

## Spis Treści

|                                                               |            |
|---------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Wprowadzenie.....</b>                                      | <b>4</b>   |
| <b>Biografia Najwyższej Mistrzyni Ching Hai.....</b>          | <b>8</b>   |
| <b>Tajemnica spoza tego świata.....</b>                       | <b>11</b>  |
| <i>Wykład wygłoszony przez Najwyższą Mistrzynię Ching Hai</i> |            |
| <i>26 czerwca 1992r. w siedzibie ONZ w Nowym Jorku, USA</i>   |            |
| <b>Inicjacja: Metoda Quan Yin.....</b>                        | <b>54</b>  |
| <b>Pięć Zasad.....</b>                                        | <b>56</b>  |
| <b>Korzyści z diety wegańskiej.....</b>                       | <b>58</b>  |
| Zdrowie i odżywianie.....                                     | 59         |
| Zagrożenie dla środowiska naturalnego.....                    | 63         |
| Problem głodu na świecie.....                                 | 64         |
| Cierpienie zwierząt.....                                      | 64         |
| W towarzystwie ludzi wybitnych i świętych.....                | 65         |
| Mistrzyni odpowiada na pytania.....                           | 68         |
| <b>Weganizm:</b>                                              |            |
| <b>Najlepsze rozwiązanie globalnego kryzysu wody.....</b>     | <b>79</b>  |
| <b>Dobre wieści dla wegan.....</b>                            | <b>81</b>  |
| <b>Lista wegańskich restauracji .....</b>                     | <b>82</b>  |
| <b>Publikacje.....</b>                                        | <b>104</b> |
| <b>Jak się z nami skontaktować.....</b>                       | <b>112</b> |

Książeczka Przykładowa dostępna jest bezpłatnie do pobrania

(w ponad 80 językach) ze stron:

<http://sb.godsdirectcontact.net/> (Formoza)

<http://www.Godsdirectcontact.org/sample/> (USA)

<http://www.direkter-kontakt-mit-gott.org/download/index.htm> (Austria)

<http://www.Godsdirectcontact.us/com/sb/>

### Notka

Najwyższa Mistrzyni Ching Hai uczy, aby mówiąc o Bogu, nie określać płci Boga, unikając sporów na temat tego, czy Bóg jest płci żeńskiej czy męskiej. I tak w języku angielskim powstały nowe słowa:

She + He = Hes (as in Blessing)

Her + Him = Hirm (as in Firm)

Hers + His = Hiers (as in Dear)

Example: When God wants, Hes makes things happen according to Hiers will to suit Hirmself.

W języku polskim używamy:

Ona + On = On/a

Jako twórca artystycznych projektów, a zarazem duchowy nauczyciel, Najwyższa Mistrzyni Ching Hai docenia najróżniejsze przejawy wewnętrznego piękna. Dlatego Wietnam określa mianem Au Lak, a Tajwan nazywa Formozą.

Au Lak to starodawna nazwa Wietnamu i znaczy „szczęście”. Nazwa Formoza lepiej określa piękno wyspy i jej mieszkańców. Według Mistrzyni używanie tych nazw przynosi tym krajom i ich ludności duchowe wyniesienie i dobry los.

**N**ie należę ani do buddyzmu, ani do katolicyzmu. Należę do Prawdy i nauczam Prawdy... Możecie nazywać to buddyzmem, katolicyzmem, taoizmem lub jak tylko chcecie... Zaakceptuję wszystko.

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

**O**siągając wewnętrzny spokój, osiągniemy całą resztę. Pełna satysfakcja, spełnienie wszystkich ziemskich i niebiańskich pragnień przychodzi z Królestwa Bożego - wewnętrznego urzeczywistnienia naszej wiecznej harmonii, naszej wiecznej mądrości i naszej wszechmocy. Jeśli tego nie osiągniemy, nigdy nie będziemy usatysfakcjonowani, nieważne, ile mamy pieniędzy, jaką posiadamy władzę czy jak wysoką zajmujemy pozycję.

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

**U**czymy, że jeśli macie cokolwiek zrobić na tym świecie, zróbcie to, zróbcie to całym swoim sercem. Bądźcie odpowiedzialni, a także medytujcie codziennie. Zdobędziecie więcej wiedzy, więcej mądrości, więcej spokoju, po to, by służyć sobie i służyć światu. Nie zapominajcie, że macie w sobie swoją własną dobroć. Nie zapominajcie, że Bóg mieszka w waszym ciele. Nie zapominajcie, że w swoim sercu macie Buddę.

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

## Wprowadzenie

Od wieków przychodzą na nasz świat istoty z misją pomagania ludzkości w jej rozwoju duchowym. Ci Nauczyciele Duchowi oferują oświecenie tym, którzy wierzą w ich moc. Do nich należeli między innymi Jezus Chrystus, Budda Siakjamuni i Mahomet. Oprócz mistrzów dobrze znanych, było wielu, o których nie wiemy, bo albo mieli niewielu uczniów, albo nie nauczali jawnie. Nazywano ich różnie, zależnie od czasu i miejsca w którym się pojawili: Mistrz, Awatar, Oświecony, Zbawiciel, Mesjasz, święta Matka, Połaniec, Guru, Święty. Również to, o czym nauczali, miało różne nazwy: Oświecenie, Zbawienie, Urzeczywistnienie, Wyzwolenie czy Przebudzenie.

Goście z Boskiego źródła obdarzeni wielką duchową siłą, wysoką etyką oraz zdolnością podnoszenia ludzkości na wyższy poziom duchowy, przebywają wśród nas także obecnie, lecz niewielu potrafi rozpoznać ich wielkość.

Należy do nich Najwyższa Mistrzyni Ching Hai. Mało prawdopodobne jest, żeby na dużą skalę uznano Ją za żyjącą świętą, bowiem wielu buddystów, a także wyznawców innych religii, uważa, że kobieta nie może zostać Buddą czy Chrystusem. Również Jej orientalne pochodzenie koliduje z oczekiwaniami ludzi Zachodu, którzy uważają, że Zbawiciel powinien wyglądać tak samo jak oni. Jednak ci, którzy Ją poznali i zrozumieli Jej nauki oraz to, kim jest, a są to ludzie z różnych krajów świata, wywodzący się z różnych tradycji religijnych i środowisk, uznali Ją za swego Duchowego Przewodnika. Aby rozpoznać Jej wielkość, należy mieć otwarty umysł i szczere serce. Wymaga to również czasu i koncentracji.

Ludzie spędzają swoje życie przeważnie na zarabianiu pieniędzy. Troszczą się przede wszystkim o sprawy materialne, koncentrując się na tym, jak

uprzyjemnić życie sobie i osobom, które kochają. Wolny czas poświęcają zazwyczaj polityce, uprawianiu sportu, oglądaniu TV, czytaniu gazet i plotkom. Ci, którzy poznali miłą Moc poprzez doświadczenie obecności Boga, wiedzą, że nie tylko to jest ważne w życiu. To smutne, że ta droga do poznania Boga znana jest tylko nielicznym. Lekarstwo na wszystkie problemy życiowe jest już w nas i oczekuje w ciszy na przebudzenie. My wiemy, że Niebo znajduje się bardzo blisko. Wybaczcie nam, jeśli wyrażamy się zbyt entuzjastycznie i mówimy o sprawach, których mogą nie zaakceptować wasze racjonalne umysły. Nie możemy jednak milczeć po tym, czego doświadczyliśmy i poznawszy to, co poznaliśmy.

My, którzy uważamy się za uczniów Najwyższej Mistrzyni Ching Hai, prezentujemy wam tę książeczkę z nadzieją, że pomoże wam ona lepiej zrozumieć wewnętrzne doświadczenia poznania Boga, bez znaczenia, czy nastąpi to za sprawą Mistrzyni Ching Hai, czy kogoś innego.

Mistrzyni Ching Hai zawsze podkreśla, jak bardzo ważne dla naszego rozwoju duchowego jest praktykowanie medytacji. Naucza, że jeśli chcemy osiągnąć w tym życiu szczęście, musimy najpierw odkryć w sobie obecność Boga. Według Niej oświecenie nie jest czymś trudno osiągalnym, co zdobyć można jedynie poprzez ucieczkę w jakieś odludne miejsce, daleko od społeczeństwa. Mistrzynie pomagają obudzić w nas obecność Boga i nie musimy przy tym wcale zmieniać stylu naszego życia.

Oto fragment Jej wypowiedzi: *To jest tak: wszyscy znamy Prawdę, tylko po prostu zapomnieliśmy o niej. Więc czasami ktoś musi przyjść tutaj i przypomnieć nam o celu naszego życia, o tym dlaczego musimy znaleźć Prawdę, dlaczego musimy praktykować medytację i dlaczego powinniśmy wierzyć w Boga czy Buddę, lub kogokolwiek, kogo uważamy za Najwyższą Moc we Wszechświecie.* Mistrzynie nie prosi nikogo, żeby został Jej wyznawcą. Stawia jedynie za przykład Swoje Doskonałe Oświecenie, żeby przekonać innych, że też mogą osiągnąć pełne wyzwolenie.

Niniejsza książeczka jest wprowadzeniem do nauk Najwyższej Mistrzyni Ching Hai. Prosimy wziąć pod uwagę, że zamieszczone w niej wykłady, komentarze i cytaty autorstwa Mistrzyni pochodzą z wypowiedzi na żywo. Były one nagrywane, przepisywane, tłumaczone z innych języków i dopiero opracowane do opublikowania. Według nas najlepiej jest oglądać wykłady

na kasetach video lub słuchać ich z kaset magnetofonowych. Video umożliwia bliższy kontakt z energią Mistrzyni i głębsze doświadczenie Jej obecności niż słowo pisane. Oczywiście osobiste spotkanie z Mistrzynią jest niepowtarzalnym przeżyciem.

Dla jednych Mistrzyni Ching Hai jest Matką, dla innych Ukochaną. Lecz tak naprawdę jest Ona najlepszym przyjacielem, jakiego moglibyście spotkać na tym świecie. Przybyła tutaj tylko po to, by dawać, nie biorąc w zamian niczego. Za swoje nauki, udzielanie inicjacji i pomoc nie pobiera żadnych opłat. Jedynie, co od was może wziąć to wasz smutek, cierpienie i ból. I to tylko wtedy, gdy sami sobie tego zażyczycie.

**M**istrz jest kimś, kto ma klucz, który sprawi, że ty sam/a staniesz się Mistrzem... kimś, kto pomoże ci zrozumieć, że ty także jesteś Mistrzem, i że ty i Bóg również jesteście Jednym. To wszystko. To jest jedyną rolę Mistrza.

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

**N**asza ścieżka nie jest religią. Nie nawracam nikogo na katolicyzm czy buddyzm albo jakiś inny „izm”. Po prostu oferuję wam możliwość poznania samych siebie, żebyście dowiedzieli się, skąd pochodzicie, żebyście przypomnieli sobie o swojej misji tutaj na Ziemi, żebyście odkryli tajemnice wszechświata, żebyście zrozumieli, dlaczego istnieje tyle nieszczęścia, i żebyście dowiedzieli się, co was czeka po śmierci.

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

**J**esteśmy oddzieleni od Boga, ponieważ jesteśmy zbyt zajęci. Jeśli ktoś do was mówi i telefon cały czas dzwoni, ale wy jesteście zbyt zajęci gotowaniem czy plotkowaniem, wtedy nikt nie może się z wami skontaktować. Tak samo jest z Bogiem. On/a dzwoni codziennie, a my nie mamy dla Niego/Niej czasu i ciągle odkładamy słuchawkę.”

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

## Biografia Najwyższej Mistrzyni Ching Hai

Mistrzyni Ching Hai urodziła się w Au Lak w zamożnej rodzinie katolickiej. Jej ojciec był znanym lekarzem naturopatą. Z buddyzmem zapoznała się dzięki swojej babci. Już w dzieciństwie interesowała się tematyką religijną i filozofią i przejawiała głębokie współczucie wobec wszystkich żyjących istot.

W wieku lat 18 wyjechała na studia do Anglii, potem kolejno do Francji i Niemiec, gdzie podjęła pracę w Organizacji Czerwonego Krzyża. Tam też spotkała swojego przyszłego męża, niemieckiego naukowca. Po dwóch latach małżeństwa, za jego zgodą porzuciła świeckie życie, by poświęcić się poszukiwaniu oświecenia, realizując tym samym pragnienie swego dzieciństwa. Aby osiągnąć ten cel praktykowała różne techniki medytacyjne pod duchowym przewodnictwem wielu Mistrzów i Nauczycieli. Zawsze towarzyszyła Jej świadomość, że ulżyć innym istotom w cierpieniu może jedynie osoba doskonale oświecona. W poszukiwaniu pełnej samorealizacji podróżowała po wielu krajach.

Po latach trudów, prób i sprawdzianów, podczas pobytu w Himalajach, Mistrzyni otrzymała Najwyższy Duchowy Przekaz i zaczęła praktykować Metodę Quan Yin. W głębokiej medytacji w pełnym odosobnieniu osiągnęła najwyższe oświecenie. Nie zmieniła jednak trybu życia skromnej buddyjskiej mniszki. Z natury nieśmiała nigdy nie próbowała nauczać, dopiero na skutek uporczywych próśb o inicjację przewodnictwo duchowe

zaczęła otwarcie wyklądać swe nauki. Pierwsi uczniowie z Formozy i USA zorganizowali serię wykładów na całym świecie, podczas których Mistrzyni Ching Hai zainicjowała dziesiątki tysięcy nowych uczniów.

Obecnie szybko rośnie liczba uczniów i wyznawców na całym świecie. Wywodzą się oni z różnych tradycji religijnych. Przychodzą do Mistrzyni w poszukiwaniu Najwyższej Mądrości - inicjacji w metodę prowadzącą do osiągnięcia natychmiastowego oświecenia, w Metodę Quan Yin - oraz Jej duchowego przewodnictwa.

*Świat jest pełen kłopotów.  
Jedynie ja jestem pełna Ciebie!  
Jeśli umieszczono by Ciebie w tym świecie,  
wszystkie kłopoty by zniknęły.  
Ale że świat jest pełen kłopotów,  
nie mogę w nim znaleźć miejsca dla Ciebie!*

*Sprzedałabym wszystkie słońca, księżycy i gwiazdy wszechświata,  
by kupić chociaż jedno z Twoich pięknych spojrzeń.  
O, Mistrzyni Nieskończonej Jasności!  
Bądź tak łaskawa i ześlij kilka promyków w to moje stęsknione Serce.*

*Ludzie tego świata nocą wychodzą by śpiewać i tańczyć,  
przy ziemskim świetle i ziemskiej muzyce.  
Tylko ja jedna siedzę w transie,  
kołysząc się w wewnętrznym Blasku i Melodii.*

*Odkąd poznałam Twoją chwałę, O, Panie!  
Nic nie potrafię kochać w tym świecie.  
Obejmij mnie Swoją Miłąjącą Łaską  
Na zawsze!  
Amen*

*Z tomu wierszy „Ciche Łzy”  
Najwyższej Mistrzyni Ching Hai*



## Tajemnica spoza tego świata

*Wykład wygłoszony przez Najwyższą Mistrzynię Ching Hai  
26 czerwca 1992r. w siedzibie ONZ w Nowym Jorku, USA  
(DVD#260)*

**W**itam w ONZ. Proszę, pomódlmy się przez chwilę razem, tak jak potrafimy, aby wyrazić naszą wdzięczność za to, co mamy, co nam dano, z nadzieją, że tym, którym nie wystarcza, zostanie dane tak samo, jak nam zostało dane. Pomódlmy się też, żeby uchodźcy na całym świecie, ofiary wojen, żołnierze oraz przywódcy rządowi, i oczywiście przywódcy ONZ, osiągnęli to, czego pragną, i żebyśmy wszyscy żyli w pokoju. Musimy wierzyć, że to, o co prosimy, zostanie nam dane, ponieważ tak jest powiedziane w Biblii. Dziękuję!

Dawno już tutaj nie byłam. Czy ktoś z obecnych był tutaj przedtem, na moim poprzednim wykładzie? Kiedy? Och, tak? Aż tylu? Dziękuję. Tematem naszego dzisiejszego wykładu jest: „Co znajduje się poza tym światem?”, bo chyba nie mam ochoty już więcej mówić o tym świecie. Wszyscy go znacie. Prawda? Wiecie, że na tym świecie mamy ONZ, Amerykę, Nowy Jork - „Wielkie Jabłko”. Poza tym światem istnieje jednak coś więcej. Myślę, że wszyscy, którzy tu przyszli, chcą to poznać. Nie jest to nic z tych rzeczy, o których właśnie mówił Stephen, cuda lub coś niezwykłego, w co trudno uwierzyć. Jest to naukowe, logiczne i bardzo ważne.

Wszyscy wiemy, że różne biblie i teksty religijne mówią o siedmiu niebach, o istnieniu różnych poziomów świadomości, o tym, że Królestwo Boże jest w nas, że istnieje natura Buddy, etc. Obiecano nam, że to wszystko istnieje poza tym światem. Jednak niewielu ludzi może poznać to, co obiecano w tych pismach, niewielu. Nie powiedziałabym, że nikt, ale niewielu. W porównaniu do populacji tego świata, bardzo niewielu ludzi potrafi odnaleźć w sobie Królestwo Boże czy to, co nazywamy zaświatami. I skoro mieszkacie w Ameryce, to na pewno często mieliście okazję przeczytać o tym, jak wygląda tamten świat. Niektóre filmy nakręcone przez Amerykanów nie są całkowicie fikcją. Także niektóre filmy zrobione przez Japończyków niezupełnie są fikcją. Prawdopodobnie czytali oni książki napisane przez ludzi, którzy przebywali poza tym światem, albo sami mieli przebliski Królestwa Bożego.

Królestwo Boże..., co znajduje się w Królestwie Bożym? Dlaczego miałoby nas obchodzić Królestwo Boże, skoro i tak mamy dostatecznie dużo zajęć na tym świecie, mamy posady, bezpieczne domy i wystarczająco dużo uczuciowych związków, etc.? Właśnie dlatego, że już to wszystko mamy, powinniśmy pomyśleć o Królestwie Bożym. Kiedy mówimy „Królestwo Boże”, brzmi to zbyt religijnie. Właściwie jest to tylko... pewien wyższy poziom świadomości. W dawnych czasach ludzie nazywali to Niebem, a ujmując to w kategoriach naukowych, jest to inny, wyższy poziom wiedzy, wyższy poziom mądrości. Możemy dotrzeć do niego, pod warunkiem, że wiemy jak to zrobić.

Tak więc ostatnio... w Ameryce dużo mówi się o najnowszym wynalazku... Wynaleziono urządzenie do wprowadzania w Samadhi (*Samadhi - stan wielkiej radości i spokoju, Nirwana*). Czy mieliście okazję je wypróbować? Nie? Można je kupić w Ameryce. Czteryście do siedmiuset dolarów, zależy, jaki poziom chcecie osiągnąć. Jest ono być może przeznaczone dla leniwych, którzy nie chcą medytować, ale od razu wejść w Samadhi. Jeśli nie słyszeliście o tym, powiem wam szybko. Ta maszyna wpro-

wadza w pewien stan... psychicznego odprężenia, w którym wzrasta iloraz inteligencji... Ma to obudzić w was wielką wiedzę, wielką mądrość i dobre samopoczucie, etc. W urządzeniu tym zastosowano pewien specjalnie dobrany rodzaj muzyki, którą nadaje się z zewnątrz, a więc potrzebne są słuchawki. Następnie przepuszcza się prąd, przypuszczalnie jest to jakiś rodzaj impulsów, które was uspakajają, i wtedy pewnie możecie zobaczyć jakiś błysk. Potrzebne są też więc osłony na oczy. Słuchawki i te osłony to wszystko, czego potrzebujecie do osiągnięcia Samadhi. Pożyteczne urządzenie, i czterysta dolarów to bardzo tanio. Lecz nasze Samadhi jest nawet tańsze. Nie kosztuje nic i pozostaje na zawsze. I nie trzeba ładować baterii, włączać i wyłączać go z prądu, a gdy się zepsuje, zanosić do naprawy.

Jeśli nawet sztuczne światło i sztuczna muzyka mogą sprawić, że ludzie stają się tak bardzo zrelaksowani i tacy mądrzy - podobno to urządzenie tak działa, sama go nie wypróbowałam, czytałam tylko w gazecie, co można dzięki niemu osiągnąć. To dlatego jest wokół niego tyle zamieszania i sprzedaje się ono dobrze. Tak słyszałam. Jeżeli nawet takie sztuczne urządzenie może wprowadzić nas w stan odprężenia i podnieść iloraz inteligencji, to wyobraźcie sobie, jak coś prawdziwego może rozwinąć naszą mądrość? To prawdziwe znajduje się poza naszym światem, jest jednak dostępne dla każdego, kto tylko zechce się z tym połączyć. Jest to wewnętrzna niebiańska muzyka i wewnętrzny niebiański dźwięk. Zdając się na intensywność tej muzyki... tego wewnętrznego światła lub wewnętrznego dźwięku, możemy wznieść się poza ten świat, wejść w głębszy poziom rozumienia.

