja az egyéni
és csoportos látogatókat.

8699 Somogyvámos, Fő u. 38.

(85) 540-002, (30) 377-1530

Csoportszervező: (30) 641-2309
info@krisnavolgy.hu

BUDAPESTI

HARE KRISNA TEMPLOM

1039 Lehel u. 15-17.; Tel.: (1) 391-0435

budapest@pamho.net; www.krisna.hu

Nyilvános vendégváró programok
minden vasárnap 13 órától.

DEBRECEN

4028 Magyarai u. 2.

Tel.: (30) 986-4273; debrecen@pamho.net

Bhakti-jóga délután vasárnaponként 13 órától
Govinda bhajana-est péntekenként 17:30-tól

PÉCS

Felvilágosítás a programokról:

Tel.: (30) 371-6952, (30) 456-9076; pecs@pamho.net

BAJA, BÉKÉSCSABA, DUNAÚJVÁROS,
KECSKEMÉT, SZOLNOK, SZEGED

Felvilágosítás a programokról:

Tel.: (30) 528-1312; bpd@1108.cc

EGER

3300 Széchenyi u. 64.

Tel.: (36) 313-761, (30) 368-2610; eger@pamho.net

Nyilvános programok minden vasárnap 13 órától.

KÖZPONTI IRODA

1039 Budapest, Lehel utca 15-17.

Tel.: (1) 212-6270, info@krisna.hu

KRISNA
A NETEN:

www.krisna.hu
www.krisnavolgy.hu
www.okovolgy.hu

www.egyhazi.hu
www.karitativ.hu
www.bhf.hu

www.govinda.hu
www.divali.hu
www.krishna.com



Ő Isteni Kegyelme
**A. C. Bhaktivedanta
Swami Prabhupáda**
A Krisna-tudat Nemzetközi
Szervezetének alapító ácsárjája

Ő Isteni Kegyelme A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupáda (1896–1977) a *gaudíya-vaishnavizmus* ősi vallási hagyományát ismertette meg a nyugati világgal, Krisna-tudat néven. 1966-ban alapította meg a Krisna-tudat Nemzetközi Szervezetét. Vezetésével a szervezet tíz év alatt *ásramákkal*, iskolákkal és farmközösségekkel rendelkező, világméretű misszióvá vált. Írásai a védikus filozófia, vallás, irodalom és kultúra igazi könyvtárát alkotják.

TARTALOM

Kedves Olvasó!	4
Krisna-völgy	6
Alapítvány a fenntarthatóságért	8
A lélek palotája Csillaghegyen	10
Turizmus a Budapesti Hare Krisna templomban	11
Mozgalmas évet zárt	
az Ételt az Életért Alapítvány	12
Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola	14
Srí Prahláda Általános Iskola	16
Önmegvalósítás Budapest szívében	18
Szekerkarnevál a fővárosban	20
Krisna-völgyi Búcsú	23
Dívali, a fény ünnepe	24
Govinda Étterem	27

A KIADVÁNY MUNKATÁRSÁI:

Felelős szerkesztő: Damodara Dász.
Főmunkatárs: Dharmista Dévi Dászi.
Nyomdai előkészítés: Tárkányi Szabolcs.

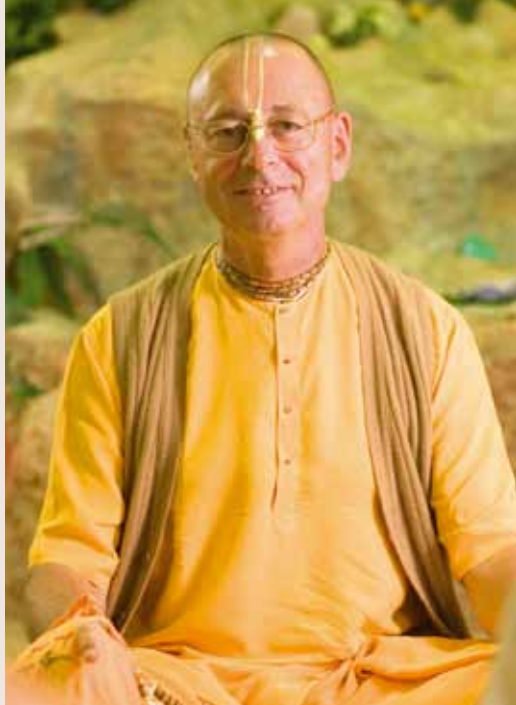
KIADJA: a Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közössége,
1039 Budapest, Lehel u. 15-17.
Tel.: (1) 212-2862, E-mail: info@krisna.hu
A Vissza Istenhez magazin különszáma.

© 2011 BBT International
Minden jog fenntartva.
ISSN 1587-4362

KEDVES OLVASÓ!

2010-ben a válság tovább gyűrűzött. Tapasztalhattuk mind környezeti, gazdasági, mind társadalmi oldalát. Soha nem látott kihívásokkal szembesülhettünk, ám igazán különleges, hogy éppen a leginkább embert próbáló problémákban, rendhagyó, soha nem tapasztalt összefogás jött létre az emberek között, egymás segítése és a környezet megóvása érdekében. E globális nehézségek már egészen az emberek magánszférájáig teret nyertek, bekigyóztak az otthonokba, ám éppen ezen a katarzisponton érthettük meg, hogy mekkora értékét képviselnek a kis összefogások, a kisközösségek, és a társadalom legalapvetőbb, erős pillérei, a családok. Nagy örömünkre, a világban hangsúlyosabbá vált az oktatás kérdése, az erkölcsi értékek foganatosítása, az önkéntesség szükségessége, és a felebaráti mentalitás is.

