Harā ambalo hutamukwa hare husaidia anaye yaita maijina haya ili apate neema ya Mungu baba. Na Mungu humuonekania anayeita majina haya katika kweli na roho.

Hakuna njia nyingine yenye uwezo wa kuitambua nafsi, na Mungu ambaye ni roho katika kizazi hiki cha magombano, shida na kutomcha Mungu kama kuimba kwa: Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare/ Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare.

Kwa habari zaidi tafadhali tembelea kituo cha Hare Krishna kilichoko karibu nawe au nenda kwa www.krishna.com.

The Bhaktivedanta Book Trust
Africa

Founder-*Ācārya:*
His Divine Grace
A.C. Bhaktivedanta Swami
Prabhupāda

pamphlets@bbtafrica.co.za

BBT Africa Pamphlets

www.bbtafrica.co.za

KiSwahili
Original Title: On Chanting
Hare Krishna

© 1971 The Bhaktivedanta Book Trust International, Inc. All rights reserved. 2013

Kwa Kuimba Hare Krishna

Mwenye neema
A.C. Bhaktivedanta Swami
Prabhupāda

Mwaanzilishi International Society
for Krishna Consciousness

Mfuatano wa sauti wenye asili ya kiroho unaoshababishwa na kuimba au kuita Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare/ Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare. Ni njia mwafaka ya kurejelea fahamu zetu za kiroho. Kama watu wa kiroho, toka mwanzo tunao ufahamu wa Krishna au Mungu. Lakini kwa sababu ya kutambulika na ulimwengu huu, fikira zetu zimechafuliwa na uhusiano wetu na ulimwengu huu wa dhambi.

Ulimwengu huu tunaoishi unaitwa *māyā*, au usio wa kweli na usiodumu milele. Māyā humaanisha lisilodumu milele kama vile katika ndoto. Na hali hii ya kutodumu milele inadhihirishwa na jitihada zetu za kujiwekeza hazina ulimwenguni na kujaribu kusimamia yote yalioko ili hali tuko chini ya sheria ngumu zinazo simamia na kuelekeza ulimwengu huu.

Wakati muajiliwa anajaribu kujifanya kuwa au kumuiga muajili wake inasemekana kuwa yuko chini ya ubumbavu usiodumu. Vilevile sisi binadamu tunajaribu kujifurahisha na kutumia vibaya hazina za ulimwengu huu, lakini kila kunapo kucha tunajipata mashakani na mengi tusioyaweza kuyatatua. Kwa hivyo, hata kama tunajaribu kuyashida na kutatua magumu yote ya ulimwengu huu, ni wasi kwamba tuko chini ya sheria za uumbaji huu. Vita hivi juu ya sheria na matatizo ya ulimwengu huu unaweza kutatulliwa mara tu tutakapo rejesha fahamu zetu kwa Krishna, Mungu.

Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare ni njia ya kipekee ya kuzirejesha fahamu zetu za kiroho tunapoliimba au kuliita. Kwa kuimba majina haya tunaweza kutakaza ubaya, dhambi na kutobahatika kwa kila aina kutoka rohoni mwetu. Na chanzo cha shida hizi zote ni fahamu duni za kujitambua kama mwenye vyote ulivyo navyo au unavyovitazama.

Ufahamu huu wa Krishna, Mungu kwenye akili si jambo jipya katika akili zetu bali ni nguvu au fahamu zilizoko kwa kila mwanadamu tokea mwanzo wa maisha yake. Tunapo sikia sauti hii, kiroho, akili zetu hurejelea ufahamu huu. Njia hii rahisi mno imebainika kuwa na uwezo mkubwa katika kizazi hiki. Pia unaweza kujaribu na kugundua mwenyewe kuwa, kwa kuimba hii mahā-mantra, Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare/ Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare au sauti ya ukombozi una weza kuhisi mvumo wa kiroho ukitokana na uwepo wa roho.