Zapewne rządzą tym pewne prawa, podobnie jak w fizyce. Ażeby wysłać raketę poza sferę... przyciągania ziemskiego, to musi ona być napędzana dużą siłą, a także, kiedy leci bardzo szybko, emanuje z niej światło. Sądzę więc, że kiedy szybko wznosimy się poza ten świat, my również... jak by to powiedzieć? Och, za dużo mówię po chińsku...

możemy emitować... jakieś światło, możemy też słyszeć dźwięk. Dźwięk jest rodzajem wibracji, energii, która pcha nas do wyższego poziomu, to jednak dzieje się bez hałasu, bez wielkich trudności i bez kosztów, bez niewygód dla osoby doświadczającej. W ten sposób można udać się poza ten świat.

A co takiego istnieje poza tym światem, co jest lepsze od naszego świata? Wszystko, co możemy sobie wyobrazić i wszystko, czego nie możemy sobie wyobrazić. Co tam jest, dowiemy się dopiero wtedy, gdy sami tego doznamy. Naprawdę nikt inny nie może nam o tym opowiedzieć. Musimy być jednak wytrwali i naprawdę szczerzy, gdyż nikt nie może tego za nas dokonać. Podobnie jak nikt nie może zastąpić was w pracy w biurze w ONZ, tak byście wy dostali wypłatę. Tak samo nikt nie może za was zjeść, żebyście poczuli się syci. Dlatego każdy powinien przeżyć to sam. Możemy słuchać, jak ktoś opowiada o swoim doświadczeniu, ale to nie będzie nasze doświadczenie. Możemy doznać tego raz, kilka razy, czy doznanie to może trwać przez kilka dni, dzięki mocy osoby, która doświadczyła Boga. Wtedy możemy zobaczyć jakieś światło czy usłyszeć dźwięk, bardzo naturalnie, bez wysiłku z naszej strony, lecz przeważnie nie trwa to długo. Tak więc my sami także musimy doświadczyć tego, musimy to przeżyć.

Poza naszym światem istnieje dużo różnych światów. Weźmy na przykład świat, który jest trochę wyżej od naszego. W zachodniej terminologii nazywamy go światem astralnym. Nawet w świecie astralnym mamy ponad sto różnych poziomów. Każdy poziom jest światem sam w sobie i reprezentuje poziom naszego rozumienia. Tak samo jak na uniwersytecie, gdzie każde zaliczenie uzyskane w czasie studiów reprezentuje większą znajomość nauk tego uniwersytetu. I tak powoli, aż do jego ukończenia. W świecie astralnym zobaczymy wiele różnych tzw. cudów i prawdopodobnie będziemy także kuszeni cudami, i zapewne my sami także będziemy potrafili czynić cuda. Będziemy mogli uzdrawiać chorych,

będziemy mogli, jak by to powiedzieć, zobaczyć czasami coś, czego inni ludzie nie widzą. Rozwiniemy w sobie co najmniej sześć rodzajów mocy magicznych. Będziemy mogli widzieć poza zwykłymi granicami, słyszeć poza granicami przestrzeni. Odległość nie będzie miała dla nas znaczenia. To właśnie nazywamy niebiańskimi uszami i niebiańskimi oczami. Będziemy mogli znać ludzkie myśli, wiedzieć, co myśli dana osoba, etc. Te zdolności możemy rozwinąć w sobie, gdy wejdziemy do pierwszego poziomu Królestwa Bożego.

W obrębie pierwszego poziomu, jak już mówiłam, mamy wiele różnych poziomów, które oferują nam o wiele więcej niż można wyrazić słowami. Kiedy tam dotrzemy, na przykład - kiedy po inicjacji będziemy medytować, jeżeli osiągniemy pierwszy poziom, to wtedy rozwiną się nasze zdolności. Może ujawnić się nawet nasz talent literacki, którego nie mieliśmy przedtem, możemy też dowiedzieć się o wielu rzeczach, o których inni ludzie nie wiedzą i wiele rzeczy przydarzy się nam, jakby były darami z nieba, czy to w dziedzinie finansowej czy też w sprawach kariery, czy może będzie to jeszcze coś innego. I może nawet zaczniemy pisać wiersze lub rysować, i robić coś, czego nie potrafiliśmy przedtem i nie wyobrażaliśmy sobie nawet, że moglibyśmy to robić. To jest pierwszy poziom. Może będziemy pisać wiersze i książki pięknym stylem. I chociaż nie byliśmy przedtem profesjonalnymi pisarzami, teraz będziemy dobrze pisać - na przykład. Te bardzo materialne korzyści możemy odnieść, kiedy znajdziemy się w pierwszym poziomie świadomości. Tak naprawdę to te zdolności nie są darami Boga. Są one wrodzone i tylko dlatego ożywają, że je budzimy. I wtedy możemy z nich korzystać. To było kilka informacji o pierwszym poziomie.

I tak, jeśli udalibyśmy się do wyższego poziomu, zobaczylibyśmy więcej i osiągnęlibyśmy więcej. Oczywiście nie mogę wam opowiedzieć wszystkiego. Chociażby z braku czasu, na przykład. Tak jak nie musimy wysłuchiwać cudownych opisów ciastek i cukierków, i nigdy ich nie

skosztować. Dlatego tylko trochę pobudzam wasz apetyt. A jeżeli zechcecie coś zjeść, to już inna sprawa. Prawdziwe jedzenie możemy zaoferować później, jeżeli będziecie mieli ochotę.

Tak więc, jeżeli osiągniemy poziom wyższy, drugi, nazywany „drugim” tylko dla uproszczenia, wtedy będziemy prawdopodobnie mieć dużo więcej zdolności niż w pierwszym, łącznie z umiejętnością czynienia cudów. Najbardziej jednak imponującymi osiągnięciami, które można uzyskać w drugim poziomie, są: elokwencja i łatwość dyskusowania. Jest mało prawdopodobne, żeby można było pokonać osobę, która osiągnęła drugi poziom, ponieważ jest ona tak elokwentna i jej intelekt znalazł się u szczytu swoich możliwości.

Większość ludzi o przeciętnych umysłach czy przeciętnym ilorazie inteligencji nie może dorównać takiej osobie, ponieważ jej inteligencja bardzo wzrosła. To nie tylko fizyczny mózg rozwinął się bardziej, to mistyczna moc, niebiańska moc, mądrość, która jest nam wrodzona i która zaczyna się teraz otwierać. W Indiach ludzie nazywają ten poziom „buddhi”, co oznacza „poziom intelektualny”. Kiedy osiągniecie „buddhi”, stajecie się Buddą. Stąd właśnie pochodzi słowo Budda, „buddhi” i „Buddha”. Budda dokładnie to oznacza.

Na tym jeszcze nie koniec. Nie zamierzam mówić tylko o Buddzie, istnieje jeszcze coś więcej. Większość ludzi nazywa więc oświeconą osobę Buddą. I jeśli ta osoba nie wie, co znajduje się poza drugim poziomem, zapewne będzie bardzo z tego dumna. Tak, myśląc, że jest żyjącym Buddą, i jej uczniowie będą także dumni, nazywając ją Buddą. Lecz tak naprawdę, jeśli osiągnęła ona tylko drugi poziom, w którym można zobaczyć przeszłość, teraźniejszość i przyszłość wybranej osoby, i jej elokwencja jest nie do pokonania, to nie jest to jeszcze koniec Królestwa Bożego.

Nikt nie powinien być dumny z tej umiejętności czytania przeszłości,

teraźniejszości i przyszłości, ponieważ wiedza ta pochodzi z Kroniki Akaszy. Nazwę tę znacie z zachodniej terminologii. Każdy, kto praktykuje jogę albo jakiś rodzaj medytacji, zna określenie „Kronika Akaszy”. Jest to coś w rodzaju biblioteki, takiej jak ta tutaj obok, w ONZ, z publikacjami we wszystkich językach. Znajdziecie w niej wszystko, we wszystkich językach: w arabskim, rosyjskim, chińskim, angielskim, francuskim, niemieckim. Gdybyście potrafili czytać w tych językach, moglibyście dowiedzieć się, co się dzieje w tych krajach, rozumiecie? Podobnie, osoba, która ma dostęp do drugiego poziomu, rozumie i potrafi bardzo dokładnie zinterpretować życie jakiegoś człowieka, tak jak on sam je widzi.

W drugim poziomie świadomości można uzyskać dużo więcej. Jeśli ktoś osiągnął drugi poziom, to już jest świetnie, już jest on żyjącym Buddą, ponieważ rozwinął swoje „buddhi”, swój intelekt. Wtedy wiemy wiele rzeczy, wiele rzeczy, których nie potrafimy nazwać. I przydarzają się nam różne tzw. cuda, zupełnie niezależnie od naszej woli, ponieważ nasz intelekt się właśnie otworzył i nauczył, jak kontaktować się z wyższym źródłem uzdrawiania, jak aranżować nasze życie, żeby było łatwiejsze i lepsze. I ponieważ nasz intelekt, czyli „buddhi”, otworzył się, może mieć dostęp do wszystkich informacji z przeszłości i teraźniejszości, niezbędnych, aby zaaranżować i w pewnym sensie zreorganizować czy odpracować coś złego, co zrobiliśmy w przeszłości. Czy rozumiecie? Tak, by naprawić błąd i poprawić standard naszego życia.

Na przykład, dotychczas nie wiedzieliśmy, że kiedyś obraziliśmy kogoś jakimś niezamierzonym działaniem, ale teraz już wiemy. Rozumiecie? To bardzo proste! Nie wiedzieliśmy o tym, a tamta osoba w skrytości była przeciwko nam i niekiedy, za naszymi plecami, próbowała nam zaszkodzić, na skutek nieporozumienia lub dlatego, że zrobiliśmy jej coś złego. Ale obecnie już wiemy, dlaczego tak się dzieje. Tak więc teraz to jest proste. Możemy pójść do niej, czy też zadzwonić, albo zorganizować

przyjęcie, zaprosić ją na nie i wyjaśnić nieporozumienie. Podobnie, gdy osiągniemy poziom intelektualny, automatycznie, mam na myśli bez słów, zrozumiemy wszystko, i bez słów wszystko zaaranżujemy lub skontaktujemy się ze źródłem mocy, które może pomóc nam w ponownym zaaranżowaniu wszystkiego, co ułatwi nam życie. Tak więc minimalizujemy wiele wypadków, wiele niepożądanych sytuacji i niekorzystnych warunków naszego życia. Rozumiecie? Tak. Dlatego, jeśli osiągamy drugi poziom, to jest to wspaniałe.

Wszystko, co wam powiedziałam, jest logiczne i ma naukowe podstawy, i nie myślcie, że jogin czy osoba medytująca jest kimś niezwykłym albo E.T., rozumiecie, istotą pozaziemską. Są to istoty ludzkie, tak jak każdy z nas, które się rozwinęły, ponieważ wiedziały, jak to zrobić. W Ameryce mówi się, że wszystko zależy od tego, żeby „wiedzieć jak”, więc wszystkiego można się nauczyć. Prawda? Możemy nauczyć się wszystkiego. Tak więc ten rodzaj wiedzy pochodzi spoza tego świata, i my także możemy ją zdobyć. I dziwnie to może zabrzmieć, lecz im coś jest wyżej, tym jest to prostsze. Jest to łatwiejsze, niż uczęszczanie do szkoły średniej lub na uczelnię ze wszystkimi tymi bardzo skomplikowanymi matematycznymi zagadnieniami i problemami.

Drugi poziom też ma wiele różnych poziomów. Mam na myśli, że w obrębie drugiego poziomu także istnieje wiele poziomów. Ale powiem o tym tylko w skrócie, ponieważ nie mogę wnikać we wszystkie szczegóły tajemnic nieba.

Tak czy inaczej, wy również dowiecie się o tym wszystkim, kiedy będziecie podróżować razem z mistrzem, który już tam był. Nie jest to więc tajemnicą. Trwałoby to jednak zbyt długo, rozumiecie, jeśli musielibyśmy zatrzymywać się w każdym poziomie, który zawiera mnóstwo podpoziomów, i dokładnie wszystkie je poznawać. Trwałoby to zbyt długo. Czasami więc mistrz po prostu przeprowadza was szybko

z jednego poziomu do następnego, bardzo szybko. Ponieważ, jeśli nie jesteście przygotowywani do bycia mistrzem, wtedy nie musicie uczyć się tak wiele. Rozbolałaby was tylko głowa.

Dlatego po prostu przeprowadza się was przez nie z powrotem do domu i nawet wtedy zabiera to dużo czasu. Czasami trwa to całe życie, lecz oświecenie osiągamy natychmiast. Jest to jednak dopiero początek, jakby zapisanie się. Rozumiecie, w pierwszym dniu, kiedy wstępujecie na uniwersytet, stajecie się natychmiast studentem. Nie ma to jednak nic wspólnego z tytułem doktora. Stopień naukowy zdobywa się dopiero po czterech, sześciu czy dwunastu latach. Lecz stajecie się od razu, jakby to powiedzieć, studentem uniwersytetu, jeśli jest to prawdziwy uniwersytet i jeśli zapisaliście się na niego, i jeśli naprawdę, szczerze chcecie zostać studentem. Prawda? Obie strony muszą więc ze sobą współpracować.

Podobnie, jeśli chcielibyśmy udać się poza ten świat, na przykład - powiedzmy dla rozrywki, bo nie mamy już dokąd pójść w Nowym Jorku, znamy dobrze Manhattan, Long Beach (nazwa plaży "Długa Plaża"), krótką plażę i wszystkie inne plaże. (Śmiech.) Przypuśćmy teraz, że chcemy wybrać się do siedziby E.T., zobaczyć co tam się dzieje, tak? Czemu nie? Skoro płacimy dużo pieniędzy, żeby pojechać do Miami na Florydzie tylko po to, żeby wykąpać się w morzu, to dlaczego nie moglibyśmy czasami udać się do innych światów, które istnieją poza tym światem, aby zobaczyć, jak wyglądają sąsiednie planety i jak się mają tamtejsi ludzie? Nie sędzę, że jest w tym coś dziwnego, prawda? Jest to tylko rodzaj podróżowania trochę dalej i podróżowania psychicznego, podróżowania duchowego, zamiast podróżowania fizycznego. Są dwa rodzaje podróżowania. Jest to logiczne i łatwe do zrozumienia. Mówimy więc o drugim poziomie. Tak, drugi poziom. Co jeszcze powinnam wam o nim powiedzieć? Pozostajemy w tym świecie i równocześnie posiadamy wiedzę o innych światach. Rozumiecie? Ponieważ podróżujemy. Tak samo jak wy, będąc obywatelami Ameryki czy też jakiegoś innego

państwa tego świata, podróżujecie po różnych krajach, jedynie po to, aby zobaczyć, jak wyglądają sąsiednie kraje. Przypuszczam, że wielu z was tutaj, w ONZ, nie urodziło się w Ameryce. Prawda? Tak. Rozumiecie, to wygląda podobnie. Możemy podróżować na inną planetę lub do innego wymiaru życia, po to, aby je poznać. Ponieważ odległość jest tak ogromna, nie możemy tam pójść pieszo, nie możemy polecieć rakieta, nie możemy nawet użyć UFO.

Niektóre światy znajdują się dalej niż UFO może dolecieć. UFO! Niezidentyfikowany obiekt, tak! Obiekt latający, tak! Tak więc... Mamy w sobie coś, co jest bez porównania szybsze niż jakiegokolwiek UFO. Jest to nasza własna dusza. Czasami nazywamy to duchem. Możemy latać przy jej pomocy bez żadnego paliwa, bez policji czy korków ulicznych, w ogóle bez niczego. I nie musimy się martwić, że pewnego dnia Arabowie nie sprzedadzą nam ropy (śmiej), ponieważ dusza jest samowystarczalna. Nigdy nie psuje się, chyba że chcemy ją sami uszkodzić, łamiąc prawa tego wszechświata, naruszając harmonię Nieba i Ziemi, a tego łatwo jest uniknąć. Powiemy wam jak, jeśli chcecie. Na przykład, powiem o tym szybko, dobrze? Nie jestem kaznodzieją, nie bójcie się. Nie zaprowadzę was do kościoła. To tylko przykład.

Istnieją pewne prawa we wszechświecie, które powinniśmy znać. Tak jak prowadząc samochód, powinniśmy znać zasady ruchu drogowego. Czerwone światło - zatrzymujecie się, zielone światło - jedziecie. Zakręt w lewo, w prawo, etc., autostrada, dozwolona prędkość. Otóż istnieją pewne, bardzo proste prawa we wszechświecie, fizycznym wszechświecie. Rozumiecie? Poza naszym światem, poza tym fizycznym wszechświatem nie istnieją prawa, żadne prawa w ogóle. Jesteśmy wolni, jesteśmy wolnymi obywatelami, ale najpierw musimy tam dotrzeć, żebyśmy mogli być wolni. Dopóki żyjemy w tym świecie, w fizycznym ciele, powinniśmy najsumienniejszym jak tylko to jest możliwe, przestrzegać tych praw, by uniknąć kłopotów i żeby nasze pojazdy nie zostały usz-

kodzone, i żebyśmy mogli latać szybciej, wyżej, bezproblemowo.

Prawa te zostały spisane w Biblii, w waszej chrześcijańskiej Biblii, także w Bibliach: buddyjskiej i hinduskiej. Takie proste prawa jak to, że nie wolno krzywdzić bliźnich, nie wolno zabijać - **nie będziesz zabijał**, nie wolno utrzymywać, rozumiecie, związków pozamałżeńskich i nie wolno kraść, etc. Nie wolno używać środków odurzających, do których w dzisiejszych czasach zalicza się też narkotyki. Budda prawdopodobnie wiedział, że w XX wieku znajdziemy kokainę i różne inne używki, więc powiedział: żadnych narkotyków. Do narkotyków zalicza się wszelki hazard i wszystko, co sprawia, że nasz umysł... jak by to powiedzieć, przywiązuje się do fizycznych przyjemności i zapomina o duchowej podróży.

Jeśli chcemy latać szybko, wysoko i bezpiecznie, to obowiązują nas podobne zasady jak w fizyce. Aby rakieta mogła polecieć, naukowiec musi przestrzegać pewnych praw. To wszystko, zgoda? O ile więc bardziej my musimy być ostrożni, ponieważ chcemy latać wyżej, wyżej niż rakieta może dolecieć i szybciej niż UFO. Ale jest jeszcze więcej szczegółów do wyjaśnienia, jeśli was to interesuje. Powiemy o tym podczas inicjacji. Nie chcemy was teraz zanudzać tymi wszystkimi regułami, o których powiecie: „Już je znamy. Już to wiemy. Przeczytaliśmy w Biblii. Dziesięć przykazań, prawda? Dziesięć przykazań”.

Tak naprawdę wielu z nas czyta przykazania, ale nie bardzo się nimi przejmują albo nie rozumie dobrze ich sensu. A może chce je rozumieć właśnie w ten sposób, w jaki je rozumie, ale niezupełnie tak, jak zostały pomyślane. Dlatego nie zaszkodzi czasami przypomnieć sobie o nich, albo usłyszeć ponownie, jakie jest ich głębsze znaczenie. Na przykład, w Biblii, w Starym Testamencie na pierwszej stronie, Bóg mówi: **Stworzyłem wszystkie zwierzęta na twoich przyjaciół i by ci pomagały, i ty będziesz nimi rządził**. I dalej mówi, że stworzył wszelkie pożywienie dla zwierząt, każdemu inny rodzaj. Ale Bóg nie powiedział

nam, byśmy je zjadali. Nie! Powiedział On: **Stworzyłem wszelkie pożywienie, wszelkie ziele na polach i owoce na drzewach, które są wspaniałe w smaku i miłe dla oczu. To będzie waszym pożywieniem.** Tylko nieliczni jednak zwracają na to uwagę. I tak, wielu wyznawców Biblii wciąż je mięso, sami to wiecie, nie rozumieją oni prawdziwego znaczenia słów Boga.

Gdybyśmy się zapoznali ze szczegółowymi badaniami naukowymi, to dowiedzielibyśmy się, że nie jesteśmy przystosowani do tego, aby jeść mięso. Nasz organizm, nasze jelita, nasz żołądek, nasze zęby z naukowego punktu widzenia są przystosowane wyłącznie do odżywiania się w sposób wegański. Nic więc dziwnego, że większość ludzi choruje, szybko starzeje się, szybko się męczy, powolnieje, chociaż urodzili się błyskotliwi i inteligentni. W rezultacie z dnia na dzień stają się coraz bardziej otępiali i im są starsi, tym gorzej się czują. Dzieje się tak, ponieważ uszkodzamy nasze pojazdy, nasze obiekty latające, nasze „UFO”. Jeśli chcemy więc używać tych pojazdów trochę dłużej i by były one bezpieczne, to musimy zadbać o nie we właściwy sposób.

Weźmy na przykład samochód. Wszyscy potraficie jeździć. Otóż, jeśli nalalibyśmy do samochodu złej benzyny, co by się stało? No, co by się wtedy stało? Przejechałby prawdopodobnie tylko kilka metrów i zatrzymałby się. Nie wińcie samochodu, bo to był tylko wasz błąd. Przez pomyłkę nalaliście niewłaściwego paliwa. Albo, jeśli benzyna zawiera domieszkę wody, samochód pojedzie z trudnością. Tak? Albo, jeśli olej jest zbyt zanieczyszczony, bo nie wymieniliśmy go, to choć samochód jeździ, szybko zaczną się kłopoty. Albo czasami coś w nim wybuchnie, ponieważ nie dbaliśmy o niego we właściwy sposób, prawda?