E mozgalmas esztendő során egyháznak, a Krisna-hívők közössége is részt vállalt a krízisek megoldásában. A kezében tartott kiadványunkban szeretnénk bemutatni főbb eseményeinket, karitatív tevékenységeinket és értékteremtő projektjeinket. Mindazt, amit mi tenni tudtunk az elmúlt esztendőben, mindenkit arra biztatva, hogy



lehetőségeihez mérten, a saját életterében, hasonló módon megvalósíthassa ezeket az értékeket.

Felismerve a családszintű összefogások hatékonyságát, a kis, helyi közösségek erősödésében bízunk. Olyan modellek kidolgozásába és átadásába kezdünk

(fenntarthatóság, képzések, életpálya-modell), amelyek képesek hosszútávon is egyfajta menedéket nyújtani az emberek számára, és amelyek a legtöbb globális kihívásra képesek választ adni. A 2011-es évben szeretnénk ezeket az utakat folytatni. A fejlesztések során, ez évben, különös figyelmet szentelünk majd a gyermek-, és családközpontú programoknak, valamint az akkreditált és a képzésen kívüli oktatás tökéletesítésének.

Ezúton is - közösségünk minden tagja nevében – szeretném megköszönni egész éves támogatásukat, mind eszmei, mind anyagi segítségüket, az építő gondolatokat, amelyeket kaptunk Önöktől. Nagyon sokat jelentenek az őszinte vélemények, inspirálólag hatnak a pozitív kritikák és javaslatok, az odaadó tettek. Világunkban, a tervek megvalósításához az anyagi segítség is elengedhetetlen. Szeretnénk ezért hálánkat kifejezni azoknak a személyeknek, akik időt szántak a felajánlások kitöltésére és rendelkeztek adójuk 1%-ról. Ez a támogatás önmagában talán jelentéktelennek tűnhet, és nehéz valós értékét felmérni, hiszen az egyén számára semmi többletbe nem kerül, ám értéke jelentős! Kiválóan példázza, hogy összefogással, egy célért küzdve, az ember képes bármit megmozgatni.

A befolyt összegek olyan funkciókat látnak el, mint a szegényélelmezés, környezetvédelem, fenntarthatóság, vagy a lelki oktatás. A Krisna-tudat által javasolt munkálkodáson keresztül mindannyian lehetőséget kapunk, hogy olyan folyamatokban vegyünk részt, amelyek egyaránt kedveznek egyéni vallásos tevékenységünknek és segítik az egész társadalmat.

Kérjük, idén is gondoljon ránk 1%-a felajánlásakor, és emlékeztesse ismerőseit, barátait is e lehetőségről.

Továbbra is szeretettel várjuk Önöket programjainkon, fesztiváljainkon, egy-egy hétvégére, vagy akár hosszabb időre, túrázás, testi-szellemi feltöltődés, a kultúra és tradícióink megismerése céljából, fővárosi vagy vidéki központjainkban. Az új esztendőhöz kitartást, jó egészséget, sok örömet és erőt kívánunk! Hare Krisna!



Sivarama Szvámi
vezető lelkész



KRISNA-VÖLGY

A Balatontól mintegy 30 kilométerre, Somogy legszebb lankáin fekszik a Krisna-völgy Indiai Kulturális Központ és Biofarm. A somogyvámosi ökofalu mintegy 260 hektáron terül el. Nem csak vallási központ, hanem turisztikai kuriózum is, az ökogazdálkodást bemutató szakmai helyszín, ideális túracélpont, és fiatal arborétum is. A völgy számtalan változatos programnak ad otthont, így az évente megrendezésre kerülő Krisna-völgyi Búcsúnak is. Tisztasága, egyszerű, rendezett tájképe a magyar falusi élet ékköve. A farm nemcsak a hagyományos hazai faluképet mutatja be, de megragad egy-egy szeletet az indiai tájépítészetből, a keleti kultúrák térrendezési bölcsességéből is. A völgyben már több mint 150 fő él, felnőttek, idősek és kisgyermek egyaránt. Az itt lakók az erőszakmentes, környezetbarát életvitel hívei, mindennapjaikban törekszenek az önálló életmódra berendezkedni. Akik az önfenntartó, öko-életmódot szeretnék behatóan megismerni, itt praktikus tanácsokat is első kézből kaphatnak. A farmon hagyományos tehenészet, biokertészet és méhészet is működik, a helyiek kézműves műhelyben tevékenykednek és saját, akkreditált

iskolával is rendelkeznek. A vendégeket mennyei finomságokkal várják éttermükben és az ajándékboltban. Aki nem kóstolta még a lakto-vegetáriánus lakomákat, náluk kipróbálhatja, és ízekkel telve elégedetten térhet haza. Aki a farm egész térségére vagy akár csak a templom épületére kíváncsi, idegenvezetők segítségével barangolhatja be azt, mialatt az építészeti megoldásokon túl sok más érdekességet is megtudhat a védikus kultúráról, a Krisna-hívók vallásos életviteléről, és spiritualitással átszőtt mindennapjairól.

2011 különleges dátum, a farmon lakó Istenpár, akit minden nap imádatban részesítenek a hívek, 15 éve tartózkodik Krisna-völgyben! Ezért ebben az esztendőben igazán különleges fesztiválprogramokra számíthatnak a látogatók.