Katika maisha yak iulimwengu, mara kwa nyingine tumejishughulisha na jinsia tofauti za kufurahisha miili hii kwa njia moja au nyingine kana kwamba tuko ki-

wango kimoja na wanyama. Wengine huchukua hatua ya kuliwaza akili na fahamu ili wapate kuepuka shida za kidunia, zaidi ya hawa kuna wale huchukua hatua ya kuwaza na kuwazua hadi pale watakapo pata jawabu, lakini zaidi ya haya yote mwerefu hujaribu kuelewa chanzo cha vitu vyote ndani hata na inje.

Lakini mtu anapokuwa na fahamu za kiroho zipitazo aina hizi zote, akili, uerefu na mwili yuko katika roho. Na kwa vile mfuatano wa sauti hii Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna ni sauti ya kiroho hivo basi imepita aina zote za fahamu kama vile, za kimwili, akili na hata hisia. Kwa hivo basi hamna haja ya kujaribu kuielewa lugha ya mantra hii, wala kuwaza au kupekua wa akili ili kuiimba. Sauti hii ni ya kiroho na mtu yeyote anaweza kuiimba bila kuhitimu kwa aina yeyote. Lakini katika kiwango cha juu haipaswi mtu kutenda kosa kwa baada ya kuelewa roho.

Katika mwanzo wa kuimba mantra hii, huenda mtu asishuhudie jibuko za kiroho ambazo ni saba kwa jumla: (1) kupotea kwa sauti kana kwamba mtu ni bubu, (2) kutokwa na jasho, (3) kusimama kwa nywele mwilini, (4) kubadilika kwa sauti, (5) kutingizika kwa mwili, (6) kutokwa na machozi, na (7) kuzama katika uwepo wa roho, (8) *trance*. Hata hivo kuimba kwa mantra hii Hare Krishna, Hare Krishna, humpeleka mtu katika ufahamu wa kiroho na thibitisho la hili huonekana pale mtu anapojihisi kucheza na kuimba mantra hii. Hili limeonekana wazi, maana, hata motto anaweza kuimba na kucheza na mantra hii.

Mtu ambaye amezama katika anasa na raha za dunia hii huchukua mda kabla ya haya yote kudhihirika, lakini hata hivyo, mtu huyo akiendelea kuimba hupaa kwa haraka mno hadi upeo wa kiroho. Wakati mantra

hii inaimbwa na mufuasi kamili wa Hare Krishna, mantra hii huwa na fahida kuu kwa wale wasikilizao. Kuimba huku kwa Hare Krishna kunafaa kusikilizwa kunapoimbwa na mfuasi wa Hare Krishna ndiposa fahida za kusikiliza zikusudiwe. Kuimba kwa mtu ambaye si mfuasi wa hare Krishna hakufai kusiklizwa sawa na vile, maziwa yalio guzwa au lambwa na joka yana sumu.

Jina *Harā*, ni njia ya kuziita nguvu za Mungu. Majina *Krishna* na *Rāma* ni njia ya kumuita Mungu. Majina Krishna na Rāma humaanisha raha au upendo mkuu. Jina Harā ni nguvu kuu za Mungu, na linapotajwa huitwa *Hare*. Nguvu hizi kuu za Mungu na za upendo hutusaidia kumfikia Mungu. Nguvu za uumbaji wa ulimwengu huu huitwa maya, pia ni mojawapo ya baadhi ya nguvu za mungu ambazo hazina mwisho. Sisi binadamu pamoja na wanyama wote pia ni kazi ya nguvu za Mungu.

Wakati nguvu kuu za Mungu za kirroho zinapokutana na nguvu za maumbile ya kiulimwengu huwa haziendi pamoja maana binadamu mara nyingi hupuuza uwepo wa Mungu na kufuata njia zake mwenyewe. Lakini wakati nguvu ndogo za mwanadamu zinanapo kutana na nguvu kuu za Mungu Harā au Hare, mwanadamu hurejelea fahamu zake za kiroho, huwa na furaha na amani isiyo na kipimo.

Majina haya matatu *Hare*, *Krishna* pamoja na *Rāma* ni mbegu za kiroho za hii mahā-mantra, Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare/ Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare. Kuimba huku ni kuita kwa kiroho kwa Mungu ili atupe roho zetu ulinzi wa kipee. Kuimba hhuku ni kama kulia kwa kweli kwa motto aliapo kwa ajili ya mamaye. Mama