Podobnie, nasze ciało jest takim pojazdem, którym możemy się posłużyć, żeby polecieć stąd do wieczności, do bardzo wysokiego poziomu naukowej mądrości. Czasami jednak uszkodzamy go i nie używamy we

właściwym celu. Na przykład, nasz samochód ma przejechać wiele kilometrów - ma zawieźć nas do biura, do naszych przyjaciół, czy w różne piękne miejsca. Ale my nie dbamy o niego, nalewamy złej benzyny, albo nie wymieniamy oleju, nie sprawdzamy wody w chłodnicy i tej całej reszty. Nie jeździ on wtedy szybko i długo. Jeździmy tylko wokół swojego trawnika, wokół swojego podwórka. Tak też jest dobrze. Rozumiecie? Ale w takim razie kupno samochodu jest bezcelowe. Jest tylko marnowaniem pieniędzy i czasu, i własnej energii. To wszystko. Nikogo nie można tutaj winić, żadna policja nie każe wam za to płacić. To jedynie wy marnujecie swój samochód, swoje pieniądze, a moglibyście pojechać bardzo daleko i zobaczyć wiele rzeczy, i cieszyć się różnymi widokami.

Podobnie jest z naszym ciałem fizycznym. Możemy żyć w tym świecie, lecz żeby latać poza ten świat, powinniśmy zadbać też o inne „urządzenia” w naszym ciele. Tak jak astronauta w rakiecie, rakietą jest jego narzędziem. Powinien on bardzo uważać, by nie naruszyć praw fizyki, żeby jego rakietą leciała bezpiecznie i szybko. To jednak astronauta we wnętrzu rakiety jest ważny. Rakietą niesie go do celu jego podróży, lecz nie ona jest najważniejsza - najważniejszy jest astronauta i miejsce przeznaczenia. I jeśli astronauta użyje jej tylko po to, by latać dookoła Long Island, wtedy będzie to tylko stratą czasu. Rozumiecie? Marnowaniem państwowych pieniędzy.

Nasze ciało jest więc bardzo cenne, ponieważ przebywa w nim Mistrz. To dlatego w Biblii jest powiedziane: **Nie wiesz, że jesteś świątynią Boga i że Bóg Wszechmogący mieszka w tobie**. Duch Święty, to jest to samo. Jeśli zamieszkuje w nas Duch Święty lub Bóg Wszechmogący, czy możecie sobie wyobrazić jak niesamowicie, jak niesamowicie to jest ważne! Lecz wielu ludzi czyta szybko ten fragment i nie rozumie, nie uświadamia sobie wagi tego zdania, i nie próbuje sobie uświadomić jego znaczenia. Dlatego właśnie moi uczniowie z entuzjazmem słuchają moich nauk, gdyż mogą poznać, kto w nich przebywa i co istnieje poza

tym światem. Niezależnie od codziennych utrapień, zarabiania pieniędzy, zmagania i tych wszystkich bytowych problemów. Mamy w sobie więcej piękna, więcej wolności, więcej wiedzy. Jeśli poznamy właściwy sposób, żeby skontaktować się z tym, wszystko to będzie nasze, gdyż jest to w nas. Na razie nie wiemy, gdzie jest klucz, bo zamknęliśmy ten dom dawno temu i zapomnieliśmy, że posiadamy skarb. To wszystko. Tak więc tzw. Mistrz może pomóc nam otworzyć te drzwi i może pokazać nam to, co już do nas należy. Ale musimy znaleźć czas na to, aby wejść do środka i obejrzeć każdą rzecz, którą posiadamy.

Mówiliśmy o drugim świecie. Czy interesuje was podróż dalej? Chcecie wszystko wiedzieć, bez żadnego wysiłku z waszej strony? Dobrze. Przynajmniej ktoś może wam opowiedzieć, jak wygląda inny kraj, jeżeli tam był, a wy nie. W porządku? Przynajmniej interesuje was to, być może więc zechcecie tam się udać. Dobrze. Teraz więc, za drugim światem... Nie powiedziałam wam jeszcze wszystkiego o drugim świecie, ale rozumiecie chyba, że nie możemy tutaj siedzieć przez cały dzień. W drugim świecie możemy mieć więcej mocy. Jeśli będziecie zdeterminowani i będziecie nad tym pracować, to wejdziecie do trzeciego.

Tak zwany trzeci świat. To jest już wyższy poziom. Każdy, kto wstępuje do trzeciego świata, musi być absolutnie oczyszczony ze wszystkich długów wobec tego świata, co najmniej. Rozumiecie? Jeśli jesteśmy winni cokolwiek królowi tego fizycznego świata, nie możemy przejść wyżej. Tak samo jak przestępca, który w jakimś kraju nie ma czystej kartoteki, nie może przekroczyć granicy, żeby udać się do innego kraju. Do długów wobec tego świata zalicza się więc wiele z tego, co uczyniliśmy w przeszłości, co czynimy teraz, i być może to, co uczynimy w przyszłych dniach naszego fizycznego życia. To wszystko musi być teraz oczyszczone, tak jakbyśmy przechodzili przez kontrolę celną, zanim będziemy mogli wyjść poza ten świat. Kiedy jesteśmy w drugim świecie, zaczynamy „pracować”, rozumiecie, nad całą pozostałą karmą

z przeszłego i teraźniejszego życia. Ponieważ bez karmy z przeszłości nie moglibyśmy teraz żyć.

Istnieją dwie kategorie mistrzów. Ci, którzy nie mają karmy, ale ją pożyczają, by zejść na dół i tacy jak my, zwykłe istoty, lecz z najczystsza karmą. Każdy może być kandydatem na mistrza, rozumiecie, przyszłym mistrzem. Czasami mistrz przychodzi z wyższego świata z pożyczoną karmą. Jak to brzmi - pożyczać karmę? (Mistrzyni się śmieje.) To jest możliwe. Na przykład, zanim tutaj przyszliście, byliście już tu poprzednio. Tak? Dawaliście i braliście od różnych ludzi tego świata przez wiele wieków, wiele setek lat. Wróćcie kiedyś do Nieba, czy do waszej siedziby, która jest bardzo daleko, do różnych poziomów, co najmniej do piątego poziomu. To jest dom mistrza, piąty poziom. Lecz wyżej istnieje więcej poziomów.

Kiedy chcemy ponownie wrócić tutaj powodowani współczuciem, czy po to, aby wykonać jakąś pracę przydzieloną nam przez Ojca - na przykład, wtedy schodzimy na dół. I ponieważ łączy nas pokrewieństwo z ludźmi z przeszłości, możemy pożyczyć trochę z ich konta, rozumiecie, trochę karmy. Tylko długi, nic... nic pięknego. Możemy pożyczyć jakiś dług i potem go spłacić, rozumiecie, swoją duchową siłą, powoli, aż skończymy swoją pracę na tym świecie. Jest to więc inny rodzaj mistrza. Są także mistrzowie, którzy w tym świecie praktykują rozwój duchowy, i zostają tutaj mistrzami. Tak jakby ukończyli uniwersytet. Podobnie jak na uniwersytecie mamy profesorów oraz studentów, którzy kończą studia i potem zostają profesorami. Rozumiecie? Są tam bardzo, bardzo starzy profesorowie oraz nowi, etc. Podobnie istnieją też kategorie mistrzów.

Teraz więc, jeśli chcemy udać się do trzeciego świata, musimy być absolutnie oczyszczeni ze wszystkich pozostałości karmy. Karma jest prawem: **Jak posiejesz, tak zbierzesz**. Tak? Podobnie, kiedy zasadzimy nasionko pomarańczy, wtedy zbierzemy pomarańcze, z nasiona

jabłka wyrosną jabłka, więc to są tzw. karmy. W sanskrycie oznacza to przyczynę i zapłatę. Biblia nie mówi o karmie, ale mówi: Jak posiejesz, tak będziesz zbierał. To jest to samo.

Biblia jest skróconą formą nauk Mistrza, podobnie jak i Jego życie było skróconą formą. Dlatego Biblia nie zawiera wielu wyjaśnień. A także, wiele wersji Biblii zostało ocenzone, tak by zadowolić tzw. przywódców ówczesnych ruchów, nie zawsze ludzi uduchowionych. Wiecie, w każdej dziedzinie ludzie wszystko sprzedają i wszystko kupują. Maklerzy... maklerów jest pełno w każdej dziedzinie życia. Ale Biblia, prawdziwa Biblia, jak wiemy, jest trochę inna, dłuższa, bardziej precyzyjna i łatwiejsza do zrozumienia. Tak czy inaczej, ponieważ nie możemy tego udowodnić, więc nie mówmy o tym, żeby ludzie nie posądzili nas o bluźnierstwo. Mówić możemy jedynie o tym, co potrafimy udowodnić.

Możecie zapytać: „Mówisz o drugim świecie, trzecim świecie i czwartym. Jak możesz to udowodnić?”. Owszem - mogę! Mogę to udowodnić. Jeśli pójdziecie ze mną tą samą ścieżką, zobaczycie to samo, rozumiecie? Ale jeśli nie, to nie będę mogła wam tego udowodnić. To oczywiste. Dlatego mam odwagę o tym mówić, że można to udowodnić. Posiadamy dowody od setek tysięcy uczniów z całego świata. Mówimy o rzeczach, które znamy. Teraz, na przykład, jeśli udamy się do... ale tam musicie mi towarzyszyć, musicie. Nie możecie powiedzieć: „Hej, Ty idź za mnie i opowiedz, opisz mi wszystko”. Nie mogę.

Na przykład, jeśli nie byłoby mnie tutaj w tym pomieszczeniu w ONZ, to niezależnie od tego, jak dużo opowiadalibyście mi o nim, tak naprawdę ja bym tego nie doświadczyła. Prawda? Musimy więc udać się tam z kimś, kto jest doświadczonego przewodnikiem. Tutaj, w tej sali znajduje się kilku moich uczniów, różnych narodowości, którzy doświadczyli tego, o czym wam właśnie mówiłam, niektórzy częściowo, a niektórzy w pełni. Tak, tak. Tak więc po trzecim świecie..., ale to stanowczo nie jest

jeszcze wszystko. To, co wam powiedziałam, jest jedynie fragmentem. Jest to coś w rodzaju opowieści z podróży, opisującej rzeczy w niewielkich fragmentach i bez szczegółów. Nawet gdy czytamy książkę o jakimś kraju, to nie jest to ten prawdziwy kraj. Prawda? Dlatego, chociaż istnieje wiele książek podróżniczych o różnych krajach na świecie, my wciąż chcemy pojechać tam sami. Prawda? Znamy Hiszpanię i Teneryfę, i Grecję, ale tylko z filmów lub z książek. Musimy tam pojechać i w rzeczywistości doświadczyć radości bycia tam i pożywienia, które tam oferują i wspaniałej wody morskiej, i pięknej pogody, i przyjaznych ludzi, i wszelkiego rodzaju nastrojów, których nie możemy doświadczyć, czytając książkę.

Tak czy inaczej, przypuśćmy, że minęliście trzeci świat, i co dalej? Oczywiście udajecie się do wyższego, czwartego. Czwarty świat jest już poza niezwykłością. Nie można posłużyć się jedynie zwykłymi słowami, aby opisać to wszystko osobom świeckim, z obawy, żeby nie obrazić Pana tego świata, ponieważ świat ten jest tak piękny. Chociaż niektóre jego regiony są bardzo ciemne, ciemniejsze niż noc w Nowym Jorku, kiedy odcięto elektryczność. Czy widzieliście kiedyś całe, kompletnie całe miasto w ciemności? Tak? Ten świat jest jeszcze ciemniejszy. Zanim dotrzemy do światła, tam jest jeszcze ciemniej. Jest to coś w rodzaju zakazanego miasta. Zanim dosięgniecie wiedzy Boga, zostajecie zatrzymani w tym miejscu, ale z mistrzem, doświadczonego mistrzem, możecie przejść wyżej. Sami nie potrafilibyście odnaleźć drogi w tym świecie.

Kiedy osiągamy różne poziomy planów egzystencji, doświadczamy nie tylko duchowych przemian, lecz także zmian fizycznych, zmian intelektualnych i zmiany całego naszego życia. Patrzymy na życie w inny sposób, chodzimy inaczej, pracujemy inaczej. Nawet nasza praca, nasza codzienna praca nabiera innego znaczenia i zaczynamy rozumieć, dlaczego pracujemy w dany sposób, dlaczego musimy wykonywać tę pracę lub dlaczego powinniśmy ją zmienić. Rozumiemy cel naszego

życia, więc nie ma w nas już niepokoju i niepewności, tak! Czekamy w spokoju i cierpliwie na zakończenie naszej misji na ziemi, ponieważ wiemy, dokąd udamy się potem. Wiemy to już za życia. Jest takie powiedzenie: „umierać za życia”. Sądzę, że niektórzy z was już o tym słyszeli. Nie znam żadnego mistrza, który mógłby mówić coś innego niż to (Mistrzyni śmieje się), że musimy doświadczyć prawdziwej radości wewnętrznych doświadczeń. Jak może ktoś inaczej opisać mercedesa benz. Prawda? To musi być taki sam opis. Każdy, kto posiada mercedesa benz, kto zna ten samochód, opisałby go tak samo, rozumiecie, ale to nie byłby ten sam benz.

Chociaż więc mówię do was prostymi słowami, to nie mówię o zwyczajnych rzeczach, a tego, o czym mówię, musimy doświadczyć sami, za sprawą naszej uczciwości, pracy i z pomocą przewodnika. Tak jest bezpiecznie. Chociaż może się zdarzyć, raz na milion, że można dokonać tego samemu, ale jest to niebezpieczne, ryzykowne i nie można być pewnym rezultatu, nie jest to w pełni bezpieczne. W przeszłości byli tacy, którzy tego dokonali... na przykład Swedenborg w pewnym sensie dokonał tego sam, czy może Gurdijew, podobno on osiągnął to sam, przeszedł całą drogę sam. Ale kiedy czytam o tej ich drodze, była ona niebezpieczna i pełna trudności. I niekoniecznie wszyscy oni osiągnęli najwyższy poziom.

Potem udajecie się do wyższego poziomu, po czwartym przechodzie do wyższego poziomu, do domu mistrza, którym jest piąty poziom. Stamtąd przychodzą wszyscy mistrzowie. Nawet jeśli ich poziom jest wyższy niż piąty, przebywają w piątym. Tam jest rezydencja mistrzów. Wyżej istnieje wiele aspektów Boga, które trudno jest zrozumieć.

Boję się wprowadzić zamęt w waszych umysłach, więc powiem o tym innym razem, czy może po inicjacji, kiedy będziecie już trochę lepiej przygotowani, wtedy powiem wam parę ciekawych rzeczy o wyobraźni,

o tym, jak niekiedy tworzy ona wiele mylnych wyobrażeń o Bogu.

Możecie teraz zadawać pytania. Możecie mnie także stąd wyrzucić, jeśli było to dla was za nudne. (Mistrzyni się śmieje.) Z radością także stąd wyjdę. Macie jakieś pytania? Proszę, poczekaj na mikrofon, żeby inni mogli słyszeć, co mówisz.

**P:** Mistrzyni, wspomniałaś o tym, że mistrz może pożyczyć ludzką karmę. Czy wtedy karma tych ludzi zostaje wymazana? Jakie będą tego konsekwencje dla nich?

**M:** Tak, tak. Mistrz może wymazać karmę każdego. Jeśli mistrz tak zdecyduje. W rzeczywistości, podczas inicjacji cała karma z przeszłości każdego ucznia musi zostać wymazana. Zostawiam wam jedynie obecną karmę, tak byście mogli kontynuować to życie, bo inaczej umarlibyście natychmiast. Bez karmy nie można tutaj żyć. Dlatego mistrz musi wymazać tylko karmę nagromadzoną, by oczyścić daną osobę, a zostawia jej trochę karmy po to, aby mogła dalej żyć, zrobić to, co ma do zrobienia w tym życiu. A potem, koniec. To dlatego może ona odejść, bo jak inaczej mogłaby odejść? Nawet jeśli jest czysta w tym życiu, to na ile czysta? A co z ostatnim życiem, rozumiecie?

**P:** Dziękuję.

**M:** Nie ma za co. Bardzo inteligentne pytanie. Sądzę więc, że słuchałaś uważnie. Coś jeszcze? Proszę.

**P:** Mistrzyni, jaki jest cel Twojej praktyki?

**M:** Jaki cel? Nie powiedziałam wam? Abyśmy mogli podróżować poza ten świat, powrócić do Królestwa Bożego, poznać swoją własną mądrość i stać się lepszymi ludźmi w tym życiu.

**P:** Czy karma istnieje we wszystkich sferach?

**M:** Nie we wszystkich, tylko do drugiej. Ponieważ nasz umysł, nasz mózg, ten komputer, zostaje „wyprodukowany” w drugim poziomie. Schodzimy w dół, przebywając całą tę drogę, całą drogę z wyższych

poziomów w dół, do tego fizycznego poziomu, prawdopodobnie po to, aby wykonać jakieś zadanie.

Tak? Na przykład, nawet mistrz, gdy schodzi z piątego poziomu do świata fizycznego, musi przejść przez drugi poziom, odebrać ten komputer i zainstalować go, by móc pracować w tym świecie. Tak jak nurek, który nurkuje do morza, musi przygotować sobie maskę, tlen i resztę ekwipunku. Chociaż w rzeczywistości nie wygląda tak śmiesznie, to jednak kiedy założy maskę, butlę z tlenem i strój nurka, to wygląda jak żaba. Tak właśnie i my czasami wyglądamy z tym naszym... komputerem i fizycznymi narzędziami.

Bo w rzeczywistości jesteśmy absolutnie piękni. Chociaż myślicie, że teraz jesteście piękni, to w porównaniu z tym, jacy naprawdę jesteście, jesteście bardzo brzydzy. Rozumiecie? A to z powodu tych wszystkich przyrządów, które musimy na siebie włożyć, żeby zanurkować głęboko w ten świat, po to, żeby móc tu pracować. Kiedy mijamy drugi poziom, udając się do góry, musimy zostawić tam swój komputer, wyżej już go więcej nie będziemy potrzebować. Tak samo jak nurek, kiedy dopłyne do brzegu, to zrzuca wszystko, swoją maskę, butlę z tlenem i cały sprzęt do nurkowania, tak, i wygląda znowu jak kiedyś. Prawda? Dobrze! Tak, kontynuuj, jeśli chcesz. Mamy tylko jeden mikrofon? Tak skromnie?

**P:** Dziękuję Ci, Mistrzyni. Powiedziałaś, że przy końcu drugiego świata, zanim wejdziemy na wyższy poziom, zostawiamy za sobą całą naszą karmę czy też musimy rozpuścić lub wyczyścić całą naszą karmę. Czy to znaczy, że także karmę z przeszłych żyć, z którą weszliśmy w to życie?

**M:** Tak. Ponieważ nie ma tam już komputera, który wszystko rejestruje. Karmę mamy tylko dlatego, że mamy ten komputer, umysł, mózg, który ma za zadanie rejestrować każde nasze doświadczenie w tym fizycznym świecie. To po to go mamy. Złe czy dobre, rejestrujemy w nim. To nazywamy karmą. Czym jest karma? Jedynie doświadczeniami, złymi

lub dobrymi, naszymi reakcjami, naszymi doświadczeniami, uczeniem się w ciągu wielu wcieleń. Ponieważ posiadamy tzw. sumienie, wiemy, że powinniśmy być dobrzy, a czasami robiliśmy źle. Dlatego nazywa się to karmą. Te złe rzeczy ciążą na nas jak mnóstwo śmieci, jak bagaż, z powodu prawa grawitacji. Ściąga to nas w dół i sprawia, że trudno nam jest wspinać się w górę. Rozumiecie? Ponieważ wiele moralnych reguł w tym świecie, mnóstwo zasad, mnóstwo obyczajów, mnóstwo zwyczajów w różnych krajach, wiąże nas tzw. pojęciami dobra i zła, winy i niewinności. Toteż kiedy wchodzimy w interakcje z ludźmi tego świata, doświadczamy tych kategorii dobra i zła, winy i niewinności, zgodnie z obyczajami, nawykami danego narodu, prawami tego narodu. Rozumiecie? Staje się to nawykiem, że myślimy w pewien sposób, że jeżeli zrobimy to, to jesteśmy winni, że jeżeli zrobimy tamto, to jesteśmy źli. I to wszystko jest tutaj rejestrowane. To sprawia, że transmigrujemy, i że jesteśmy związani z tym fizycznym światem, czy z trochę wyższym światem. Ale niewystarczająco wysokim. Nie jesteśmy... dostatecznie wolni, nie jesteśmy dostatecznie lekkimi, by wzlecieć wyżej. Rozumiecie? Z powodu tych wszystkich pojęć... uprzedzeń.

**P:** Czy w chwili naszych narodzin jest już postanowione, że osiągniemy jakiś określony poziom w ciągu danego życia?

**M:** Nie, mamy wolną wolę, żeby biec szybciej lub wolniej. Tak. Na przykład wasz samochód, gdy wlejecie w niego sto litrów benzyny, nie wiem, ile benzyny mieści się w samochodzie, nie prowadzę. Lecz możecie dzięki niej jechać szybciej, tak, i szybciej dojechać do celu, albo jechać wolniej. To zależy od was.