Aki elfáradt, a meditációs ösvényeken és ligetekben lelhet szellemi frissítőt, vagy a kis tavak partján pihenhet meg. Azok, akik hosszabb időre is a völgyben maradnának, előzetes bejelentkezést követően kényelmes vendégházakban találhatnak szállást, az egész családnak szóló programokon vehetnek részt, benevezhetnek egy vegetáriánus főzőtanfolyamra, ügyeskedhetnek a tehenészetben, jógázhatnak. Újdonságokról hallhatnak a nyilvános leckéken, tanításokon, zenés istentiszteleteken is. 2011-től speciális

szolgáltatás várja a város zajától megfáradtakat: menedzserek és hajszolt üzletemberek számára stresszoldó hétvégéket indítanak, erről a legjobb indulás előtt a biofarm honlapján tudakozódni. Aki pedig a legnagyobb forráságban utazik a völgybe, egy kis autózással akár naponta megmártózhat a Balatonban. Az érdeklődők tematikus programokon vehetnek részt, az ájurvéda, az apiterápia, és a fitoterápia (méhészeti termékek a gyógyításban, gyógynövénygyűjtés), a vegetáriánus főzés és étkezés, a biokertészet, a jóga, az önfenntartás és a környezettudatosság témájában. Erről érdeklődjön a turisztikai szervezőknél az alábbi elérhetőségeken:

INFORMÁCIÓK:

8699 Somogyvámos Fő u. 38.

Turisztikai programok / információk:

(30) 641-2309,

csoport@krisnavolgy.hu

Vendégház: (30) 631-0063

www.krisnavolgy.hu

Krisna-völgy minden nap 10-17 óra között várja a látogatókat, az ide érkezőket, előzetes egyeztetést követően, hosszabb időre is szívesen vendégül látják!

ALAPÍTVÁNY A FENNTARTHATÓSÁGÉRT

Az **Öko-völgy Alapítvány** immár 2008 óta dolgozik azért, hogy széles körben megismertesse a fenntarthatóság elméleti és gyakorlati kérdéseit. Valljuk, hogy a fenntarthatóság megvalósítható! Ez a jelmondat súrti törekvéseinket, és ennek szellemében szervezzük programjainkat.

Kiemelten fontosnak tartjuk az egyén szerepét, és a környezettudatos életmódról összegyűlt tapasztalatok egymással való megosztását. Mintaterületünkön, Krisna-völgyben fenntarthatósági témájú

konferenciákat rendezünk, a Krisna-völgyi Búcsúkon pedig a „Gondolat-kiállítás” sátorban tartunk nyilvános beszélgetéseket. Számos helyre kapunk meghívást – belöldön és külföldön egyaránt – előadások tartására. Fenntarthatósági Nyílt Napok és egyetemi klubok szervezésével is bővítjük a kapcsolódási, tanulási lehetőségeket. 2010-ben már kilenc hazai felsőoktatási intézménnyel vagyunk szerződéses munkakapcsolatban, elsősorban az oktatás, a képzések terén.



Arra törekszünk, hogy minél szélesebb körben tudatosítsuk: mindenki tehet valamit a fenntarthatóságért, bárhol is éljen.

Ezért kampányaink fő üzenetei:

- Törekedjen az erőforrásokkal való takarékoságra!
- Csökkentse hús fogyasztását!
- Használjon környezetbarát tisztítószereket!
- Vásároljon biotermékeket!
- Válassza az alacsony feldolgozottságú, minél kevésbé csomagolt termékeket!
- Alakítsa ki saját kiskertjét, művelje vegyszermentesen!

Az Öko-völgy Alapítvány 2010-es tevékenységei számokban:

- 2010 októberében több mint 400 érdeklődő vett részt a harmadik alkalommal megrendezett, három napos konferenciánkon
- Jelenleg 36 egyetemi/főiskolai hallgató írja nálunk szakdolgozatát, további kilenc fő pedig sikeresen fejezte be munkáját
- 2010-ben honlapunkon 390 cikk olvasható, a www.okovolgy.hu átlagos látogatottsága eléri a napi 170 főt
- Levelezőlistánk 380 tagja igen aktív és lendületes párbeszédet folytat a fenntarthatósággal kapcsolatos kérdésekről

- A Krisna-völgy részletes bemutatását, majd az azt követő beszélgetéseket magában foglaló Nyílt Napjainkon 2010-ben összesen 234-en vettek részt
- Képzéseinken, és klubfoglalkozásainkon összesen 162-en voltak jelen
- 2010-ben újabb kiadványokkal jelentkeztünk: bemutatkozó és tanácsadó füzetünk, Éves jelentésünk és a III. Fenntarthatósági Konferencia összefoglalója mintegy 1500 olvasóhoz jutott el.

Kapcsolódjon Ön is programjainkhoz, működünk együtt a fenntarthatóságért!

Hogyha foglalkoztatják a környezettudatos életmód kérdései, látogasson el honlapunkra: www.okovolgy.hu

Szeretnénk, ha megosztaná velünk és másokkal a környezettudatos életmód megvalósítása során szerzett tapasztalatait. Tegye közkinccsé ötletes megoldásait az Ökológika levelezőlistán!

Kun András
tudományos igazgató
Öko-völgy Alapítvány

info@okovolgy.hu

A LÉLEK PALOTÁJA CSILLAGHEGYEN

A Csillaghegyen működő Budapesti Hare Krisna Templom és Kulturális Központ 2005 óta egyedülálló épületével és hangulatával várja vendégeit. Nemcsak a hívők, hanem a kíváncsi látogatók számára is garantáljuk a lelki töltődést. A nyugalom szígeetére vágyóknak a páratlan és káprázatos templomteret, valamint a lelki atmoszférával átítatott fogadóteret biztosít megnyugvást és menedéket.

Az ajándékbolt és ételbár különleges ízeivel és egzotikus ajándéktárgyaival és fűszereivel várja vásárlóit. Vasárnapokon délután 15 órától vendégváros programunk keretén belül látogatóink megismerkedhetnek az ősi indiai kultúra zenevilágával, filozófiai alapjaival, valamint fenséges vegetáriánus ételleivel.

Térjen be hozzánk Ön is!

Budapest III. ker., Lehel u. 15-17.
Telefon: (1) 391-0435





TURIZMUS A BUDAPESTI HARE KRISNA TEMPLOMBAN

Örömmel tájékoztatjuk kedves olvasóinkat, hogy a 2011-es évtől budapesti templomunk új szolgáltatással bővült, melynek keretén belül szervezetteren készülünk vendégeink csoportos fogadására, előzetes egyeztetés alapján.

Színes műsorral várjuk vendégeinket, melyről részletes információt kaphatnak a honlapunkon, vagy a (30) 630-2582-es telefonszámon.

www.krisna.hu



MOZGALMAS ÉVET ZÁRT AZ ÉTELT AZ ÉLETÉRT ALAPÍTVÁNY



Egyik szemünk sír, másik nevet, amikor megállapítjuk, hogy segélyszervezetünk évről évre rekordokat dönt a kiosztott ételek mennyiségét tekintve. Örülünk, mert a sok-sok emberen tudtunk segíteni országszerte, ugyanakkor sírunk is, amikor azt tapasztaljuk, hogy ez a növekedés nem akar szünni, és a szegénység mind több családot, és azon belül mind több kisgyereket sújt.

2010-ben a szükség hívta életre egyik új szolgáltatásunkat, az ételmiszer

segélycsomag-küldő szolgálatot. Szervezetünk úgy a fővárosból, mint számos vidéki településről is, létminimumon élő családoktól, idősektől kap folyamatos megkereséseket, hogy legalább egyszeri alkalommal nyújtsunk segítséget, mert napok óta éheznek, szülők, gyerekek.

Budapesti székhelyünk kerületében, az Óbudai Családsegítő közreműködésével heti 1 alkalommal tartott étkeztetési programunkat, 2010 májusa óta már heti 5

napon végezzük, így **naponta 300 kerületi lakos** részeseül főtt ételben, pékáruban, és egészséges gyümölcsökben, tejtermékekben. A helyi önkormányzat munkánkat Szociális Díjjal jutalmazta.

Hagyományos budapesti **utcai ételosztásunkon** is folytonos létszámnövekedéssel szembesülünk. Míg év elején 300, év végére rendszeresen mintegy 500 embert szolgáltunk ki naponta. Az óbudai programmal együttvéve így már napi szinten 800 ember étkezését biztosítjuk.

Mindeközben **katasztrófa** katasztrófát követett: földrengés Haitin, árvíz Felsőzsolcán, iszapár Devecseren. A bajba jutott, ártatlan túlélők szenvedése fölött sem hunyhattunk szemet. Összesen több mint 10 ezer adag étel talált gazdára a károsultak, a mentési munkálatokat végző önkéntesek, és a hivatásos állomány körében, Haitin dolgozó önkénteseink pedig állami kitüntetésben részesültek.

Az ellátottak palettája azonban még ennél is színesebb volt, köztük fogyatékkal élő, árvaházban nevelkedő, vagy vidéki roma gyerekekkel, bűncselekmények áldozataival, menekültekkel, átmeneti szálláson élő, otthonukat veszített családokkal.

És hogy mi vár ránk a jövő évben? Csökkenésre nem számítunk, a növekedés korszakát éljük.

Konyhánk felszereltsége alulmarad az ott naponta készülő ételmennyiséghez képest, így annak fejlesztése is elodázhatatlanná vált.

A Fővárosi Igazságügyi Hivatal, Pártfogó Felügyelői Szolgálatával együttműködésben enyhébb bűncselekmények elkövetése miatt közmunkára ítélt fiatalokat várunk 2011-től, hogy bűnüket a rászorulóknak történő ételosztással tegyék jóvá.

Tervezzük más kerületek lakosainak rendszeres ellátását is, ahol családok, idősök zöme próbál havi 40-50-60 ezer forintból egészségesen, jól ápoltnan, emberhez méltó körülmények között tanulni, dolgozni, megélni.