**M:** Pan obok. Czy chce pani powiedzieć coś więcej, tak? Nie?

**P:** Tak. Chciałam tylko zapytać o anioły, w którym są one poziomie?

**M:** W którym poziomie? Hm! Zależy jakiego rodzaju anioły?

**P:** Anioły stróże.

**M:** Anioły stróże mogą przebywać najwyżej w drugim poziomie. Anioły

są czymś niższym niż istoty ludzkie, mają mniejszy prestiż. Istnieją po to, żeby nam służyć.

**P:** I one nigdy nie idą wyżej?

**M:** Nie! Chyba, że mogłyby stać się istotami ludzkimi. One wszystkie zazdroszczą istotom ludzkim, ponieważ Bóg mieszka w nas. My posiadamy wszystkie warunki ku temu, żeby stać się jednym z Bogiem, anioły nie. To jest skomplikowane. Porozmawiamy o tym kiedy indziej, dobrze? Widzicie, są rzeczy stworzone na nasz użytek, także różne rodzaje aniołów. Tak. Na przykład, jeśli zostały one stworzone przez Boga, to zostały stworzone po to, żeby nam służyć, rozumiecie? I nie powinny, nie muszą wykraczać poza to. Czy rozumiecie? Ale mogłyby, tak. Czasami coś jest zrobione tak, że nie posiada odpowiednich możliwości, żeby się doskonalić. Na przykład, zrobiliście coś w swoim domu dla swojej własnej wygody. Chociaż jest to fantastyczne, na przykład: siedzicie w miejscu i możecie wyłączać i włączać światło w całym domu i w ogrodzie, i włączać i wyłączać TV, gdyż wymyśliście to dla siebie, ale istnieje to tylko po to, żeby wam służyć. Chociaż rzecz ta jest w pewnych aspektach lepsza od was samych, na przykład - może leżeć tutaj i wszystko kontrolować, czego wy nie możecie uczynić swym ludzkim wysiłkiem, lecz nie znaczy to, że was przewyższa. Rozumiecie? Została ona zrobiona wyłącznie po to, żeby wam służyć. Nawet jeśli jest od was lepsza, to jednak nie jest. Ten komputer nigdy nie może stać się istotą ludzką.

**M:** Tak, proszę pana!

**P:** Mistrzyni Ching Hai, chcę się dowiedzieć... ponieważ obecnie przebywamy w tym ciele... czy mogło się zdarzyć, że spadliśmy ze stanu bycia już uprzednio wyzwolonym z tego ciała? Czy zawsze byliśmy w tym stanie, czy przedtem byliśmy w lepszym, czy jedynie w tym? Jaka jest dobra postawa czy wskazania, żeby szybko pójść do przodu?

**M:** Aby opuścić ciało i ruszyć do przodu, aha. Tak, możemy, jeśli wiemy, jak to zrobić. Istnieje wiele różnych metod na to, żeby opuścić swoje ciało i udać się poza ten świat. Niektórzy nie idą daleko, niektórzy

bardzo daleko, a niektórzy dochodzą do końca. Zgodnie z obserwacjami, jakie poczyniłam w swoich rozmaitych badaniach od czasów młodości, chociaż teraz wciąż wyglądam młodo, ale rozumiecie, wtedy byłam naprawdę młoda (śmiej), nasza metoda jest najlepsza, tak. Prowadzi najdalej, najdalej. Do dalekiego końca. Istnieje wiele innych metod, jeśli chcecie je praktykować, to proszę bardzo. Jest ich wiele na rynku, niektóre prowadzą do świata astralnego, niektóre prowadzą do dalszych - trzeciego lub czwartego, lecz niewiele może doprowadzić do piątego. Nasza metoda, nasza praktyka ma zabrać was do piątego, zanim puścimy was wolno. Rozumiecie?

Zanim pozwolimy wam poruszać się samym. Dalej możemy zbliżyć się do innego aspektu Boga, poza piątym poziomem, ale nie zawsze jest to przyjemne. Zazwyczaj wyobrażamy sobie, że im wyżej tym lepiej, a to nie zawsze jest prawdą. Na przykład, udajemy się do pięknego pałacu i zostajemy zaproszeni do salonu pana domu. Siedzimy tam i częstowani jesteśmy chłodzącymi napojami i wspaniałym jedzeniem, itd. I wtedy myślimy, że powinniśmy pójść do dalszej części domu, pozwiedzać. Zapuszczamy się do miejsc, gdzie w tym domu trzyma się śmieci i, wiecie, wiele innych rzeczy. Nie są one zawsze istotne. Prawda? A także tam, gdzie jest generator, wchodzimy do pomieszczenia z przewodami elektrycznymi, które znajduje się zaraz z tyłu domu, poza domem, zostajemy porażeni prądem i wtedy tam umieramy. Nie jest to więc zawsze konieczne czy godne polecenia, aby iść dalej, ale możemy to zrobić w imię przygody. Tak?

**P:** Mistrzyni Ching Hai, mam dwa pytania. Pierwsze: z którego świata pochodzą wspomnienia z poprzedniego życia, jeśli możemy pamiętać poprzednie życie. I drugie: jaki związek mają przeszłe życia z karmą?

**M:** Z twoją obecną karmą? Tak?

**P:** Z obecną karmą i z obecnym sposobem rozumienia. Czy są one częścią tego nadmiernego bagażu?

**M:** Tak, tak. Wiążą się bardzo. Pierwsze pytanie, skąd pochodzi przeszła karma?

**P:** Wspomnienia z przeszłego życia.

**M:** Możecie odczytywać zapisy z przeszłego życia, to jest pewne. Te zapisy z przeszłego życia, jak wam już powiedziałam, pochodzą z Kroniki Akaszy. Tak. Jest to coś w rodzaju biblioteki w drugim świecie, dostępnej dla każdego, komu wolno tam wejść. Nie każdy może wejść do biblioteki ONZ i z niej korzystać. Ale ja na przykład mogę dzisiaj, ponieważ zostałam zaproszona do ONZ, aby wygłosić tutaj wykład. Prawda? Nie każdy może tam wejść, ale wy możecie, ponieważ jesteście w jakimś sensie mieszkańcami ONZ.

Podobnie, kiedy udajemy się do drugiego świata, to możemy „przeczytać” swoje poprzednie życie. Także, kiedy wchodzimy do pierwszego świata, możemy mieć jakieś przebłyski z przeszłego życia, ale są one fragmentaryczne i niedokładne. I jaki związek te doświadczenia z przeszłego życia mają z naszą obecną karmą? Można powiedzieć, że doświadczenia, które przeżyliśmy, były po to, abyśmy radzili sobie z obecnym życiem. Rozumiecie? Co przyswoiliście sobie w przeszłości, wprowadzacie w czyn w życiu obecnym. Podobnie, zbyt wiele nieprzyjemnych doświadczeń z przeszłości wywoła w was strach, gdy zobaczycie jakiś symbol, który jest bardzo podobny do czegoś, co zdarzyło się wam w przeszłym życiu. Na przykład, jeśli w poprzednim życiu spadliście ze schodów, przypadkiem, i po ciemku bardzo potłukliście się i nikt wam nie pomógł, to teraz, kiedy macie zejść ze schodów, odczuwacie lęk, zwłaszcza, gdy są one wysokie, a na dole jest ciemno. Będziecie walczyć ze sobą: iść czy nie. Albo, jeśli w poprzednim życiu studiowaliście i prowadziliście gruntowne badania w jakiejś dziedzinie nauki, to w tym życiu będziecie nią wciąż bardzo zainteresowani. To jest chiński łamaniec językowy. Przepraszam. Czy mój angielski jest ciągle zrozumiały? Tak? Dziękuję.

Wciąż więc czujecie się bardzo..., macie jakiś pociąg do wszelkich badań naukowych, nawet jeśli nie jesteście naukowcami. To dlatego Mozart był takim geniuszem. Kiedy miał cztery lata podszedł do pianina i zdobył sławę, która trwa do dziś. Prawda? Był geniuszem, ponieważ praktykował w wielu poprzednich życiach, aż osiągnął mistrzostwo, ale potem umarł. Rozumiecie? Zanim sława jego dosięgła szczytu, umarł, i nie zadowoliło go to, żeby po prostu odejść... zostawić swoją karierę, ponieważ kochał muzykę. Wrócił więc z powrotem i powróciły do niego wszystkie doświadczenia z przeszłego, muzycznego talentu, ponieważ, kiedy umierał, bardzo pragnął kontynuować. Rozumiecie? Niektórzy uczą się wielu rzeczy w świecie astralnym, czy w drugim świecie, zanim ponownie odrodzą się w tym świecie. Dlatego są oni obdarzeni niespotykanymi zdolnościami naukowymi albo muzycznymi, albo literackimi, albo mają umiejętności wynalazcze, których inni ludzie nie posiadają, widzicie, rodzaj bardzo niezwykłych zdolności wynalazczych, których inni ludzie nie mogą zrozumieć i nie śni im się nawet, że można by coś takiego wynaleźć. Tak? Ponieważ tamci to widzieli, nauczycieli tego. Zatem są dwa rodzaje uczenia się: na tym świecie i poza tym światem. Ci, którzy są utalentowani i doskonali, jak geniusze, to są eksperci spoza tego świata, ze świata astralnego, z drugiego świata... czasami z trzeciego świata, jeśli zdecydowali się na powrót. Są doskonali. Są geniuszami. Rozumiecie?

**P:** Mistrzyni, co dokładnie pociąga za sobą Twoja inicjacja i jeśli ktoś jest już zainicjowany, jak wygląda codzienna praktyka?

**M:** Tak więc... po pierwsze, wszystko jest bezpłatne i wolne od zobowiązań, poza tym, że musicie zobowiązać samych siebie, jeśli chcecie praktykować. Hm? Tak więc, oto warunki: Nie jest wymagane żadne doświadczenie. Nie jest wymagana żadna wcześniejsza znajomość jogi czy medytacji. Wy, ze swojej strony, musicie zobowiązać się do bycia weganami przez całe życie. I żadnych jajek. Wszystko nie związane z zabijaniem jest w porządku. Jajka, ponieważ one także związane są z

pół-zabijaniem, nawet jeśli są, jak to się mówi, niezapłodnione. Mają one także pewną właściwość, skłonność do przyciągania negatywnych mocy. Wiecie, to dlatego ludzie zajmujący się czarną i białą magią, czy voodoo - tzw. voodoo, używają jajek, by wypędzić demony z opętanej osoby. Wiecie o tym, czy nie? (Odpowiedź publiczności: Tak.) Wiecie? Och, to fantastycznie! Przynajmniej mam dla was natychmiastowy dowód, jeśli nie natychmiastowe oświecenie (śmiech).

A po inicjacji, w czasie inicjacji, doświadczycie światła i dźwięku Boga, muzyki ducha. Pociągnie was ona w górę, do wyższego poziomu świadomości. Poznacie smak Samadhi, stan głębokiego spokoju i radości. A potem będziecie praktykować w domu, jeśli potraktujecie to poważnie. Jeśli nie... to nie będę was nakłaniać, nie będę was już więcej niepokoić. Jeśli zdecydujecie się praktykować i zechcecie, bym wam pomogła w przebyciu całej drogi, wtedy wam pomogę. Jeśli nie, widzicie, to wasza droga. I dwie i pół godziny medytacji dziennie. Obudźcie się wcześniej rano. Przed zaśnięciem medytujcie dwie godziny i może pół godziny w czasie lunchu. Kiedy tutaj nie wykładam, macie godzinę na lunch. Możecie się gdzieś schować i medytować. To już jest jedna godzina. Tak? Wieczorem pomedytujcie następną godzinę lub pół godziny. Rano wstańcie godzinę wcześniej. Uregulujcie bardziej swoje życie, wiecie - mniej TV, mniej plotkowania, mniej telefonów, mniej gazet, wtedy będziecie mieli mnóstwo czasu. Tak naprawdę to mamy mnóstwo czasu, ale go marnujemy. To tak, jakby jeździć samochodem po podwórku, zamiast pojechać nim na Long Island. Czy to wystarczy? (Osoba zadająca pytanie: Tak.) Tak, i nic więcej.

Nie stawia się wam żadnych warunków, nic więcej poza tym, że zobowiązujecie się do praktykowania przez całe życie. Każdego dnia będziecie doświadczać w swoim życiu zmian na lepsze i różnych cudów. Chociaż nie będziecie się ich spodziewać. Tak czy inaczej zdarzą się. Rozumiecie? Wtedy naprawdę doświadczycie, czym jest Niebo na Ziemi,

jeśli naprawdę potraktujecie to poważnie. To właśnie dlatego wiele setek tysięcy uczniów wciąż nie odchodzi, wciąż nie opuściło mnie przez wiele lat, ponieważ mają coraz lepsze doświadczenia, ponieważ podchodzą do tego poważnie i praktykują.

**M:** Proszę. Panowie mają pierwszeństwo! (Mistrzyni śmieje się.)

**P:** Proszę, wyjaśnij naturę świadomości.

**M:** Naturę świadomości, dobrze. Trudno jest to wyjaśnić, lecz możecie posłużyć się swoją inteligencją, aby sobie to wyobrazić. Jest ona rodzajem mądrości. To tak jakbyście wiedzieli coś lepiej niż kiedykolwiek przedtem. Tak, wiecie, co jest poza tym światem i wiecie, co jest w tym świecie, wiecie o czymś, o czym nie wiedzieliście przedtem, rozumiecie wtedy wiele rzeczy, których teraz jeszcze nie rozumiecie lub nie rozumielście. Otwórzcie drzwi i pozwólcie ludziom wchodzić bez przeszkód. To jest świadomość. Także, kiedy otworzycie tę świadomość czy tzw. mądrość, zrozumiecie naprawdę, kim i dlaczego tutaj jesteście, i co więcej jest poza tym światem, i kto jeszcze istnieje poza tym światem czy oprócz mieszkańców naszego świata. Rozumiecie? Istnieje tam wiele rzeczy. Poziom świadomości jest więc pewnym stopniem rozumienia, tak jak są stopnie naukowe na uniwersytecie. Im więcej się uczycie, tym więcej wiecie, aż do ukończenia szkoły. Czy to pana zadowala?

Trudno jest wyjaśnić coś, co jest abstrakcją, ale spróbowałam. Jest to rodzaj bycia świadomym. Trudno jest wyjaśnić, co to jest bycie świadomym. Kiedy dochodzicie do innych, wyższych poziomów świadomości, wasze rozumienie jest inne. Rozumiecie rzeczy w inny sposób, czujecie się inaczej. Czujecie się tak zwyczajnie zupełnie spokojni, wyciszeni, radośni. Nie macie żadnych zmartwień i wszystko w waszym codziennym życiu staje się proste. Wiecie, jak wszystkim pokierować i jak skutecznie rozwiązywać problemy. Hm? Przynosi to nawet korzyści w wymiarze fizycznym. A co odczuwacie wewnątrz, to tylko wy wiecie. Trudno jest wyjaśnić te rzeczy. Tak samo, kiedy ożenicie

się z dziewczyną, którą kochacie, to, co wtedy czujecie, tylko wy wiecie. Hm? Nikt inny nie może tego za was wiedzieć.

**P:** Czcigodna Mistrzyni, dziękuję za wgląd, jaki nam ofiarowałaś. Ciekawa jestem, czy zechciałabyś wyrazić swoją opinię na temat tego, co pojawiło się w mojej świadomości. Dlaczego obecnie na Ziemi jest tak wielu mistrzów dających nam szansę uczenia się tak szybko, a co w przeszłości było tak trudno dostępne? Czy możesz się wypowiedzieć na ten temat?

**M:** Tak, oczywiście. Ponieważ w naszych czasach jest lepsza łączność. Mamy więc więcej informacji o mistrzach. To nie to, że w przeszłości nie było mistrzów, lub że mistrzowie byli niedostępni. Oczywiście to prawda, że niektórzy mistrzowie są bardziej dostępni niż inni. Zależy to od wyboru mistrza, czy od jego chęci dawania albo od jego pokrewieństwa z ludźmi. Ale też, w każdym wieku, zawsze jest jeden, dwóch, trzech, czterech, pięciu mistrzów. To zależy od potrzeb czasu. Jesteśmy jedynie bardziej świadomi obecności wielu różnych mistrzów, może mistrzów o różnych poziomach, ponieważ w obecnych czasach mamy to szczęście, że mamy środki masowego przekazu, telewizję, programy radiowe i książki, które możemy bardzo szybko wydrukować w milionach, tysiącach milionów egzemplarzy. W dawnych czasach, gdy chcieliśmy wydrukować książkę, musieliśmy najpierw ściąć drzewo i porąbać je prymitywnymi siekierami, które natychmiast stawały się „kaput” i już nie do użytku następnym razem, i musieliśmy je ostrzyć kamieniami, i robić różne inne rzeczy, i wycinać jedno słowo po drugim. A jeśli chcielibyśmy wtedy przewieźć komplet Biblii, potrzeba by było całego konwoju, rozumiecie, wielkich ciężarówek, jeśli mielibyśmy w tamtych czasach ciężarówki. Dlatego więc wiemy o wielu mistrzach. Tak, więc macie szczęście, to jest bardzo dobrze dla was, że możecie chodzić na zakupy, że możecie wybierać. Nikt więc nie może was oszukać i powiedzieć: „Ja jestem najlepszy”. Tak, możecie porównywać, za pomocą swojej mądrości, inteligencji, osądzić. „Och, ten jest lepszy” czy „ten mi się bardziej podoba”, „ta

twarz wygląda okropnie”, „och, ten jest brzydki”. (Śmiech.)

**P:** Skoro wspomniałaś o robieniu zakupów, mam takie pytanie: czy rozważyłabyś zainicjowanie kogoś, kto został już zainicjowany przez innego mistrza?

**M:** Jedynie wtedy, jeśli ta osoba naprawdę wierzy, że posiadam większe możliwości, by zabrać ją czy jego do wyższego poziomu i że zrobię to szybciej. Inaczej bowiem lepiej jest pozostać ze swoim mistrzem, jeśli czujesz się wciąż bardzo do niego przywiązana i wierzysz w niego, w tego mistrza. Jeśli wierzysz, że twój mistrz jest najlepszy, to nie zmieniaj go. Jeśli masz wątpliwości i jeśli wciąż nie doświadczyłaś światła i dźwięku, o których wspominałam, wtedy powinnaś spróbować. Tak, ponieważ światło i dźwięk są standardowym miernikiem prawdziwego mistrza. Kto nie potrafi dać ci natychmiastowego światła czy dźwięku, nie jest prawdziwym mistrzem, przykro mi to powiedzieć. Droga do Nieba wyposażona jest w światło i dźwięk. Podobnie, kiedy pragniesz zanurkować do morza, musisz być wyposażona w maskę, tlen i inny sprzęt. Różne rzeczy istnieją w różnych celach. Rozumiesz? To dlatego wszyscy święci mają aureole. To jest światło. Kiedy praktykujesz tą metodą, emanuje z ciebie takie samo światło, jakie namalowano na obrazach przedstawiających Jezusa, i można je zobaczyć. Jeśli ktoś posiada zdolności parapsychiczne, to może zobaczyć twoje światło. To dlatego Jezusa przedstawiano z aureolą, a Buddę otoczonego światłem. Jeśli „to” u ciebie jest otwarte (Mistrzyni wskazuje na środek czoła), możesz zobaczyć światło praktykujących, którzy osiągnęli wysoki poziom. Wielu ludzi potrafi je zobaczyć. Czy ktoś z was je widział? Ty? Co widziałaś?

**P:** Otóż, potrafię widzieć aury.

**M:** Tak, ale aura to coś innego niż światło. Aury mają różne kolory, czasami czarne, czasami są koloru kawy, a czasami są żółte lub czerwone. Zależnie od temperamentu osoby w danej chwili. Ale kiedy widzicie osobę z silną duchową aurą, wiecie, że ta aura jest inna. Prawda? Tak.