Az előttünk álló kihívások nagyok. Civil szervezetként olyan társadalmi probléma orvoslását vállaltuk fel, aminek a megoldása szélesebb körű társadalmi összefogást kíván. Amellett, hogy étkeztetési programunkkal jelentős **pénzügyi megtakarítást** teszünk lehetővé igénybevevőink számára, **megszentelt ételünkkel** végső soron az anyagi, teremtett világ nehézségeitől való megszabadulást is elősegítjük. Lelki ételünk enyhülést hoznak a szívnek, tisztítják létünket, mélyítik Istennel való örök kapcsolatunkat.

www.karitativ.hu

Adószám: 18095575-1-41



BHAKTIVEDANTA HITTUDOMÁNYI FŐISKOLA

A Bhaktivedanta Hittudományi Főiskolát a Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közössége alapította 1999-ben, és 2004-ben kapott állami elismerést. A Főiskola azon ritka oktatási intézmények egyike, ahol a hinduizmus vaisnava ágának ősi hagyományát **államilag akkreditált** képzésben lehet elsajátítani. A Főiskola vaisnava **teológusok** mellett – Európában egyedülállóan – **jógamestereket** is képez, mely szak keretében a hallgatók alaposan megismerhetik a jógahagyományok bölcseleti alapjait, elsajátíthatják a hatha jóga gyakorlatait, valamint megszerezhetik a jóga végzéséhez

és oktatásához szükséges biológiai-életteni ismereteket. A Főiskola **3 éves alapképzés után BA diplomát** ad vaisnava teológus és jógamester szakain.

A Főiskola tudományos és baráti kapcsolatokat ápol **India** több egyetemével, amelyek közül kettővel **affiliációs szerződést** is kötött. Ezek lehetővé teszik, hogy hallgatói oklevelük kézhezvétele után ezen egyetemek valamelyikén szerezzék meg egyetemi (MA) végzettségüket és doktori (PhD) fokozatukat.

A Főiskola a magyar felsőoktatási intézmények között elsőként elindította **angol**

nyelvű, székhelyen kívüli vainsava teológus képzését **Helsinkiben**. Középtávú terve az, hogy budapesti székhelyén is megkezdí az angol nyelvű képzést.

A Főiskola szellemiségéhez hozzátartozik, hogy falai között a képzés és önképzés együtt járnak, így hallgatóinak lehetőséget biztosít arra is, hogy a Főiskola vezető oktatói által felügyelt **tudományos kutatócsoportokban**, tudományos ösztöndíjakkal is megtámogatott kreatív munkát végezzenek. Erre szöles kereteket nyújt a **Védikus Tudományok Kutatóintézete** is.

A tanulást és kutatást segíti a Főiskola 10 000 kötetes **könyvtára**, amely 2011 tavaszán megnyitja a **Puskás Ildikó** hagyatékából álló mintegy 4000 kötetes **indológiai gyűjteményét** is.

A jegyzeteken és oktatósi segédanyagokon kívül a Főiskola megjelentet **kiadványokat** az ősi indiai vallási hagyományokról és

életmódról is. Oktatói, hallgatói, valamint a világ más országában élő vainsava tudósok munkájába pedig tudományos folyóirata, a **TATTVA** (www.tattva.hu) ad bepillantást.

A közösségi élet kötetlen gyakorlására nyújt lehetőséget a színes kulturális programmal rendelkező **BHAKTI-klub**. A Főiskola tudományos közéletben való részvételét pedig az általa szervezett vitaestek, kerekasztal-beszélgetések és az évente megrendezett **Létkérdés Konferencia** (www.letkerdes.hu) biztosítják.

A Főiskola **tanfolyamain** bárki rendszeres elméleti és gyakorlati tudást szerezhet például a jógáról, a hindu vallásfilozófiákról, a személyiségfejlesztésről, az ájurvédikus gyógyításról, az indiai vegetáriánus főzésről és az indiai zenéről.

A Főiskola 2011 februárjától saját, **felújított épületében** folytatja az oktatást, amely a Budapesti Hare Krisna Templom mellett helyezkedik el. A két intézmény szoros együttműködése a tanulási és kulturálódási lehetőségek széles skáláját fogja megnyitni mind a magyar érdeklődő nagyközönség, mind a hazánkban élő indiai közösség számára.

Felvételi és egyéb információ:

www.bhf.hu

Adószám: 18183241-1-42





SRÍ PRAHLÁDA ÁLTALÁNOS ISKOLA

biztosítunk a biokertészetben, a tehenészetben, a méhészetben, stb. folyó tevékenységeinkből. Az „Ügyes Kezek” szakkörön pedig sokféle kézműves-technikát tanítunk meg. Az elmúlt években több környékbeli iskolával indítottunk el eredményes együttműködési kapcsolatokat.

Iskolánkat minden évben több ezer látogató tekinti meg, közöttük egyre több tanár- és diákcsoport. Idei újdonságunk a Szelíd Energia Tanösvényünk.

Krisna-völgyben 1996-ban elkezdődött az általános iskolai oktatás. 2002-ben készült el a jelenlegi épületünk. 2009-től államilag akkreditált 8-osztályos egyházi iskolaként működünk, 2010-ben pedig elnyertük az ökoiskola címet.

Diákjainknak megtanítunk minden közismereti és készségi tárgyat (magyar, matematika, stb.), de nagy hangsúlyt kap a lelki nevelés (védikus irodalom, templomi ének-zene, stb.) is. A környezet-tudatosság sem hiányozhat az oktatási palettánkról. Gyakorlati képzést

SYÁMA CSALÁDI NAPKÖZI

2004-ben kezdődött az óvodás korú gyermekek felügyelete Krisna-völgyben. 2010-ben hivatalos működési engedélyt kapott a családi napközink, ahol jelenleg 7 óvodás-korú gyermek gondozása folyik. A növekvő gyermeklétszám miatt 2011-ben egy újabb családi napközit tervezünk elindítani.

Elérhetőségeink:

sri.prahlada.gurukula@pamho.net
www.oktatas.krisnavolgy.hu

Kóstoljon bele az egészségbe!

A tudatos táplálkozásnak a fűtke-zések mellett az édességekre is ki kell terjednie.

Az ország egyetlen vegetáriánus bonbonkészítő műhelye

A CsokiMa Cokoládé Manufaktúra táplálkozási szakértő bevonásával készíti bonbonjait, hogy azok ideális arányban tartalmazzák a tápanyago-kat.

Összetételüknek köszönhetően a szervezet számára a legjobb módon hasznosulnak a bennük lévő vitaminok, ezáltal funkcionális élel-miszernek számítanak.

A belső értékek mellett nagy hang-súlyt kapnak a különleges ízek: a prémium keserű- és fehér csokoládé tejszínnel, gyümölcscsel töltve. Indiai ízei jelennek meg a kardamomos, gyömbéres, chilis, mentás bonbonokban.

Kézműves bonbonjaink több mint 60féle egzotikus töltelékkel készül-nek. Ilyenkor tavasszal a legnép-szerűbb a homoktövis, mert magas C vitamin tartalmú, gyógyhatású és immunerősítő.

Rendeljen most bonbot, mert a homoktövis krémesből ingyenes kóstolót küldünk!

www.csokima.eu/homoktovis



atma
CENTER

A jóga életmód otthon

ÁTMA CENTER,
Budapest, Üllői út 6.
(OMV benzinkút mellett)
Telefon: 06 (1) 266 22 58
Nyitva: H-P: 12.00-20.00
Sz: 12.00-17.00 óráig

www.atmacenter.hu

Vegetáriánus Étterem és Teázó az Átma Centerben

- Indiai ételkülönlegességek
- Saláták, Sütemények
- Pizza, Szendvicsek
- Sós csemegék
- Teák, Forró csokik
- Helyben készült italok
- Többféle menü, akár elvitelre is



Ez a kupon egyszeri,
20%-os kedvezményre jogosít
2011. május 31-ig.



20%
kedvezmény



ÖNMEGVALÓSÍTÁS BUDAPEST SZÍVÉBEN

Az önmegvalósítás tudománya címmel programsorozat indul március első hetétől, Budapest belvárosában. A védikus irodalom személyiségfejlesztéssel, jógával, és lélekvándorlással kapcsolatos tanításaira alapozott előadások, illetve „beszélgető estek” önmagunk jobb megismerésének és a transzcendentális önmegvalósítás módszereinek rejtelmeit boncolgatják. A rendezvénysorozat különleges lehetőséget jelenthet mindenki számára, aki szeretne e témában elmélyülni, s úgy érzi, hogy az anyagi élet problémáinak megoldása

– a hétköznapi törekvéseken túl – a lelki dimenziók felkutatása és megértése által lehetséges.

Az előadásokat közös zenés mantra-énekklés előzi meg, és vegetáriánus ételköltő színesíti. A találkozók hétfőn a Gangesz Étteremben, kedden a Govinda Étteremben 18.00-20:00-ig zajlanak.

Téged is szeretettel várunk!

Részletes információ:

Szabó Sándor (Ánanda Vrindávana Dász)
(30) 663-1412 vagy vrindavan.srs@gmail.com



Bio-Életmód Tanácsadó Iroda és Webáruház

- Vegetáriánus, vegán, gluténmentes, káros adaléktól mentes élelmiszerek
- Ayurvedikus és organikus étrend-kiegészítők
- GEFRO német vegetáriánus gyorsételek kereskedelmi képviselője
- Vegetáriánus és bio-natúr kozmetikumok forgalmazása

www.bioeletmod.info



„Biotündér” holisztikus egészségvédő szolgáltatások

- Biorezonanciás stressz-mérés és egészségprofil-készítés
- Higany- és nehézfém-kivezetési és méregtelenítési tanácsadás
- Aromaterápiás wellness kezelések, stressz-mentesítés
- Magnevit tűszúrás nélküli akupunktúra

www.biotunder.info

„Egy gramm elővigyázat többet ér, mint egy mázsa gyógyszer.”

Belejtkezés, információ a Bio-Életmód Iroda és a Biotündér szolgáltatásaira:
Telefon: +36 (30) 907-0014, e-mail: biogyogytas@biogyogytas.hu

108.hu

– a minőségi életmód magazinja



Havonta megjelenő, **ingyenes** magazinunk
24 színes oldalon, tele izgalmas cikkelkel,
PDF formátumban érkezik meg hozzád e-mailben.

- ✓ **Egyszerű, de könnyű tippek a teljesebb életedhez**
- ✓ **Segíti a testi és lelki feltöltődésed**
- ✓ **Mindez környezetbarát módon, papír nélkül a gépeden**

Ha szeretnél
havonta
friss híreket,
információkat
kapni arról,
hogyan élhetsz
minőségi életet,
iratkozz fel
a **108.hu** oldalon

SZEKÉRKARNEVÁL A FŐVÁROSBAN

A júliusi budapesti forró nyár tradicionális eseménye a Szekérkarnevál.

Az eredetileg Indiából származó ünnepi körmenet évtizedek óta a világ számos nagyvárosában megrendezésre kerül. Az Úr Dzsagannátha, az Univerzum Ura testvérei társaságában évente egyszer kijön a templomból, és egy indiai templomra emlékeztető szekéren, egzotikus táncosok és hagyományos hangszereken játszó zenészek kíséretében végigvonul a városon.