**M:** Teraz ta pani z tyłu! Podaj jej mikrofon.

**P:** Tak naprawdę, to ja nie mam pytania. Praktykowałam przez jakiś czas Radża Jogę.

**M:** Radża Jogę. Tak.

**P:** Chyba także widziałam aury. Chcę powiedzieć, że wtedy nie miałam zbyt dużej wiedzy na ten temat, rozumiesz.

**M:** Tak.

**P:** Nie rozumiałam tego.

**M:** I nie widzisz ich teraz? Czy widzisz je tylko czasami?

**P:** Nie, teraz nie medytuję.

**M:** To dlatego straciłaś te zdolności. Powinnaś zacząć medytować znowu, dobrze?

**P:** Tak.

**M:** Jeśli ciągle wierzysz w tamtą ścieżkę, powinnaś medytować. Pomoże ci to do pewnego stopnia. Nie zaszkodzi ci to.

**P:** Mistrzyni, przeczytałam w Twojej ulotce o pięciu zasadach. Czy po inicjacji należy ich przestrzegać?

**M:** Tak, tak. To są prawa wszechświata.

**P:** Nie rozumiem, co oznacza „seksualne złe prowadzenie się”.

**M:** Znaczy to, że jeśli masz już jednego męża, to nie rozważaj możliwości drugiego.

**P:** Dobrze. (Publiczność się śmieje).

**M:** To bardzo proste. Utrzymuj swoje życie w większej prostocie, bez komplikacji i sprzeczek wynikających z emocji. Rani to uczucia innych ludzi. My nie krzywdzimy innych, nawet emocjonalnie. To jest właśnie to. Próbuje unikać konfliktów, próbujemy unikać zadawania innym cierpienia emocjonalnego, fizycznego, umysłowego, szczególnie tym, których kochamy, to wszystko. Dobrze? Jeśli już to zrobiłaś, nie mów mu o tym. Rani to bardziej, kiedy się mówi. Po prostu rozwiąż to powoli i spokojnie, i nie przyznawaj się. Ponieważ czasami ludzie myślą, że jeśli mają romans, a potem pójdą do domu i opowiedzą o tym swojej żonie

lub mężowi, to jest to bardzo mądre i bardzo uczciwe. To nonsens. To nie jest dobre. Już popełniliście błąd, dlaczego mielibyście przynosić ten śmietnik do domu, by inni w nim grzebali? Jeśli on nie wie o tym, nie czuje się tak źle. Rozumiesz? Fakt, że się wie, rani. Tak więc spróbuj rozwiązać ten problem i nie stwarzaj go ponownie, to wszystko. Lepiej nie mówić o tym swemu partnerowi, ponieważ to go zrani.

**P:** Zauważyłem, że wielu duchowych mistrzów ma duże poczucie humoru. Jaka jest zależność między poczuciem humoru i praktyką duchową?

**M:** Aha, rozumiem. Myślę, że po prostu czują się oni szczęśliwi i zrelaksowani, wiesz, i wszystko traktują bardzo lekko. Potrafią śmiać się z siebie samych i śmiać się z innych, śmiać się z absurdów tego życia, podczas kiedy wielu ludzi trzyma się go kurczowo i traktuje je tak poważnie.

Praktykując, w jakiś sposób się rozluźniamy. Wiecie, nie czujemy się już tacy poważni. Jeśli umrzemy jutro, no to umrzemy, jeśli będziemy żyć, to będziemy żyć. Jeśli straciliśmy wszystko, to straciliśmy, jeśli mamy wszystko, to mamy. Tak, po osiągnięciu oświecenia mamy wystarczająco dużo mądrości i zdolności, żeby sobie poradzić w każdej sytuacji. Nie boimy się więc niczego. Opuszcza nas lęk, opuszcza nas niepokój. To dlatego jesteśmy zrelaksowani. Nie czujemy się związani z tym światem. Czy coś zyskujemy, czy tracimy, nie ma to już większego znaczenia. Jeśli dużo zyskamy, to tylko z korzyścią dla ludzi, bo wówczas to rozdamy i z korzyścią dla tych, których kochamy. Bo nie uważamy siebie, ani naszego życia za tak ważne, by znosić całą tę szarpaninę i cierpienia tylko po to, by je ocalić. Jeśli je zachowujemy, to wszystko w porządku.

To nie znaczy, że cały dzień siedzimy na łóżku, na łóżku pełnym gwoździ i medytujemy. My pracujemy. Rozumiecie? Na przykład, ja ciągle pracuję. Maluję i wykonuję rzemiosło artystyczne, żeby zarobić na swoje utrzy-

manie. Nie chcę brać darowizn od nikogo. A moje zarobki są tak duże, że nawet mogę pomagać innym ludziom. Mogę pomagać uchodźcom, ofiarom katastrof i wielu innym. Dlaczego nie mielibyśmy pracować? Po osiągnięciu oświecenia jesteśmy tak utalentowani, mamy tyle zdolności i życie jest dla nas takie proste, że czujemy, że nie musimy się martwić. Rozumiecie? Po prostu w naturalny sposób się odprężamy. W ten sposób rodzi się poczucie humoru. Myślę, że to jest właśnie tak, hm?

Czy uważacie, że mam poczucie humoru? (Publiczność: Tak.) W takim razie być może jestem mistrzem w jakimś sensie, hm? Tak. (Mistrzyni śmieje się). Mijmy nadzieję, przez wzgląd na was, że nie słuchaliście przez dwie godziny kogoś nieoświeconego, marnując czas. Jeszcze jakieś pytania?

**P:** Mistrzyni Ching Hai, szereg pytań nasuwa mi się na myśl i po prostu wypowiem je wszystkie, a Ty możesz odpowiedzieć na którekolwiek lub na żadne.

**M:** W porządku. Sto i osiem pytań.

**P:** A są to pytania, które my, poszukujące dusze, zawsze zadajemy i otrzymujemy w odpowiedzi teorie i przypowieści, i chciałabym po prostu usłyszeć, co Ty masz do powiedzenia na ten temat. Pierwsze pytanie: Kim jesteśmy? Kim jestem i jak to się stało, że znalazłam się w takiej sytuacji, że muszę wrócić do domu? I w jaki sposób odeszłam z domu i dlaczego jest to ważne, żebym powróciła? I mówiłaś o powrocie do piątej krainy, i że nie jest to koniecznie takie ważne, żeby iść dalej. Ale skoro istnieje coś dalej, to w jakim celu? Jaki to ma związek ze mną, jeśli ja nie muszę koniecznie tam wracać?

**M:** W porządku, po kolei. Myślę, że odpowiem najpierw na tę grupę pytań. Pierwszą grupę stanowią pytania: „Kim jesteś? Dlaczego jesteś tutaj i dlaczego musisz wrócić do domu, i dlaczego piąty a nie szósty?” Tak? To proste. Zaczyna być wesoło. Co do pytania „Kim jesteś?”, możesz spytać mistrzów Zen, których jest obfitość w stanie Nowy Jork.

Możesz zajrzeć do książki telefonicznej i znaleźć jakiegoś. (Śmiech.) Ja się w tym nie specjalizuję. I drugie: „Dlaczego jesteś tutaj?” Może dlatego, że chcesz tutaj być, hm? Bo kto inny może nas zmusić do bycia tutaj, skoro jesteśmy dziećmi Boga. Tak zwane dzieci Boga są takie same jak Bóg. Książę jest podobny do króla, tak, w pewnych aspektach, lub jest mniej więcej taki jak król, czy jak przyszły król. Jeśli więc zapragnie gdzieś być, wtedy tam się znajdzie. Hm? W każdym razie, mamy wolną wolę, by wybrać: przebywać w Niebie albo gdzieś indziej, by samemu wszystkiego doświadczyć. To prawdopodobnie ty wybrałaś, by być tutaj, na początku, wiele wieków temu, by poznać coś bardziej emocjonującego, rozumiesz, coś bardziej przerażającego. Niektórzy ludzie uwielbiają budzące lęk przeżycia, to wiecie. Na przykład - książę przebywa w pałacu, ale mógłby też wędrować po dżungli, rozumiecie. Jeżeli lubi badać przyrodę, może tak się zdarzyć. Hm? Mogło się zdarzyć, że byliśmy tak znudzeni, znudzeni w Niebie, bo wszystko było gotowe i podane pod drzwi pałacu, że chcieliśmy zrobić coś sami. Tak jak para królewska. Czasami pragną oni sobie sami coś ugotować i nie chcą, żeby służba była w pobliżu. I pochłapią się ketchupem i olejem, ale to im sprawia radość, rozumiecie? Nie wygląda to bardzo po książęcemu, ale oni to lubią. Tak.

Na przykład, zawsze ktoś prowadzi mój samochód. Dokąd bym nie pojechała, każdy chce być moim szoferem. Lecz czasami ja sama chcę prowadzić. Jeżdżę moim małym trójkołowym pojazdem, bezspalinowym trzykółkiem, elektrycznym, dziesięć mil na godzinę, nie, dziesięć kilometrów na godzinę. Lubię nim jeździć. Tak. Ponieważ wszędzie, dokąd się udaję, ludzie mnie zauważają, czasami więc chcę pojechać tam, gdzie nikt mnie nie zna. Jestem bardzo nieśmiała, z wyjątkiem, kiedy prowadzę wykład, gdyż stało się to czymś w rodzaju obowiązku, odkąd wyciągnięto mnie z ukrycia i rozsławiono moje imię. Nie mogę uciekać już tak często, ale czasami uciekam, na dwa, trzy miesiące. Tak jak przesycona żona, która ucieka od męża. Widzisz więc, to jest mój wybór.

Może więc ty wybrałaś, by tutaj pobyc przez chwilę, i może nadszedł teraz czas, że chcesz odejść, ponieważ poznałaś już wystarczająco dobrze ten świat i czujesz, że nie istnieje nic więcej, czego chciałabyś się tutaj nauczyć i że jesteś zmęczona tą podróżą. Chcesz odpocząć. Idź do domu, odpocznij najpierw. Potem zobaczysz, czy chcesz wybrać się znów, czy też nie, w podróż pełną przygód. W porządku? To na razie wszystko, co mogę ci powiedzieć. I dlaczego musicie wrócić do domu? I dlaczego piąty a nie szósty? To zależy od was. Po piątym możecie pójść dokądkolwiek chcecie. Wyżej jest dużo więcej poziomów. Rozumiesz? Lecz po prostu jest wygodniej, bardziej neutralnie tam pozostać. Może tak: dalej, w górę jest zbyt potężnie. Możecie pójść tam na chwilę, lecz być może nie chcielibyście tam odpoczywać.

Na przykład, wasz dom jest piękny, ale część domostwa jest przeznaczona na toaletę i nie chcielibyście w niej pozostać na zawsze, chociaż jest ona poza domem. Wiecie, wygląda jak na wzgórzu i jest tam wyżej, piękniej, lecz nie jest to miejsce na odpoczynek. Czy część domu, gdzie znajdują się przewody elektryczne, generator - hałaśliwy, głośny, wydzielający ciepło, gorący, wiecie, niebezpieczny. Nie chcielibyście tam przebywać, chociaż ta część jest bardzo pożyteczna dla waszego domu. Rozumiecie? To wszystko. Jest wiele aspektów Boga, których nie możemy sobie wyobrazić. Zawsze wyobrażamy sobie, że im wyżej pójdziemy, tym więcej będzie tam miłości. Lecz istnieją różne rodzaje miłości. Jest miłość brutalna, silna miłość, łagodna miłość, neutralna miłość. Tak więc, w zależności od tego, ile możemy znieść, Bóg da nam różne stopnie miłości. Różne poziomy oferują różne natężenia miłości Boga. W porządku? Lecz czasami jest ona zbyt silna, czujemy się... jak byśmy byli rozrywani na strzępy.

**P:** Mistrzyni, witam Cię. Widzę wokół siebie tak wielką dewastację, dewastację środowiska...

**M:** To prawda.

**P:** Oraz okrucieństwo... okrucieństwo wobec zwierząt.

**M:** To prawda.

**P:** Ciekawa jestem po prostu, jak Ty to odbierasz i co poradziłabyś ludziom, którzy próbują uwolnić się od tego świata w sposób duchowy, by radzić sobie z otoczeniem, radzić sobie z całą tą dewastacją, jaka rozgrywa się wokół nich. I czy myślisz, że wystarczy udać się poza ten świat, żeby poznać to, co zostawiamy poza sobą, lub czy uważasz, że mamy obowiązek próbować ulżyć cierpieniu na tym poziomie? I czy to pomoże?

**M:** Pomoże. Pomoże. Przynajmniej nam, naszemu sumieniu, tak żebyśmy poczuli, że coś robimy, że dołożyliśmy wszelkich starań, żeby ulżyć w cierpieniu naszym bratnim istotom. Ja robię to samo. Wszystko, o co pytasz, robię. Robiłam, robię i będę robić. Powiedziałam wam już, że czasami dajemy pieniądze różnym organizacjom czy różnym krajom, kiedy zdarzy się tam katastrofa. Nie chcę się tym chwalić, lecz skoro pytałaś. Na przykład, w zeszłym roku przekazaliśmy milion dolarów amerykańskich Filipinom na pomoc dla ofiar wybuchu wulkanu Mt. Pinatubo. Pomogliśmy ofiarom powodzi w Au Lak i ofiarom powodzi w Chinach, etc. Teraz próbujemy pomóc uchodźcom z Au Lak, żeby ulżyć... żeby odciążyć ONZ, rozumiecie? Pod warunkiem, że ONZ zechce, żebyśmy pomogli. Jednak próbujemy. Tak, czy teraz rozumiesz? Pomagamy im, wspierając ich finansowo, a także moglibyśmy przesiedlić ich, jeśli ONZ pozwoli na to - z błogosławieństwem ONZ. Rozumiesz? Tak, więc robimy to wszystko, o co pytałaś. A także, skoro już tutaj jesteśmy, możemy też oczyścić nasze środowisko na tyle, na ile jest to możliwe. Dlatego pomagamy cierpiącym i wspieramy wartości moralne tego świata. Zarówno duchowo, jak i fizycznie. Ponieważ niektórzy ludzie nie chcą ode mnie duchowej pomocy. Chcą jedynie pomocy materialnej, więc pomagamy im materialnie. To właśnie robimy. To dlatego muszę zarabiać pieniądze. To dlatego nie chcę utrzymywać się z pieniędzy darowanych przez ludzi. Rozumiecie? Wszyscy moi mnisi i uczniowie muszą pracować, tak samo jak wy. A potem, oprócz tego, pomagamy także duchowo, rozumiecie,

i pomagamy w cierpieniu tego świata, pomagamy ulżyć cierpiącym na tym świecie. Musimy to robić. Nie siedzimy cały dzień w Samadhi pełni radości. Taki Budda byłby bardzo egoistyczny. Takiego Buddy tutaj nie chcemy. (Śmiech.)

**P:** Mówiłaś o poziomie, gdzie jest się świadomym posiadania mocy, które pochodzą z bycia świadomym. A co się dzieje wtedy, kiedy jest się świadomą tych mocy, nie wiedząc, że się je posiada, ale jest się ich świadomą. Można nawet poczuć, że się je ma. Jak to jest, że się do nich dociera lub nie dociera? Jeśli nie dotrze się do nich, to jak można nie stracić cierpliwości wobec tego, co się dzieje wokół, kiedy widzi się, jak jakieś sprawy zaczynają posuwać się powolnym, ziemskim tempem, wiedząc, że można się po prostu pomodlić lub zrobić coś takiego, co spowoduje lepsze czy szybsze rozwiązanie?

**M:** Tak, rozumiem.

**P:** Co to znaczy i jak można mieć do tego dostęp z błogosławieństwem, które z tego zostanie wyniesione, tak? Czy rozumiesz, o co mi chodzi?

**M:** Rozumiem, rozumiem. Chodzi ci o to, że jeśli posiadamy moc zmieniania rzeczy i kiedy pewne sprawy posuwają się biurokratyczną i powolną drogą, to jak można mieć cierpliwość, żeby to znosić, tak? Gdy można by po prostu pomodlić się, czy poczarować, kiwnąć palcem i „pchnąć” to, prawda? Nie, ja mam cierpliwość, ponieważ musimy pracować zgodnie z tempem tego świata, by nie doprowadzić go do chaosu. Tak.

Na przykład, dziecko nie potrafi biegać. Jeśli sama się śpieszysz czy chcesz biec, to nie poganiasz dziecka i nie sprawiasz, że ono się potyka i upada. Musimy być cierpliwi. Chociaż mamy siłę, by biec, to z dzieckiem idziemy. Dlatego też czasami jestem sfrustrowana i zniecierpliwiona, lecz nauczyłam się cierpliwości. To dlatego muszę chodzić i chylić głowę przed jednym prezydentem za drugim, dla uchodźców, mimo że chcemy im dać całkowite wsparcie finansowe. Oddalibyśmy wszystko, co mamy,

wszystko, miliony dolarów, nawet miliardy. Musimy przechodzić przez system biurokratyczny.

Oddajcie cesarzowi, co cesarskie. Rozumiesz? Nie mam zamiaru skinąć głową, czy nawet kiwnąć palcem na ONZ - żeby coś zrobili. Nie, nie. Kiedy używamy fizycznej, magicznej mocy, powodujemy katastrofy w tym świecie. Rozumiesz? Wszystko musi iść swoją drogą. Lecz ludzką świadomość możemy podnosić poprzez duchowe uzdrawianie, poprzez duchową mądrość, rozumienie. Dać im tę wiedzę, dzięki której będą skłonni coś zrobić i współpracować. To jest najlepsza droga, a nie stosowanie mocy magicznej. Nigdy nie posługuję się magią rozmyślnie, w żadnym aspekcie życia. Lecz cuda się po prostu zdarzają praktykującym ścieżkę duchową. To jest bardzo naturalne, ale niezamierzone, rozumiesz? Nie próbujemy niczego przyspieszać. Tak, to nie jest dobre. Dziecko nie może biegać. W porządku?

Czy jesteś zadowolona z mojej odpowiedzi? Jeśli któraś z moich odpowiedzi nie zadawała was, proszę, dajcie mi znać, ponieważ mogę wyjaśnić więcej. Ale ufam, że jesteście bardzo inteligentni, jako wybrani, najinteligentniejsi ludzie wszystkich narodów. Dlatego nie mówię zbyt dużo. Jeszcze jakieś pytania?

A propos, muszę powiedzieć, że to dobrze, że mamy Organizację Narodów Zjednoczonych. Tak. Eliminujemy wiele konfliktów i wojen na świecie, chociaż nie możemy ich zlikwidować zupełnie. Czytałam wydane przez was książki, książki Organizacji Narodów Zjednoczonych „Wszyscy jesteśmy Narodami Zjednoczonymi”. I prześledziłam niektóre prace ONZ. Muszę pochwalić jego wysiłki i skuteczność w uwalnianiu zakładników, kiedy inni ludzie nie potrafili tego zrobić, żadna siła na świecie nie mogła ich uwolnić, a jeden pełnomocnik ONZ tego dokonał. Tak, i jeszcze wiele innych akcji pomocy ofiarom katastrof, uchodźcom. Słyszałam, że jesteście odpowiedzialni za około dwanaście milionów uchodźców, tak? To jest już dużo pracy, a jeszcze wojny itd. Dobrze

więc, że mamy ONZ, tak! Bardzo dobrze.

**P:** Dziękujemy Ci, Mistrzyni Ching Hai, za podzielenie się z nami swoją mądrością. Moje pytanie dotyczy wzrostu zaludnienia na świecie i towarzyszącego mu problemu dalszego wyniszczania środowiska i dodatkowego, zwiększonego zapotrzebowania na żywność. Czy zechciałabyś wyrazić swoją opinię na temat wzrostu liczby ludności na świecie? Czy jest to karmą tego świata? Albo czy wytworzy to pewien rodzaj karmy w przyszłości?

**M:** Hm. Więcej ludzi na tym świecie to też jest dobrze. Dlaczego nie? Większy tłok, więcej hałasu, więcej zabawy, czyż nie?

W zasadzie problem przeludnienia nie istnieje. Tylko nie osiedlamy się równomiernie. Ludzie skupiają się jedynie w pewnych miejscach na świecie i nie chcą przenosić się do innych. To wszystko. Tak, istnieje wiele ogromnych obszarów niezamieszkałych ziem, których nie wykorzystujemy. Wiele wysp dziewiczych, wiele rozległych... płaskowyżów, które się tylko zielenią lasem i niczego tam nie ma. Hm, ludzie lubią skupiać się tylko w Nowym Jorku, na przykład (śmiech), ponieważ tutaj jest weselej.

Tak, ponieważ jeśli rząd, jakikolwiek rząd, byłby w stanie stworzyć stanowiska pracy, rozumiecie, i przemysł, i różne możliwości zatrudnienia w różnych miejscach, to i ludzie udaliby się tam także, żeby pracować. Skupiają się oni jedynie w pewnych miejscach, ponieważ jest tam łatwiej znaleźć pracę czy poczucie bezpieczeństwa. Jeśli poczucie bezpieczeństwa, poczucie pewności i możliwość zatrudnienia pojawiłyby się w tych innych miejscach, ludzie przenieśliby się tam również. Udaliby się tam, żeby żyć bezpiecznie i mieć środki do życia. To jest bardzo naturalne, czyż nie? Tak więc nie musimy obawiać się przeludnienia. Powinniśmy być bardziej zorganizowani, żeby dać ludziom tego świata więcej możliwości zatrudnienia i więcej miejsc zamieszkania oraz zapewnić im poczucie bezpieczeństwa. Wtedy wszędzie będzie tak

samo. Nigdy nie będzie problemu przeludnienia.

A co do twojego pytania dotyczącego pożywienia, powinnaś być lepiej zorientowana. Ponieważ w Ameryce jest dostępnych tak wiele informacji na temat tego, jak chronić ten świat. Dieta wegańska jest jednym z najlepszych sposobów na to, żeby oszczędzać światowe zasoby, żeby wyżywić całą populację Ziemi, ponieważ marnujemy mnóstwo pożywienia wegańskiego, energii, elektryczności, lekarstw, po to, aby hodować zwierzęta. Rozumiesz? Podczas gdy można by nim bezpośrednio nakarmić innych ludzi.