A Szekérkarnevál fénypontja a Vörösmarty térré való megérkezés, ahol egész napos kirakodóvásár, izgalmas programok és vegetáriánus ínycsiklések várják az odaérkezőket. Úgy tartják, bárki, aki részt vesz a szekér húzásában, nagy áldásban részesül, s még ebben az életében elérheti a boldogságot. A fesztivál idén is megrendezésre kerül. Budapest egyik legszínesebb tradicionális karneváljához folyamatosan lehet csatlakozni!

Azok, akik követnék a hagyományokat, virágszirmokkal, gyümölcsökkel lephetik meg a szekéren utazó Urat.

A fesztivál tervezett időpontja 2011. július 10. A Szekérkarnevált megelőző csütörtökön, július 07-én exkluzív szponzori vacsorát rendezünk, amelyre ezúton is invitáljuk Önöket. A részvétellel kapcsolatos további információ és jegyrendelés: Dharmista Dévi Dászi (Fábián Dóra), 30/277-3988, dharmistadd@gmail.com.

További információ: Tel: (1) 391-0435, (30) 289-5981
www.krisna.hu





A TERMÉSZET SZERET TÉGED

A KLIM Cosmetic a bőrgyógyászati kutatások legújabb eredményeinek figyelembevételével olyan termékeket kínál Neked, melyek szépségedet természetes és egészséges úton ápolják.



Új színek a természetes szépségápolásban!

Termékeink összetevőit gondosan válogattuk össze. Tusfürdőinkből és samponjainkból kihagytuk az egészségre káros Sódium Laureth Sulfátot. Hamarosan piacra kerülő krémeinkben is csak természetes olajok kerülnek felhasználásra és gyártásuk során tartósítószerket nem használunk.

Termékeinket keresd az Auchan áruházakban és a bioboltokban, vagy rendeld meg a 06 (30) 411-2811-es telefonszámon.



klim[®]
cosmetic

by Yamuna

A VEGAfutár minden nap a legjobb minőségű vegetáriánus finomságokat szállítja hához Önnek. Ételeink változatosak, táplálóak, ínycsiklandozóak és egészségesek.

Folyamatosan megújuló kínálatunkból mindenki kedvére válogathat, akár különlegességekre, akár egészséges ételekre, akár csak egy egyszerű, ám izletes ebédre vágyik. A világ minden tájáról származó több ezernyi recept, valamint megrendelőink folyamatos visszajelzései segítségével hétről hétre jóízű egészséget teszünk asztalára.



06 (30) 758 4008

www.vegafutar.hu

KRISNA-VÖLGYI BÚCSÚ

2011. július 22–24.

A Búcsú az európai kultúrkör egyik legszebb hagyománya. Olyan esemény, amelyből nem hiányozhat sem a vallási színezet, sem a fesztiválok, vagy az igazi vásári hangulat sem. A nyári napokon minden íz, zamat és illat összegyűlik körülöttünk, ez a jókedv, az ünneplés ideje. Aki ellátogat a somogyvámosi Krisna-völgybe, a Búcsú három napján, megpihenhet, feltöltődhet és élményekkel is gazdagodhat. Nem csak a csodálatos völgy kínál számtalan kiránduló programot, hanem egy egész kalandpark várja az érdeklődőket. Kézműves mesterségek, vásári hagyományok, portékák, kisvasút. A forgatagban megkóstolhatjuk a legfinomabb indiai vegetáriánus ételeket, de a hazai hagyományokba is bepillantathatunk, szabad tűzön készíthetünk kenyérféléket, gabonaételeket. Ellátogathatunk a tehenészetbe, a gyógynövényes biokertészetbe, megismerhetjük az ökológiai gazdálkodás alapjait és a vegyszermentes életvitel lehetőségeit. Azoknak, akik a természet állapotán túl önnön egészségüknek is áldoznának, nem csak egy séta tehet jót a lankák között,



hanem a gyógyászatba és ájurvédikus prevencióba is bepillanthatnak. A természetes gyógymódok közül a méhészeti remekekkel dolgozó apiterápia lehet leginkább segítségükre. A táj nevezetességei mellett a színpad is egész napos látnivalókkal kecsegtet. A zenés-táncos műsorok koronája évről évre a védikus, tradicionális esküvő. Az előadások és gyermekszíndarabok a legkisebbeket is lekötik, akik a nap során bocit simogathatnak, játszhatnak a játszótéren, és a kézműves foglalkozásokba is bekapcsolódhatnak. A Krisna-völgyi Búcsú családi hétvége, füst és alkoholmentes program, így minden korosztálynak, karonülőtől a nyugdíjasokig, egyaránt ajánlható.

Kedvezményes jegyelővétel, részletek, információk a Búcsú honlapján!

www.bucsu.krisnavolgy.hu



DÍVALI, A FÉNY ÜNNEPE

A védikus tradíció szerint az év legkedvezőbb hónapja a Kárttika (november-december). A hagyomány szerint, ilyenkor minden lemondás ezerszeres erővel bír. A hívek minden este összegyűlnek a templomban és az Úr egy különleges, kisgyermekkori formájának ajánlanak lámpásokat. Kárttika csúcspontja Dípávali, a Fény Ünnepe. Ezen a napon az Úr Rámacsandra hazatérésére emlékeznek, akinek 14 esztendőös száműzetését követően, mécsesfüzerek hosszú sorával világították ki a hazavezető utat.

Indiában ma is mécsesek millióit gyűjtják Díválin, falvakat és városokat összekötve, hogy a Fény, maga Isten járását övezzék. Ám a hívők jól tudják, hogy e szép rítussal saját maguk útját világítják meg a hit ösvényén, az Istenhez vezető járason. A néphagyományban ez a szerencse ideje is. Az emberek lámpással igyekeznek a jószerencsét is becsalogatni otthonukba.

Díválit idén is az Iparművészeti Múze-

umban ünnepeltük, amely indiai építészeti stílusával hangulatos estét teremtett.

Az esten erről megemlékezett Öexcelenciája Gauri Shankar Gupta, az Indiai Köztársaság Magyarországi Nagykövete is, aki mint elmondta, otthon érzi magát e közegben. Felszólalt még Dr. Fedor Tibor, az Egyházi Kapcsolatok Titkárság helyettes vezetője, és Duscza Ferenc református lelkész, aki Steinbach József református Püspök Úr újévi jókívánásait tolmácsolta az egybegyűlteknél. Az ünneplőket végeztél Sríla Sivaráma Szvámí Mahárádzsa köszöntötte egy tanítással. Ezt komolyzenei műsor követte, majd vegetáriánus lakoma várta a vendégeket. A Díváli este idén is nagy szeretettel várjuk!

További információ és jegyrendelés:
Dharmista Dévi Dászi (Fábián Dóra),
30/277-3988, dharmistadd@gmail.com
www.divali.hu

ESEMÉNYNAPTÁR

Programjainkon Önt is szeretettel várjuk!

Programok Budapesten:

- | | |
|---------------------|-------------------------------|
| 2011. március 20. | Gaura-purnima fesztivál |
| 2011. július 07. | Rátha Yátra szponzori vacsora |
| 2011. július 10. | Rátha Yátra - Szekérkarnevál |
| 2011. augusztus 14. | Balaráma fesztivál |
| 2011. október 26. | Dívali, a fény ünnepe |

Programok Krisna-völgyben:

- | | |
|---------------------|-----------------------------------|
| 2011. július 22-24. | Krisna-völgyi Búcsú |
| 2011. augusztus 22. | Janmashami, Krisna születésnapja |
| 2011. október 6-8, | Öko-völgy konferencia |
| 2011. október 29. | Govardhana-puja, a tehének ünnepe |

A rendezvényekről további információ

Fábián Dóra (Dharmista Dévi Dászi): dharmistadd@gmail.com,

Krisna-völgy: (30) 641-2309, info@krisnavolgy.hu,

Budapesti Templom: (1) 212-6270, info@krisna.hu

Öko-völgy Alapítvány: info@okovolgy.hu.

A krisna-völgyi programokra esetenként buszt indítunk.

A programok időpontja módosulhat, ezért az esetleges változásokról kérjük, érdeklőjön a fenti elérhetőségeken.

Kövess minket és programjainkat a Facebookon! krisna.hu/fb





Ájurvédikus Natúr parfümök és Kozmetikumok



Arany & Sáfrány arcápolás

- elhalványítja a fáradtság nyomainak
- eltünteti az apróbb bőrhibákat
- extra gyors eredménnyel megszépít

Mini kiszerelésben is kapható!



Illat allergia nélkül!

- aromaterápiás hatás
- rendkívül bőrbarát a jojoba olajnak köszönhetően



www.goloka.hu

Webáruházás megrendeléskor írja a fenti kódot a „Diszkont kód” mezőbe. Beváltható: 2011. december 31.

Egyszeri
-10 %-os kupon kód:

Krs2011

Beváltható
a webáruházban

GOVINDA ÉTTEREM

A Govinda Étterem Magyarországon már 15 éve működik. Kínálatunk között a hagyományos indiai ízek mellett megtalálhatóak a magyaros, valamint európai fogások is. A sós csemegék, saláták, házi készítésű italaink, valamint különleges édességeink között a vegán, illetve gluténmentesen táplálkozó vendégeink is kedvükre válogathatnak. Nagy hangsúlyt fektetünk arra, hogy a legiválóbbs minőségű alapanyagokkal dolgozzunk.

Az immáron egy éve működő Vega Sarokban a Krisna-hívők körében méltán híres Tulasi Dász főztjét kóstolhatják meg a kedves vendégek. Az idei évtől torta-, és édességrendelésre is lehetőség nyílik.

A Govinda Étteremmel amellet, hogy betekintést nyújtanak a Krisna-hívők életmódjába, szokásaiba, elsősorban a vegetáriánus életmódot hivatottak elősegíteni.

GOVINDA ÉTTEREM

1051 Budapest, Vígázó Ferenc utca 4.

Tel: (1) 302-2284

Facebook – Govinda étterem

GOVINDA VEGA SAROK

1053 Budapest, Papnövelde utca 1.

Tel: (1) 267-7631

Facebook – Vega sarok

www.govinda.hu



AJÁNDÉK OLVASÓINKNAK!

Vágd le az oldal sarkát, s a kupon felmutatásával éttermeinkben 10% kedvezményt adunk délután 4 és este 9 óra között.

10%
kedvezmény

LEGYEN 1%-KAL BOLDOGABB A VILÁG!



TECHNIKAI SZÁMUNK:

0389

ÖNZETLENÜL, TERMÉSZETESEN ÉS ERŐSZAK NÉLKÜL,
KÖRNYEZETTUDATOS SZEMÉLETNEK MEGFELELŐEN ÉLNI JOBB.
KÉRJÜK, ADÓJA EGYHÁZAKNAK ADHATÓ 1%-ÁVAL
IDÉN IS TÁMOGASSA TÖREKVÉSEINKET!



Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közössége