Wiele krajów trzeciego świata sprzedaje swoje bogate w białko pożywienie wegańskie po niższej cenie. Ale nie jest to pomocą dla ludności innych krajów tego świata. Jeśli rozprowadzilibyśmy całą żywność równomiernie, a pomogłaby w tym dieta wegańska, to pomogłoby to nie tylko nam, nie tylko zwierzętom, ale całemu światu. Pewne badania... Ostatnim razem, kiedy tutaj byłam, w ONZ, już o tym wspominałam. Teraz nie pamiętam. Jeśli będziemy jeść jedynie pożywienie wegańskie, świat nie zazna więcej głodu. Musimy również to zorganizować, tak, zorganizować.

Znam człowieka, który potrafi przetworzyć otręby ryżowe w odżywczy pokarm, a nawet w mleko. Niedawno z nim o tym rozmawiałam. Powiedział mi, że za około trzysta tysięcy dolarów może nakarmić sześćset tysięcy ludzi na Cejlonie - biednych, niedożywionych, matki, itp. Tak, to fantastyczne. Ponieważ w wielu krajach świata marnujemy bogactwa naturalne. To nieprawda, że nie mamy ich wystarczająco. Bóg nie umieściłby nas tutaj, by nas zgłodzić. Tak naprawdę, to zagładzamy się sami. Musimy więc przemyśleć to raz jeszcze... przemyśleć, zreorganizować, a na to potrzeba błogosławieństwa rządów wielu krajów. Muszą one pobłogosławić nas swoją absolutną uczciwością, czystością intencji i szacunkiem, i chęcią służenia ludziom, a nie służenia sobie.

Jeśli otrzymamy błogosławieństwa rządów wszystkich krajów, rozumiecie, nie będzie żadnych problemów, naprawdę żadnych problemów. Musimy mieć dobre przywództwo, dobrą ekonomiczną organizację i utalentowanych ludzi w rządach, i uczciwe rządy. Nastąpi to szybciej, kiedy wielu albo większość ludzi, czy kiedy wszyscy ludzie staną się uduchowieni. Wówczas będą oni wiedzieli, jak utrzymywać dyscyplinę. Wówczas będą oni znali zasady. Wówczas będą wiedzieć, jak być uczciwym i wewnętrznie czystym. Wówczas będą wiedzieć, jak korzystać z własnej mądrości. Wtedy będą mogli myśleć o dokonaniu wielu rzeczy i będą mogli zreorganizować nasze życie. Tak? Inaczej bowiem, jeśli jedynie ubiegacie się o władzę za pomocą pieniędzy ze swojej kieszeni lub pieniędzy zebranych od innych ludzi, a potem próbujecie znowu zebrać tyle samo pieniędzy, zanim skończy się wasza kadencja, to nie pomoże to wcale. Nie ma znaczenia, czy siedzimy na kopalni złota - wszyscy umieramy w ubóstwie. Przywódcy wielu narodów powinni być świadomi swojej władzy i odpowiedzialności. Powinni myśleć o ludziach, zreorganizować ten system.

**P:** Wydaje się to bardzo skomplikowane, ponieważ, tak jak ja to widzę, wyniszczanie środowiska dzisiaj ma w dużej mierze związek ze wzrostem zapotrzebowania ludności na więcej terenów do życia, na domy, na ten sposób życia, jaki znamy w XX wieku i jaki chcemy prowadzić. Powiedzmy, lasy w Brazylii. Wyniszczanie tamtejszego środowiska. Niszczenie tamtejszych lasów, lasów tropikalnych. Ziemia została tam оголоcona, w rezultacie czego powstają powodzie. Te problemy nie są bez związku z problemem przeludnienia.

**M:** Tak, oczywiście, wszystko jest ze sobą powiązane w tym świecie. Jedynym rozwiązaniem jest rozwiązać ten problem od korzenia, nie od gałęzi. A korzeniem jest duchowa stabilizacja. Rozumiesz? (Oklaski.)

Tak więc to, co musimy zrobić, to spróbować rozpowszechniać przesłanie duchowe, to, co wiemy i utrzymywać dyscyplinę duchową. Jej właśnie

ludzie nie mają.

W porządku, że zamykamy się w elektrycznej maszynie i widzimy trochę światła, i słyszymy trochę brzęczącej muzyki, i osiągamy Samadhi. Lecz jeśli nie macie dyscypliny moralnej, to wtedy w pewnych sytuacjach używacie tej mocy tylko w złym celu. Nie potraficie jej kontrolować. Rozumiecie?

To dlatego w naszej grupie najpierw uczymy ludzi zasad. Zasady są ważne. Musimy wiedzieć, dokąd zdążamy i jak manewrować swoją mocą. Moc bez miłości, bez współczucia, bez właściwego rozumienia wartości moralnych, jest bezużyteczna. Staje się ona czarną magią, nadużywaniem. Tak. To stąd wzięła się czarna magia.

Tak więc łatwo jest osiągnąć oświecenie, ciężko jest je utrzymać. Na naszej ścieżce, jeśli nie jesteście naprawdę zdyscyplinowani i moralnie przygotowani, mistrz zabierze trochę waszej mocy, żebyście jej nie nadużywali i nie wyrządzili krzywdy społeczeństwu. Rozumiecie? Taka jest różnica. Mistrz posiada kontrolę - moc mistrza, moc mistrza. Jestem bardzo zadowolona ze wszystkich waszych inteligentnych pytań, bardzo inteligentnych. Ludzie robią takie rzeczy, ponieważ nie są dość mądrzy - jak wyniszczanie tej ziemi, o czym właśnie powiedziałaś, itp., dzieje się to jedynie z braku mądrości.

Tak więc korzeniem jest mądrość, duchowa praktyka. Osiągnijcie oświecenie. Tak, proszę pani?

**P:** Moje pytanie jest takie: wiem, że walczę o to, żeby postępować właściwie, kontynuować praktykę i wiem, że walczę przeciwko czemuś, co walczy przeciwko mnie. Moje pytanie jest takie: jak skończyć z tą walką? Jak wygrać?

**M:** Na tym właśnie polega zabawa. Jeśli coś jest zbyt łatwe, to wiesz, jest

brak rywalizacji, i nie chcesz nawet wygrać. Otóż, mamy w sobie dwie siły. W terminologii orientalnej i chińskiej nazywamy je „Yin i Yang”. Hm. W terminologii zachodniej nazywamy je negatywną i pozytywną. Właśnie siła negatywna popycha nas do zrobienia czegoś wbrew naszej woli, a siła pozytywna pomaga nam przezwyciężyć tę tendencję. I czasami przegrywamy, czasami wygrywamy, zależy to od naszej duchowej dyscypliny i mocy. Próbuj walczyć i praktykuj.

Tak jak ONZ zмага się ze sprawą uchodźców i wojnami na świecie. Czasami wygrywa się na końcu, wymaga to trochę walki.

Dziękuję za uwagę. Wszystkiego najlepszego.

**I**nicjacja nie jest w zasadzie inicjacją... Przychodźcie jedynie tutaj i pozwalacie, bym pomogła wam pomóc samym sobie. Nie przyszłam tutaj, by uczynić z was swoich uczniów... Przyszłam, by pomóc wam zostać Mistrzami.

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

**W**szyscy już wiedzą, co to jest medytacja, ale wy medytujecie na niewłaściwe tematy. Niektórzy medytują o pięknych dziewczynach, niektórzy o pieniądzach, niektórzy o interesach. Za każdym razem, kiedy zupełnie się na czymś koncentrujecie, całym swoim sercem, na jednej tylko rzeczy, to jest to medytacja. Ja koncentruję się tylko na Wewnętrznej Mocy, na współczuciu, na Boskich cechach miłości i miłosierdzia.

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

**I**nicjacja oznacza początek nowego życia, w nowy sposób. Oznacza ona, że Mistrz zaakceptował twoje wejście do kręgu istot świętych. Po niej nie jesteś już zwyczajną istotą, jesteś czymś więcej. W dawnych czasach nazywano ją 'chrztem' lub 'przyjęciem schronienia w Mistrzu.

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

## Inicjacja w Metodę Quan Yin

Mistrzyni Ching Hai inicjuje w Metodę Quan Yin wszystkich, którzy szczerze chcą podążać tą ścieżką. „Quan Yin” w języku chińskim oznacza kontemplację dźwięku. Metoda ta polega na medytacji nad wewnętrznym światłem i dźwiękiem. O tych wewnętrznych wizjach mówi duchowa literatura niemal wszystkich religii świata.

Na przykład, w chrześcijańskiej Biblii czytamy: **Na początku było Słowo i Słowo było z Bogiem, i Bogiem było Słowo** (Jan 1. 1.). „Słowo” to jest wewnętrzny dźwięk. Nazywano go też Logos, Shabd, Tao, Strumieniem Dźwięku, Naam czy Muzyką Niebiańską. Mistrzyni Ching Hai mówi o nim tak: ***Wibruje on w każdej formie życia i wspiera cały Wszechświat. Ta wewnętrzna melodia może wyleczyć wszystkie rany, spełnić każde życzenie, ugasić każde ziemskie pragnienie. Jest ona wszechmocna i wszechmiłująca. To dlatego, że jesteśmy z tego dźwięku stworzeni, skontaktowanie się z nim przynosi naszym sercom spokój i zadowolenie. Po tym, jak usłyszymy ten Dźwięk, zmienia się cała nasza istota, poprawia się nasze nastawienie do życia.***

Wewnętrzne światło, światło Boga, jest tym światłem, do którego odnosi się słowo „oświecenie”. Jego intensywność może być różna, od delikatnego błysku do jasności milionów słońc. To poprzez wewnętrzne światło i dźwięk poznajemy Boga.

Inicjacja w Metodę Quan Yin nie jest jakimś ezoterycznym rytuałem czy ceremonią przyjmowania nowej religii. Podczas inicjacji przekazane zostają dokładne instrukcje dotyczące medytacji nad wewnętrznym światłem i wewnętrznym dźwiękiem. Otrzymujecie wtedy od Mistrzyni Ching Hai duchowy przekaz. Pierwszy przekaz Boskiej Obecności odbywa się w ciszy i Mistrzyni Ching Hai nie musi być przy tym fizycznie obecna. Ten przekaz jest najważniejszą częścią Metody Quan Yin. Bez błogosławieństwa przekazu Mistrzyni, sama medytacja według podanych instrukcji nie przynosiłaby korzyści.

Ponieważ już w momencie inicjacji można usłyszeć wewnętrzny dźwięk i zobaczyć wewnętrzne światło, proces przekazu określa się czasami jako „nagle” albo też „natychmiastowe oświecenie”.

Mistrzyni Ching Hai przyjmuje na uczniów wszystkich bez względu na pochodzenie i wyznanie. Nie musicie zmieniać swojej religii czy wyznania. Nie będziecie poproszeni o przystąpienie do żadnej organizacji, o płacenie składek, czy o uczestnictwo w czymś, co kolidowałoby z waszym obecnym stylem życia. Jednakże zostaniecie poproszeni o zostanie weganami. Przed przyjęciem inicjacji musicie zobowiązać się do przestrzegania diety wegańskiej przez resztę życia.

Inicjacja jest bezpłatna. Jedynymi wymogami, jakie należy spełniać po przyjęciu inicjacji, jest codzienna praktyka Metodą Quan Yin oraz przestrzeganie „Pięciu Zasad”. Zasady te są tylko wskazaniem, które pomogą wam nie krzywdzić siebie i innych żyjących stworzeń. Codzienna praktyka umocni i pogłębi pierwsze doświadczenie oświecenia, jakiego doznacie podczas inicjacji i pomoże wam w osiągnięciu Najwyższego Oświecenia lub Stanu Buddy czy Chrystusa. Nie praktykując codziennie, niemal na pewno zapomnicie o tym pierwszym doświadczeniu i powrócicie do normalnego poziomu świadomości.

Mistrzini Ching Hai pragnie jedynie nauczyć nas, jak być samowystarczalnymi. Dlatego metodą, której uczy Mistrzini, każdy może praktykować sam, bez udziału innych osób czy środków. Mistrzini nie szuka wyznawców, czcicieli, uczniów, nie zakłada organizacji, w której płaci się składki. Nie przyjmuje pieniędzy, prezentów, nie pragnie pokłonów, więc nie należy Jej tego ofiarowywać. Mistrzini zależy jedynie na naszej szczerości w codziennym życiu i abyśmy rzetelnie medytowali, co ułatwi nam postępy i osiągnięcie poziomu świętych.

## Pięć Zasad

1. Nie krzywdź czujących istot \*
2. Nie kłam
3. Nie bierz niczego, co do ciebie nie należy
4. Nie cudzołóż
5. Nie zażywaj środków odurzających

\*To przykazanie wymaga ścisłego przestrzegania diety wegańskiej: nie jedzenia mięsa, drobiu, ryb, nabiału ani jajek nawet niezapłodnionych.

**O**soba w pełni boska to osoba w pełni ludzka. Osoba w pełni ludzka jest w pełni boska. Obecnie jesteśmy tylko w połowie ludzcy. Wszystko robimy z wahaniem, słucząc swoim ego. Nie wiemy, że to wszystko zostało zaaranżowane przez Boga dla naszej przyjemności, po to, abyśmy to przeżyli. Oddzielamy grzech od cnoty. Robimy wielkie rzeczy ze wszystkiego i osądzamy siebie i innych. Cierpimy z powodu własnych ograniczonych poglądów na temat tego, co Bóg powinien zrobić. Rozumiecie? Tak naprawdę Bóg jest w nas i to my Go|Ją ograniczamy. Lubimy się dobrze bawić, lecz nie wiemy jak. Mówimy ludziom - Och, nie powinienes tego robić! I mówimy sobie - Nie powinienem tego robić. Nie wolno mi tego zrobić! Dlaczego więc miałbym być weganinem? Tak, ja to wiem. Jestem weganką, bo Bóg we mnie tego chce."

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

**K**iedy zachowujemy czystość w działaniu, mowie i myślach, wszystkie bóstwa, bogowie i anioły stróże nas wspomagają. W takiej chwili cały wszechświat należy do nas i wspiera nas. I znajdujemy się na tronie, by władać.

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

## Korzyści z diety wegańskiej

**A**by otrzymać inicjację w metodę medytacji Quan Yin, należy zobowiązać się do przestrzegania diety wegańskiej przez resztę życia. Dieta wegańska polega na odżywianiu się wyłącznie pokarmami pochodzenia roślinnego. Należy unikać spożywania wszelkich produktów pochodzenia zwierzęcego, także mleka i jajek. Istnieje wiele powodów, dla których ludzie powinni być weganami. Najważniejszym jest przestrzeganie Pierwszego Przykazania, które każe nam powstrzymać się od odbierania życia istotom czującym: **Nie zabijaj.**

Jest oczywiste, że nie zabijanie i nie krzywdzenie istot żyjących jest korzystne dla tych ostatnich, mniej oczywiste jest to, że nie zadawanie cierpienia innym jest równie dobre dla nas samych. Dlaczego? Z powodu prawa karmy - **Jak posiejesz, tak zbierzesz.** Kiedy zabijasz lub jeśli jesteś pośrednią przyczyną czyjejś śmierci, a dzieje się to wtedy, gdy ktoś inny zabija, żebyś mógł jeść mięso, powodujesz tworzenie się długu karmicznego i w przyszłości dług ten będzie musiał zostać spłacony.

Zatem dieta wegańska przynosi korzyści przede wszystkim nam samym. Po przejściu na weganizm poczujecie się lepiej, życie stanie się łatwiejsze, zmniejszy się bowiem wasz dług karmiczny. Zostaniecie zaproszeni do nowej, subtelnej, niebiańskiej krainy wewnętrznych doświadczeń, a dla tego warto jest powstrzymać się od jedzenia mięsa.

Poza tym, że weganizm sprzyja szybkiemu rozwojowi duchowemu, istnieją też inne powody, dla których powinniśmy być weganami. Są to: troska o zdrowie, o jakość spożywanego pokarmu oraz ochrona środowiska

naturalnego. Weganizm jest także wykładnią wysokiego poziomu etyki, aktywnie przeciwstawia się bezmiernemu cierpieniu zwierząt, a także pomaga w rozwiązaniu problemu głodu na świecie.

## Zdrowie i odżywianie

Badania nad ewolucją człowieka dowodzą, że nasi przodkowie byli z natury wegetarianami. Zostało to udowodnione między innymi przez dr G.S. Huntingtona z amerykańskiego uniwersytetu Columbia. W swojej rozprawie z dziedziny anatomii stwierdził on, że u zwierząt mięsożernych obydwa jelita, zarówno cienkie jak i grube, są krótkie, przy czym jelito grube jest proste i gładkie. Zwierzęta roślinożerne natomiast obydwa jelita mają długie. Ponieważ mięso zawiera dużo białka i niewielką ilość błonnika, jego strawienie nie trwa długo, toteż jelita zwierząt mięsożernych są krótsze niż jelita zwierząt roślinożernych.

Jelita człowieka, tak cienkie jak i grube, podobnie jak u zwierząt roślinożernych, są długie. Razem mają około 8.5 metra długości. Jelito krótkie jest pozwijane, a jego ścianki są pofałdowane. Ponieważ nasze jelita są dłuższe niż u zwierząt mięsożernych, mięso, które spożywamy, pozostaje w nich dłużej, w wyniku czego zaczyna się psuć i wytwarzać substancje toksyczne. Te trujące substancje, jak wykazują badania, mogą być przyczyną raka okrężnicy, a przeciążenie przez nie wątroby, której funkcją jest wydalanie związków toksycznych z organizmu, może doprowadzić do jej marskości, a nawet raka.

Mięso zawiera również duże ilości protein urokinazy i mocznika, co wpływa na zwiększenie aktywności nerek. W każdym kilogramie mięsa wołowego znajduje się 31 gramów urokinazy. Funkcje metaboliczne żywych komórek umieszczonych w płynnym roztworze protein urokinazowych ulegają degeneracji. Brak w mięsie błonnika może powodować zaparcia, które

często są przyczyną hemoroidów i raka odbytnicy.

Cholesterol i tłuszcze nasycone pochodzenia zwierzęcego powodują choroby krążenia, które obok nowotworów stanowią przyczynę większości zgonów w USA i na Formozie. Doświadczenia wykazały, że podczas pieczenia i smażenia wytwarza się w mięsie silnie rakotwórczy związek chemiczny o nazwie Methylcholanthrene.

Większość ludzi sądzi, że w dzisiejszych czasach mięso jest czyste i „bezpieczne”, i że w rzeźniach przeprowadzane są kontrole mięsa. Jednak codziennie zabija się na sprzedaż zbyt wiele bydła i świń, aby każde zwierzę mogło być indywidualnie przebadane. Trudno jest nawet sprawdzić, czy jakiś fragment mięsa jest zarażony rakiem, nie mówiąc o przebadaniu każdego zwierzęcia. Obecnie po prostu obcina się chorą głowę lub chorą nogę. Jedynie chore organy są usuwane, reszta jest sprzedawana.

Sławny lekarz dr J.H. Kellogg, wegetarianin, powiedział: „Kiedy spożywamy wegański posiłek, nie musimy obawiać się, na jaką chorobę umarło nasze jedzenie, a to czyni posiłek radosnym!”

Istnieje jeszcze inny problem. Antybiotyki i inne lekarstwa, a także sterydy i hormony powodujące wzrost, dodawane są do pokarmu zwierząt lub aplikowane im w formie zastrzyków. Ludzie spożywający mięso tych zwierząt kumulują te substancje w swoich organizmach i w konsekwencji uodparniają się na ich działanie.

Powszechnie uważa się, że dieta wegańska nie jest wystarczająco odżywcza. Amerykański chirurg, dr Miller, przez 40 lat prowadził praktykę lekarską na Formozie. Otworzył tam szpital, w którym wszystkie posiłki, zarówno dla personelu, jak i pacjentów, były wegańskie. Oto fragmenty jego wypowiedzi: Medycyna oparta na nowoczesnej nauce uczyniła wiel-

kie postępy, lecz potrafi ona jedynie leczyć chorobę. Pokarm natomiast może utrzymywać nas w zdrowiu. (...) Pokarm pochodzenia roślinnego, w przeciwieństwie do mięsa, jest bezpośrednim źródłem wartości odżywczych. Ludzie jedzą zwierzęta, lecz zjadane przez nich zwierzęta żywią się roślinami. (...) Większość zwierząt żyje krótko, chorują one także niemal na wszystkie choroby, na jakie chorują ludzie. Jest więc bardzo prawdopodobne, że przyczyną chorób ludzi jest jedzenie mięsa chorych zwierząt. Dlaczego zatem ludzie nie żywią się bezpośrednio pokarmem roślinnym?

Dr Miller uważał, że aby otrzymać pełno-wartościowe pożywienie niezbędne do zachowania zdrowia wystarczą zboże, fasola i warzywa. Panuje przekonanie, że pełnowartościowe białko zwierzęce jest lepsze niż białko roślinne. W rzeczywistości niektóre rośliny także zawierają kompletne białko. Pełnowartościowe białko można otrzymać poprzez kombinację kilku różnych produktów roślinnych składających się na jeden posiłek.

W marcu 1988r. Amerykańskie Towarzystwo Dietetyczne (ADA) opublikowało następujące oświadczenie: „ADA oficjalnie uznaje dietę wegańską za zdrową i wystarczająco odżywczą, gdy jest ona właściwie planowana”.

Powszechna jest opinia, że ludzie jedzący mięso są silniejsi niż weganie. Zaprzecza temu jednak eksperyment przeprowadzony przez Profesora Irvinga Fishera z Uniwersytetu Yale (USA). Do udziału w tym eksperymencie zaproszono 32 wegetarianów i 15 osób odżywiających się mięsem. Uczestników poproszono, by wyciągnęli przed siebie ręce i trzymali je w tej pozycji tak długo, jak będzie to możliwe. Wynik testu był oczywisty. Spośród 15 osób odżywiających się mięsem tylko dwie były w stanie utrzymać wyciągnięte ręce od 15 do 30 minut, spośród 32 wegetarianów: 2 osoby trzymały wyciągnięte ręce od 15 do 30 minut, 15 osób ponad

30 minut, 9 osób ponad godzinę, 4 osoby ponad dwie godziny, a jedna nawet ponad trzy godziny!

Wielu biegaczy długodystansowych stosuje przed zawodami dietę wegańską lub wegetariańską. Dr Barbara Moore, propagująca leczenie dietą wegańską i wegetariańską, ukończyła bieg na 110 mil (około 170 km) w czasie 27 godzin i trzydziestu minut. 56-letnia kobieta pobiła wszystkie rekordy ustanowione przez młodych mężczyzn. Po wygranym wyścigu pani Moore powiedziała: „Chcę być przykładem na to, że człowiek odżywiający się pełnowartościowym pożywieniem wegańskim i prowadzący czysty tryb życia ma silne ciało i jasny umysł” powiedziała pani Moore.

Czy weganie otrzymują wystarczająco białka? Według światowej Organizacji Zdrowia 4,5 procent dziennego zapotrzebowania na kalorie powinno pochodzić z białka. Z białka pszenicy można uzyskać 17 procent kalorii, z brokuła 45 procent, z ryżu 8 procent. Pożywienie wegańskie jest więc bogate w białko. Dzięki diecie wegańskiej możemy uniknąć wielu chorób, takich jak choroby serca i nowotworowe, co jasno czyni weganizm lepszym wyborem.

Istnieje zależność między spożywaniem mięsa i innych produktów pochodzenia zwierzęcego, zawierających dużą ilość tłuszczów nasyconych, a zachorowalnością na choroby serca, raka piersi, raka okrężnicy oraz apopleksję. Takie choroby jak kamienie nerkowe, rak prostaty, cukrzyca, wrzody żołądka, kamienie żółciowe, podrażnienie jelit, artretyzm, choroby dziąseł, trądzik, rak trzustki, rak żołądka, hipoglikemia, zaparcia, nadciśnienie, osteoporoza, guzy macicy, hemoroidy, otyłość i astma, mogą być wyleczone po przejściu na dietę wegańską, którą cechuje niski poziom spożycia tłuszczu. Weganizm jest więc korzystniejszy dla naszego zdrowia. Jedzenie mięsa, poza paleniem tytoniu, stanowi największe zagrożenie dla zdrowia.

## Zagrożenie dla środowiska naturalnego

Hodowla bydła na mięso nie pozostaje bez wpływu na równowagę ekologiczną Ziemi. Jest powodem niszczenia lasów tropikalnych, zmian klimatu, zanieczyszczenia i niedoborów wody, wyjałowienia gleby, braku energii elektrycznej, a także głodu na świecie. Sposób spożytkowania ziemi, wody, energii i ludzkiej pracy potrzebnych do wyprodukowania mięsa nie jest wydajną metodą korzystania z bogactw naturalnych naszej planety.

Od roku 1960 około 25 procent lasów tropikalnych w Ameryce Łacińskiej zostało wypalonych i oczyszczonych, aby stworzyć nowe pastwiska dla bydła. Obliczono, że każdy kotlet o wadze 10 kg, zrobiony z mięsa zwierząt hodowanych na pastwiskach po wyciętych lasach tropikalnych jest „odpowiedzialny” za zniszczenie ok. 5 m kwadratowych tej puszczy. Ponadto, hodowla bydła ma znaczny udział w wytwarzaniu trzech gazów, które powodują postępujące zmiany klimatyczne. Przyczynia się też w dużej mierze do zanieczyszczenia wody. Aby wyprodukować 1 kg wołowiny, trzeba zużyć ponad 22 tys. litrów wody, podczas gdy do produkcji 1 kg pomidorów potrzeba 239 litrów, a 1 kg chleba 1252 litrów. Licząc w skali rocznej, niemal połowę zasobów wody pitnej w USA zużywa się w hodowli bydła.

Gdyby wszystkie zasoby naturalne, które zużywa się obecnie w hodowli bydła, przeznaczono na produkcję ziarna, tym ziarnem można by wyżywić całą populację świata. 1 akr ziemi, na której zasiano owies, dostarczy 8 razy więcej protein i 25 razy więcej kalorii, jeśli owies ten zostanie przeznaczony na pożywienie dla ludzi, niż wtedy gdy przerobi się go na paszę dla zwierząt. 1 akr ziemi, na której uprawiane są brokuły, dostarczy 10 razy więcej protein, kalorii i niacyny niż jeśli na tej samej ziemi będzie wypasane bydło. Istnieje wiele podobnych statystyk. Bogactwa naturalne naszej planety byłyby lepiej wykorzystywane, gdyby pastwiska, na których

wypasa się bydło na rzeź, przeznaczono pod uprawę zbóż, które można by przeznaczyć na pożywienie dla ludzi.

Weganizm pozwala delikatniej traktować naszą planetę. Poza faktem, że dieta ta nie przyczynia się do niszczenia bogactw naturalnych, łatwiej jest nam żyć, kiedy przy każdym spożywanym posiłku mamy świadomość, że żadna istota nie musiała dla niego umierać.

## Problem głodu na świecie

Prawie miliard ludzi na świecie cierpi głód lub niedożywienie. Ponad 40 mln umiera co roku z głodu, większość z nich stanowią dzieci. Mimo tej sytuacji ponad jedną trzecią zbiorów zbóż przeznacza się na karmę dla bydła. W USA na przykład, bydło spożywa 70 procent całego wyprodukowanego ziarna. Jeśli to ziarno przeznaczono by na pożywienie dla ludzi, na świecie nie byłoby głodu.

## Cierpienie zwierząt

Czy wiecie, że w samych Stanach Zjednoczonych zabija się codziennie w rzeźniach ponad 100 tys. krów? Na Zachodzie większość zwierząt przeznaczonych na rzeź (ostatnio także w Polsce) hoduje się na tzw. „farmach przemysłowych” (factory farms). Zakłady tego typu mają za zadanie maksymalne zwiększanie ilości zwierząt przeznaczonych na rzeź przy minimalnych nakładach finansowych. Zwierzęta są stłoczone na małej powierzchni i nigdy nie wychodzą na świeże powietrze. Traktuje się je jak maszyny do produkcji mięsa. Tej rzeczywistości większość z nas nigdy nie

zobacz na własne oczy. Jest takie powiedzenie: „Jedna wizyta w rzeźni zrobi z ciebie weganina na całe życie”.

Zacytujmy Lwa Tolstoja: „Dopóki istnieją rzeźnie, dopóty pola walki istnieć będą”. Weganizm jest sprawdzianem na człowieczeństwo. I chociaż większość ludzi nie zabija czynnie, to jednak codziennie spożywa mięso. Dieta oparta w głównej mierze na mięsie jest powszechnym sposobem odżywiania się. Ludzie jedzący mięso nie zdają sobie sprawy z tego, jak bardzo cierpiało zwierzę zabite na ich posiłek.

## W towarzystwie ludzi wybitnych i świętych

Z najstarszych kronik historii człowieka wynika, że w dawnych czasach naturalnym pożywieniem istot ludzkich były rośliny. Wczesne mity greckie i hebrajskie mówią o tym, że pierwsi ludzie na Ziemi jedli wyłącznie owoce. Starożytni kapłani egipscy nigdy nie spożywali mięsa. Wielu wielkich filozofów greckich, takich jak Platon, Diogenes i Sokrates, propagowało wegetarianizm.

W Indiach Budda Siakjamuni zalecał przestrzeganie ahimsy, zasady niekrzywdzenia żyjących istot i ostrzegał swoich uczniów, że jeśli będą jeść mięso, to będą wzbudzać strach w innych istotach. Oto słowa Buddy: ***Jedzenie mięsa jest jedynie nabytym nawykiem. Kiedy się rodzimy, nie łakniemy mięsa. Jedząc mięso, ludzie zabijają w sobie swoje wewnętrzne ziarno wielkiego miłosierdzia. Ludzie jedzący mięso zabijają się nawzajem i zjadają się nawzajem. W tym życiu ja jem ciebie, w następnym ty mnie. I zawsze będzie się to powtarzać. Jakże w ten sposób mogą wydostać się z trzech krain iluzji?***

Wielu taoistów, pierwszych chrześcijan i wyznawców judaizmu było wegetarianami. W Biblii czytamy, że Bóg powiedział: **Oto dałem wam wszystkie rodzaje ziarna i wszystkie rodzaje owoców, aby stanowiły wasz pokarm, ale dla dzikich zwierząt i wszystkich ptaków dałem trawy i liściaste rośliny jako pożywienie.** (Geneza 1:29).

Oto więcej przykładów z Biblii zabraniających jedzenia mięsa: **Nie możesz jeść mięsa z krwią, ponieważ w krwi jest życie** (Geneza 9:4), **Bóg powiedział: Kto wam kazał zabijać woły i kozy, by składać mi ofiary? Zmyjcie z siebie niewinną krew, tak bym mógł wysłuchać waszych modlitw, inaczej bowiem odwrócę od was głowę, ponieważ wasze ręce są pełne krwi. Okażcie skruchę, żebym mógł wam wybaczyć.** Jeden z wybitnych uczniów Jezusa - święty Paweł, napisał w swym liście do Rzymian: **Nie jest dobre jedzenie mięsa ani picie wina...** (List do Rzymian 14:21).

Niedawno historycy odkryli wiele starych rękopisów, które rzuciły nowe światło na życie Jezusa i jego nauki. Oto słowa Jezusa: **Ludzie, którzy jedzą mięso zwierząt, stają się własnymi grobami. Mówię wam uczciwie, człowiek, który zabija, będzie zabity. Człowiek, który zabija żyjące stworzenia i je ich mięso, je mięso martwych ludzi.**

Religia hinduska także nakazuje powstrzymywanie się od jedzenia mięsa: **Ludzie nie mogą jeść mięsa, nie zabijając stworzeń. Osoba, która rani czujące istoty, nigdy nie będzie pobłogosławiona przez Boga. Unikaj zatem spożywania mięsa!** (Przykazanie hinduskie)

Koran - święte pismo islamu, zakazuje **jedzenia martwych zwierząt, ich krwi i ciała.**

Wielki chiński mistrz Zen, Han Shan Tzu napisał wiersz, w którym stanowczo sprzeciwia się jedzeniu mięsa: **Idź szybko na rynek kupić mięso i**

***ryby, i nakarm nimi swoją żonę i dzieci. Lecz dlaczego ich życia muszą być zabrane, by utrzymać twoje? Jest to bezsensowne, nie przyniesie ci to związku z Niebem, ale sprawi, że staniesz się mętami piekła!***

Wielu wybitnych myślicieli, naukowców, pisarzy, artystów i filozofów było wegetarianami lub weganami. Wymieńmy tak znane postacie z przeszłości jak: Budda Siakjamuni, Jezus Chrystus, Mahomet, Tsong Khapa, Arystoteles, Wergiliusz, Horacy, Platon, Owidiusz, Petrarca, Pitagoras, Sokrates, Szekspir, Wolter, Tolstoj, Newton, Leonardo Da Vinci, Karol Darwin, Benjamin Franklin, Tesla, Einstein, George Bernard Shaw, Mahatma Ghandi, Albert Schweitzer, Abdul Kalam, Janez Drnovšek, Martina Navratilova, Paavo Nurmi, Edwin C. Moses, Giorgia Fumanti, Toby Maguire (vegan), Natalie Portman, Leona Lewis, Brian Greene, John Robbins (autor książek i aktywista) - wymieniając tylko nielicznych.

Powtórzmy za Albertem Einsteinem: „Myślę, że zmiana i oczyszczenie, jakie następują w usposobieniu istoty ludzkiej za sprawą diety wegetariańskiej, są bardzo korzystne dla ludzkości. Dlatego wybranie przez ludzi wegetarianizmu przyniesie im dobrą przyszłość i pokój”.

Wielu znanych ludzi i mędrców z różnych epok naszej historii aktywnie propagowało wegetarianizm.

## Mistrzyni odpowiada na pytania publiczności

**Pytanie:** *Jeśli jedzenie zwierząt jest równoznaczne z zabijaniem żyjących istot, to czy jedzenie warzyw nie jest również w jakimś sensie zabijaniem?*

**Mistrzyni:** Jedzenie roślin jest również zabijaniem żyjących istot, a zatem będzie tworzyło karmiczne przeszkody, ale karmiczny ciężar jest mniejszy. Praktykując codziennie metodą Quan Yin przez dwie i pół godziny, można oczyścić ten karmiczny dług. Ponieważ, żeby przetrwać, musimy jeść, wybieramy więc pokarm, który ma najmniejszą świadomość i cierpi najmniej. Rośliny składają się w 90 procentach z wody, zatem poziom ich świadomości jest tak niski, że prawie wcale nie odczuwają cierpienia. Co więcej, kiedy jemy warzywa, nie niszczymy ich korzeni, lecz przeciwnie, wspomagamy ich bezpłciową reprodukcję. W ten sposób mogą one wypuszczać więcej młodych pędów. Ogrodnicy uważają, że przycinanie roślin pomaga im wspaniale i obficie się rozrastać. Jest to lepiej widoczne w przypadku owoców. Kiedy owoc dojrzewa, zachęca on ludzi do zjedzenia go swoim aromatycznym zapachem, pięknymi kolorami i wspaniałym smakiem. W ten sposób drzewa owocowe osiągają cel rozsiewania swoich nasion. Jeśli byśmy ich nie zerwali, żeby je zjeść, to owoce popadłyby w głęboką depresję, spadłyby na ziemię i zgniły, a ich nasiona, pozbawione światła słonecznego przez znajdujące się nad nimi drzewo, zginęłyby. Jedzenie warzyw i owoców jest naturalnym sposobem odżywiania się i nie powoduje żadnego cierpienia.

**P:** *Większość ludzi uważa, że weganie są niżsi i szczuplejsi, a ludzie jedzący mięso wyżsi i lepiej zbudowani. Czy to prawda?*

**M:** Weganie nie zawsze są szczuplejsi i niżsi. Jeśli odżywiają się we właściwy sposób, są także wysocy i silni. Wszystkie duże zwierzęta, takie jak słonie, żyrafy, hipopotamy, bydło itd., odżywiają się tylko roślinami i owocami. Są one silniejsze od zwierząt mięsożernych, łagodne i

pożyteczne dla człowieka. Zwierzęta mięsożerne natomiast są agresywne i nie przynoszą człowiekowi żadnego pożytku. Jeśli istoty ludzkie będą jadły dużo mięsa, same staną się zwierzętami. Ludzie odżywiający się mięsem nie zawsze są wysocy i silni, a średnia długość ich życia jest bardzo krótka. Eskimosi jedzą niemal wyłącznie mięso, a czy są oni wysocy i silni? Czy żyją długo? Chyba to rozumiecie, prawda?

**P:** *Czy wegetarianie mogą jeść jajka?*

**M:** Nie. Jedząc jajka, również zabijamy. Niektórzy uważają, że skoro jajka dostępne w handlu nie są zapłodnione, ich jedzenie nie jest zabijaniem żyjących stworzeń. Tylko pozornie jest to prawdą. Jajko pozostaje nie zapłodnione, ponieważ zapłodnienie zostało celowo uniemożliwione i jajko nie może spełnić swego naturalnego celu rozwinięcia się w kurczaka, chociaż ciągle zawiera potrzebną do tego wrodzoną siłę życiową. Wiemy, że jajka posiadają wrodzoną siłę życiową. Gdyby tak nie było, to dlaczego jajko jest jedynym rodzajem komórki, która może być zapłodniona? Niektórzy podkreślają, że jajka zawierają podstawowe, niezbędne dla ludzkiego organizmu, składniki odżywcze, takie jak białko i fosfor. Białko jednak można znaleźć także w przetworach sojowych, a fosfor w wielu warzywach, na przykład w ziemniakach. Wiemy, że od dawnych czasów wielu znanych mnichów nie jadło mięsa ani jajek, a żyli bardzo długo. Na przykład mistrz Ying Guang na każdy posiłek spożywał tylko miskę warzyw z ryżem, a dożył wieku osiemdziesięciu lat. Co więcej, żółtka jajek zawierają dużo cholesterolu. Cholesterol powoduje choroby serca, które są najczęstszą przyczyną zgonów na Formozie i w USA. Nic dziwnego, że większość pacjentów szpitali to "jajo-żercy"!

**P:** *To przecież ludzie hodują zwierzęta i drób, świnie, bydło, kurczaki, kaczki, etc. Dlaczego nie możemy ich przeznaczać na pożywienie?*

**M:** Rodzice wychowują swoje dzieci. Czy rodzice mają prawo zjadać swoje dzieci? Wszystkie żyjące stworzenia mają prawo do życia. Nikt nie może im tego prawa odebrać. W Hong Kongu nawet samobójstwo jest

sprzeczne z prawem. O ile bardziej bezprawne jest więc zabijanie innych żyjących stworzeń?

**P:** *Zwierzęta rodzą się po to, aby ludzie je jedli. Czy to prawda, że jeśli nie będziemy ich zabijać na pożywienie, przepelnią świat?*

**M:** To absurd. Czy pytacie zwierzę, zanim je zabijecie o to, czy chce być zabite i zjedzone przez was? Wszystkie żyjące stworzenia pragną żyć i boją się umierać. Skoro my nie chcemy być zjedzeni przez tygrysa, to dlaczego zwierzęta miałyby być zjadane przez nas? Istoty ludzkie żyją na świecie zaledwie kilkadziesiąt tysięcy lat. Zanim rodzaj ludzki pojawił się na Ziemi, istniało już na niej wiele gatunków zwierząt. Czy przepelniły one Ziemię? Te żyjące stworzenia pomagają utrzymać w równowadze środowisko naturalne. Kiedy występują zbyt wielkie braki w pożywieniu i przestrzeni, drastycznie zmniejsza się ich populacja, utrzymując się na odpowiednim poziomie.

**P:** *Dlaczego miałbym zostać weganinem?*

**M:** Ja jestem weganą, gdyż Bóg we mnie tego chce. Rozumiesz? Jedzenie mięsa jest sprzeczne z naszym wewnętrznym odczuciem: Ja nie chcę być zabity. Sami nie chcemy, by nas zabito, nie chcemy też, by nas okradziono. Jeśli więc robimy to innym, to działamy przeciwko sobie i jest to przyczyną naszego cierpienia. Nie możecie siebie ugryźć i nie powinniście siebie zranić nożem. Tak samo nie powinniście zabijać, bo to jest przeciwne prawu do życia. Rozumiecie? Spowoduje to nasze cierpienie, więc tego nie robimy. To nie znaczy wcale, że w jakiś sposób siebie ograniczamy. Znaczy to tylko, że traktujemy życia innych tak jak nasze własne. Nasze życie nie ogranicza się tylko do tego ciała, ale zawiera w sobie życia zwierząt i innych istot. To sprawia, że stajemy się wspanialszy, znakomitsi, szczęśliwsi i bez granic. Tak?

**P:** *Czy mogłabyś powiedzieć coś na temat wegańskiego odżywiania się i jak może ono przyczynić się do utrzymania pokoju na świecie?*

**M:** Tak. Widzicie, większość wojen na tym świecie wybuchła z powodów ekonomicznych, powiedzmy to sobie otwarcie. Trudności ekonomiczne państwa rosną, kiedy panuje w nim głód, wskutek braku żywności lub nierównej jej dystrybucji. Otóż, jeśli poświęcilibyście trochę czasu na czytanie gazet i wyszukanie faktów na temat diety wegańskiej, to wiedzielibyście o tym dobrze. Hodowanie bydła i zwierząt na mięso stało się przyczyną bankructwa naszej ekonomii we wszystkich aspektach. Stało się powodem głodu na świecie, przynajmniej w krajach trzeciego świata. To nie jest moja opinia. Pewien Amerykanin przeprowadził badania na ten temat i napisał książkę. Możecie udać się do księgarni i przeczytać o badaniach na temat weganizmu i przetwórstwa żywności. Możecie przeczytać książkę „Dieta dla nowej Ameryki” John’a Robbins’a („Diet for a new America”). John Robbins jest sławnym „lodowym” bohaterem, „lodowym” milionerem (Rodzina Robbinsów posiada słynną wytwórnię lodów). Zrezygnował z tego wszystkiego, żeby zostać weganinem i napisać książkę o weganizmie, wbrew rodzinnym tradycjom i dobremu biznesowi. Stracił mnóstwo pieniędzy, pozycję społeczną i dobrze prosperującą firmę, ale uczynił to w imię prawdy. To jest bardzo dobra książka. Jest też wiele innych książek i czasopism, które mogą dostarczyć wam informacji i faktów na temat diety wegańskiej i tego, w jaki sposób przyczynia się ona do pokoju na świecie. Widzicie, zrujnowaliśmy nasze zapasy żywności, karmiąc nimi bydło. Czy wiecie, ile białka, lekarstw, wody, ludzkiej pracy, samochodów, ciężarówek, robót drogowych i ile setek tysięcy akrów ziemi zostaje zmarnowanych, zanim krowa nada się na jeden posiłek? Rozumiecie? Wszystko to mogłoby zostać równo rozdzielone między krajami nierozwiniętymi i wtedy rozwiązany zostałby problem głodu. Tak więc, jeśli jakiś kraj potrzebuje żywności, to prawdopodobnie wtargnie on do innego kraju po to jedynie, by pomóc swoim własnym obywatelom. Na większą skalę powoduje to powstawanie zła i w konsekwencji konieczność jego spłaty. Rozumiecie? **Jak posiejesz, tak będziesz zbierał.** Jeśli zabijemy kogoś na pożywienie, będziemy zabici na pożywienie później, w jakiejś innej postaci, następnym razem, w następnej generacji. Wielka szkoda, że

choć jesteśmy tacy inteligentni, tacy cywilizowani, to jednak większość z nas wciąż nie wie, co jest przyczyną cierpienia naszych bratnich krajów. Jest nią nasze podniebienie, nasz apetyt i nasz żołądek. Aby nakarmić i wyżywić jedno ciało, zabijamy tak wiele stworzeń i skazujemy na głód tak wiele bratnich istot ludzkich. Nie mówimy jeszcze nawet o zwierzętach. Rozumiecie? Ta wina, uświadomiona lub nie uświadomiona, zaciąży na naszym sumieniu. Sprawi, że będziemy cierpieć z powodu raka, gruźlicy i innych nieuleczalnych chorób, wliczając w to HIV. Spytajcie siebie samych, dlaczego wasz kraj, Ameryka, cierpi najbardziej? Ma ona najwyższy wskaźnik zachorowań na raka na świecie. Jest tak, ponieważ Amerykanie jedzą dużo wołowiny. Jedzą więcej mięsa niż jakikolwiek inny naród.

Pomyślcie, dlaczego Chińczycy, czy kraje komunistyczne, nie mają tak wysokiego wskaźnika zachorowań na raka. Bo nie mają tak dużo mięsa. Rozumiecie? Tak mówią badania, nie ja, dobrze? Nie wińcie mnie za to.

**P:** *Jakie są duchowe korzyści z bycia weganinem?*

**M:** Jestem zadowolona, że o to spytałeś, ponieważ znaczy to, że koncentrujesz się jedynie na korzyściach duchowych, czy że tylko one cię obchodzą. Większość ludzi, gdy jest mowa o diecie wegańskiej, kojarzy ją ze zdrowiem, dietą i utrzymaniem dobrej figury. Duchowy aspekt weganizmu to wewnętrzna czystość i niestosowanie przemocy. **Nie będziesz zabijał.** Kiedy Bóg powiedział do nas „Nie zabijaj”, nie powiedział „istot ludzkich”, powiedział „wszystkich istot”. Czyż nie powiedział On, że stworzył wszystkie zwierzęta, by były naszymi przyjaciółmi, by nam pomagały? Czyż nie oddał On zwierząt pod naszą opiekę? Powiedział przecież: Opiekujcie się nimi, rządźcie nimi. Czy kiedy rządzą swymi poddanymi, to zabijacie ich i zjadacie? Zostalibyście wtedy królem bez poddanych. Teraz więc rozumiecie, jeżeli Bóg tak powiedział, to musimy zgodnie z tym postępować. Nie ma potrzeby zadawania Mu pytań. Wyraził się bardzo jasno, lecz kto zrozumie Boga z wyjątkiem samego Boga?

Tak więc musicie stać się Bogiem, aby zrozumieć Boga. Zapraszam was, byście ponownie stali się tacy jak Bóg. Bądźcie sobą, nikim więcej. Medytacja nad Bogiem nie oznacza, że czcicie Boga, oznacza, że stajecie się Bogiem, rozumiecie, że wy i Bóg jesteście jednym. ***Ja i mój Ojciec jesteśmy jednym***, czy Jezus tak nie powiedział? Jeśli powiedział, że on i jego Ojciec są jednym, my i jego Ojciec możemy także stać się jednym, ponieważ my również jesteśmy dziećmi Boga. Jezus powiedział także, że to co on robi, my możemy zrobić nawet lepiej. Możemy więc być nawet lepsi od Boga, kto wie?

Dlaczego mamy czcić Boga, skoro nic o Bogu nie wiemy? Dlaczego mamy ślepo w Niego wierzyć? Musimy najpierw wiedzieć, co czcimy, tak samo, jak musimy wiedzieć, kim jest dziewczyna, z którą mamy zamiar się ożenić, zanim się z nią ożenimy. W dzisiejszych czasach nie ma zwyczaju zawierania małżeństwa, zanim nie poznacie się dobrze na randkach. Dlaczego więc mielibyśmy czcić Boga ze ślepą wiarą? Mamy prawo domagać się, by Bóg się nam ukazał i by dał nam się poznać. Mamy prawo wybrać, za którym Bogiem chcemy pójść. Teraz widzicie, w Biblii jest powiedziane bardzo wyraźnie, że powinniśmy być weganami. Ze względu na nasze zdrowie, powinniśmy być weganami. Ze wszystkich naukowych względów, powinniśmy być weganami. Ze wszystkich ekonomicznych względów, powinniśmy być weganami. Ze względu na współczucie, powinniśmy być weganami. Także, by uratować ten świat, powinniśmy być weganami.

Badania wykazały, że jeśliby ludzie na Zachodzie, w Ameryce, spożywali wegańskie posiłki tylko raz w tygodniu, każdego roku moglibyśmy uratować od śmierci głodowej 16 milionów ludzi.

Tak więc bądźcie bohaterami, bądźcie weganami. Z tych wszystkich powodów, nawet jeśli nie podążycie za mną, nawet jeśli nie będziecie praktykować tej samej metody, proszę, bądźcie weganami, dla swojego własnego dobra, dla dobra świata.

**P:** *Jeśli wszyscy będą jedli rośliny, czy nie spowoduje to niedoboru pożywienia?*

**M:** Nie. Używając danego obszaru ziemi pod uprawę zbóż, otrzymujemy 14 razy więcej pożywienia, niż kiedy użyjemy tego samego obszaru ziemi pod uprawę zbóż przeznaczonych na paszę dla zwierząt.

Rośliny zebrane z jednego akra ziemi dostarczają 800 000 kalorii energii, lecz jeśli te rośliny zostaną użyte na paszę dla zwierząt, które potem zostaną przeznaczone na pożywienie, to mięso tych zwierząt dostarczy tylko 200 000 kalorii energii. Znaczy to, że podczas tego procesu 600 000 kalorii zostaje straconych. Dieta wegańska jest więc oczywiście bardziej wydajna i ekonomiczna niż dieta mięsna.

**P:** *Czy można jeść ryby?*

**M:** Można, jeśli chcesz jeść ryby. Lecz jeśli chcesz być weganinem, ryba nie jest warzywem.

**P:** *Niektórzy twierdzą, że być człowiekiem dobrego serca, to niekoniecznie znaczy być weganinem. Czy to ma sens?*

**M:** Jeśli ktoś ma dobre serce, dlaczego je wciąż ciała innych istot? Widząc ich cierpienie, nie powinien być w stanie ich zjadać! Jedzenie mięsa jest bezlitosne, więc jak może to robić ktoś, kto ma dobre serce? Mistrz Lien Ch'ih powiedział kiedyś: ***Zabić czyjeś ciało i jeść czyjeś mięso. W tym świecie nie ma nikogo bardziej okrutnego, wrogiego, ohydneho i złego niż taki człowiek. Jak może on twierdzić, że ma dobre serce?***

Mencjusz również powiedział: ***Jeśli widzisz coś żywego, nie możesz znieść widoku, jak ono umiera, i jeśli słyszysz jak jęczy, nie będziesz mógł jeść jego mięsa. Prawdziwie szlachetny człowiek trzyma się z dala od kuchni.***

Ludzie przewyższają zwierzęta inteligencją, mogą więc posłużyć się bronią, by zwierzęta nie mogły stawiać im oporu. Umierają one z

nienawiścią. Człowiek, który tak robi, który znęca się nad małymi i słabymi stworzeniami, nie ma prawa być nazwany człowiekiem szlachetnym. Kiedy zwierzęta są zabijane, porażone strachem cierpią i nienawidzą. Powoduje to wytwarzanie się toksyn w ich mięsie, które szkodzą później tym, którzy je spożywają. A ponieważ częstotliwość wibracji zwierząt jest niższa niż częstotliwość wibracji ludzkich, to wywiera to wpływ na nasze wibracje, hamując rozwój naszej mądrości.

**P:** *Czy można być jedynie tzw. „wygodnymi weganami?”* (Oznacza to ludzi, którzy nie unikają potraw mieszanych. Na przykład, zamawiają w restauracji mięso z warzywami i jedzą tylko warzywa).

**M:** Nie. Na przykład, jeśli mięso zostanie zanurzone w substancji trującej, a potem z niej wyjęte, to jak myślicie, jest ono zatrute, czy nie? W Sutrze Maha-Pari-Nirwana, Mahakaśjapa zapytał Buddę: ***Kiedy zebrzemy i otrzymujemy warzywa zmieszane z mięsem, czy możemy zjeść takie jedzenie? Jak można oczyścić takie jedzenie? Budda odpowiedział: Powinno wymyć się je wodą, oddzielić od mięsa, wówczas można je zjeść.***

Z powyższego dialogu wynika, że nie można nawet jeść warzyw zmieszanych z mięsem, jeśli się ich najpierw nie oczyści wodą, nie mówiąc już o jedzeniu samego mięsa! Zatem wyraźnie widzimy, że Budda i jego uczniowie przestrzegali diety wegetariańskiej. Jednak niektórzy ludzie oczerniają Buddę, mówiąc, że był on „wygodnym wegetarianinem” i że jeśli otrzymał w jałmużnie mięso, to jadł mięso. Doprawdy jest to nonsens. Ci, którzy tak mówią, czytali za mało tekstów buddyjskich, lub nie rozumieją tego, co przeczytali.

W Indiach ponad 90 procent ludności to wegetarianie. Kiedy ludzie widzą żebraka w żółtej szacie, wiedzą, że powinni ofiarować mu pożywienie wegetariańskie, nie mówiąc już o tym, że większość z nich i tak nie ma mięsa do ofiarowania!

**P:** *Niektórzy zwolennicy jedzenia mięsa twierdzą, że kupują mięso u rzeźnika, więc nie zabijają. Czy można jeść takie mięso?*

**M:** Jest to fatalne nieporozumienie. Powinniście wiedzieć, że rzeźnicy zabijają żyjące istoty, ponieważ ludzie chcą jeść mięso. W Sutrze Lankawatara Budda powiedział, że jeśli nikt nie jadł mięsa, nie byłoby zabijania. Jedzenie mięsa i zabijanie żyjących istot są takim samym grzechem. Z powodu zabijania zbyt wielu żyjących istot mamy klęski żywiołowe i spowodowane przez człowieka katastrofy. Wojny także są spowodowane nadmiernym zabijaniem.

**P:** *Dawno temu słyszałem, jak pewien mistrz powiedział, że Budda zjadł świńską nogę, dostał biegunki i dlatego umarł. Czy to prawda?*

**M:** Absolutnie nie. Budda zmarł z powodu zjedzenia pewnego gatunku grzybów. Tłumacząc dosłownie z języka Braminów, ten grzyb nazywa się 'świńska noga', lecz nie jest to naprawdę świńska noga. Tak samo, jak pewien owoc nazywamy 'longan' (po chińsku dosłownie znaczy to 'oko smoka'). Jest wiele dań, które z nazwy nie są potrawami wegańskimi, ale w rzeczywistości nimi są, tak jak 'oko smoka'. Te grzyby w języku Braminów są nazywane 'świńską nogą' lub 'świńską radością'- obie nazwy mają związek ze świniami.

W dawnych Indiach bardzo trudno było je znaleźć i dlatego stanowiły rzadki przysmak, ofiarowano je więc Buddzie na znak czci. Nie można ich znaleźć na powierzchni ziemi, rosną tylko pod ziemią. Ludzie muszą ich szukać z pomocą starej świni, która bardzo lubi te grzyby. Świnie wykrywają je swoim węchem, a kiedy je znajdą, wykopują z ziemi racicami, a potem zjadają. To dlatego ten rodzaj grzyba nazywa się 'świńską radością' lub 'świńską nogą'. Te dwie nazwy odnoszą się do tego samego grzyba. Z powodu niedbałego tłumaczenia i dlatego, że ludzie nie rozumieli naprawdę pochodzenia tych nazw, następne pokolenia błędnie je interpretują i mylnie uważają, że Budda jadł mięso. Jest to doprawdy godne pożałowania.

**P:** *Niektórzy uważają, że chociaż rośliny nie wytwarzają związków trujących, takich jak mocznik i proteiny urokinazy, to jednak plantatorzy owoców i warzyw używają pestycydów do spryskiwania roślin, co jest szkodliwe dla naszego zdrowia. Czy mają rację?*

**M:** Jeśli farmerzy używają pestycydów i innych wysoce trujących chemikaliów, np. DDT, do spryskiwania zbiorów, to substancje te mogą być przyczyną rozwinięcia się takich chorób, jak rak, choroby wątroby, bezpłodność. Trucizny takie jak DDT gromadzą się zwykle w tłuszczu zwierząt. Oznacza to, że gdy jecie mięso, pochłaniacie te wszystkie wysoce skoncentrowane pestycydy i inne trucizny zgromadzone w tłuszczu zwierząt, które odkładają się tam w miarę ich wzrostu. Nagromadzenie tych trucizn może być 13 razy większe niż w owocach, warzywach i ziarnie.

Powierzchnię owoców można oczyścić z pestycydów, lecz nie można usunąć pestycydów z tłuszczu zwierząt. Proces gromadzenia się pestycydów w mięsie następuje, gdyż mają one właściwości kumulowania się. Najbardziej poszkodowani są konsumenci, którzy znajdują się na końcu łańcucha żywienia.

Eksperymenty przeprowadzone na Uniwersytecie w Iowa (USA) wykazały, że prawie wszystkie pestycydy obecne w organizmie ludzkim pochodzą z mięsa. Badania wykazały, że poziom pestycydów u wegetarianów jest o ponad połowę niższy niż u osób jedzących mięso. W mięsie oprócz pestycydów znajdują się także inne trucizny. Do większości pasz stosowanych w hodowli zwierząt dodaje się środki chemiczne, powodujące szybszy wzrost zwierząt, zmianę koloru mięsa, poprawę jego smaku i konsystencji oraz przedłużające jego świeżość, etc. I tak na przykład, środki konserwujące wytwarzane z azotanów są wysoce toksyczne.

W gazecie New York Times z 18 lipca 1971 r. czytamy: „Wielkim, ukrytym zagrożeniem dla zdrowia osób jedzących mięso są niewidoczne zagrożenia, takie jak: bakterie w łososiu, pestycydy, środki konserwujące,

hormony, antybiotyki oraz inne chemiczne dodatki”. Oprócz tego, zwierzęta są szczepione, a szczepionki pozostają w tkance mięsnej .

W świetle tego, białko pochodzące z owoców, orzechów, fasoli i kukurydzy jest mniej skażone niż białko pochodzące z mięsa, które w 56 procentach zawiera nierozpuszczalne w wodzie związki chemiczne. Badania wykazały, że spożywanie tych syntetycznych chemicznych substancji może być przyczyną raka lub innych chorób, lub uszkodzenia płodu. Jest nawet wskazane, żeby kobiety w ciąży pozostawały na ścisłej wegańskiej diecie, która zapewnia fizyczne i duchowe zdrowie płodu. Z fasoli możecie otrzymać białko, a owoce i warzywa dostarczają witamin i minerałów.

### **Weganizm: Najlepsze Rozwiązanie Globalnego Kryzysu Wody**

Woda jest niezbędna dla przetrwania wszystkich żyjących istot na Ziemi. Jednakże nadmierne wykorzystywanie zasobów wody naszej planety, wg Międzynarodowego Instytutu Wody w Sztokholmie (Stockholm International Water Institute - SIWI), spowodowało, że te bezcenne zasoby mogą być niewystarczające dla przyszłych pokoleń.

Poniżej podajemy niektóre szokujące fakty z raportu SIWI przedstawionego na dorocznej konferencji 'Tydzień Wody na Świecie', która odbyła się w dniach 16-20 sierpnia 2004r.:

W ciągu kilku dekad wzrost produkcji żywności wyprzedził wzrost populacji. Obecnie w dużej części świata po prostu brakuje wody potrzebnej do produkcji.

Na produkcję każdego kilograma mięsa pochodzącego z bydła karmionego ziarnem zużywa się około 10 000 – 15 000 kg wody. (Każdy inny proces produkcji przemysłowej o takim współczynniku wydajności poniżej 0.01% byłby zastąpiony innym.)

Kasze wymagają 400-3000 kg wody na każdy wyprodukowany kilogram ziarna (tj. 5% zapotrzebowania w przypadku mięsa.)

Niemal 90% zużywanej wody przeznaczone jest na produkcję żywności.

Kraje takie jak Australia, w których już teraz brakuje wody, tak naprawdę eksportują wodę w formie mięsa.

W krajach rozwijających się ludzie jedzący mięso zużywają zasoby będące ekwiwalentem 5 000 litrów (1 100 galonów) wody dziennie, w porównaniu do 1 000 – 2000 litrów (200 – 400 galonów) zużywanych przez ludzi będących na diecie wegetariańskiej. (Guardian z 23.08.2004r.)

Ponadto z innych źródeł, nie z raportu SIWI, wiemy, że wycina

się coraz to większe obszary lasów tropikalnych pod uprawy soi. Jednak soję tę wykorzystuje się do karmienia bydła. Byłoby znacznie bardziej wydajnie, gdyby ta soja była przeznaczona do bezpośredniej konsumpcji.

Mistrzyni ustosunkowała się do środowiskowych skutków produkcji mięsa w swoim wykładzie: „Korzyści z wegańskiej diety,” zamieszczonym w tej książeczce: „Hodowanie zwierząt dla mięsa ma swoje konsekwencje. Prowadzi do destrukcji lasów, wzrostu globalnej temperatury, zanieczyszczenia wody, niedoborów wody, zwiększania się obszarów pustynnych, niewłaściwego wykorzystywania źródeł energii i do głodu na świecie. Wykorzystanie ziemi, wody, energii i wysiłku ludzkiego do produkcji mięsa nie jest wydajnym sposobem korzystania z zasobów Ziemi.” Aby więc znacząco zredukować ilość konsumowanej globalnie wody, ludzkość potrzebuje nowego podejścia do produkcji żywności, a dieta wegańska spełnia tę potrzebę.

Więcej informacji na ten temat znajdziesz na stronach:

<http://www.worldwatercouncil.org/>

<http://news.bbc.co.uk/2/hi/science/nature/3559542.stm>

<http://news.bbc.co.uk/1/hi/sci/tech/2943946.stm>

Źródło: [http://www.suprememastertv.com/bbs/board.php?bo\\_table=featured&wr\\_id=129](http://www.suprememastertv.com/bbs/board.php?bo_table=featured&wr_id=129)



## Dobre wieści dla wegan

### Białko roślinne

**W**eganizm wpływa korzystnie nie tylko na nasz rozwój duchowy, ale także na nasze zdrowie. Musimy jednak pamiętać o tym, żeby nasze posiłki były wartościowe, i żeby nie brakowało w nich niezbędnego dla zdrowia białka roślinnego.

Istnieją dwa rodzaje białka: zwierzęce i roślinne. Białka roślinnego dostarczają takie produkty jak m. in. soja czy cieciora. Nasza codzienna dieta powinna zawierać wystarczającą ilość białka.

Dr Miller, który był wegetarianinem przez całe życie, przez 40 lat opiekował się ubogimi w Republice Chin. Uważał on, że właściwa dieta wegetariańska powinna składać się przede wszystkim ze zbóż, fasoli i warzyw. Dr Miller nazywał tofu (wytwarzane z soi) mięsem bez kości.

„Soja jest bardzo wartościowym pokarmem. Jeśli zaistniałaby taka sytuacja, że musielibyśmy odżywiać się tylko jednym rodzajem pożywienia, soja pozwoliłaby nam przetrwać najdłużej.”

Przygotowywanie potraw wegańskich nie różni się od przygotowywania potraw mięsnych. Zamiast mięsa używamy takich składników jak: kurczak wegański, szynka wegańska, kielbasa wegańska. Zamiast duszonej wołowiny z warzywami czy żurku z jajkiem możemy ugotować wegańską wołowinę z warzywami albo żurek z tofu.

Jeśli w kraju, w którym mieszkacie, nie można kupić takich produktów jak proteiny sojowe, możecie skontaktować się z miejscowym ośrodkiem Najwyższej Mistrzyni Ching Hai, gdzie otrzymacie informacje o producentach i restauracjach wegetariańskich.

Przepisy na wegańskie potrawy znajdziecie w książce „Najwyższa Kuchnia”, wydanej przez Międzynarodowe Stowarzyszenie Najwyższej Mistrzyni Ching Hai oraz w innych wegańskich książkach kucharskich.

Listę wegańskich i wegetariańskich restauracji znaleźć można na stronach

<http://www.godsdirectcontact.org.tw/eng1/food/restaurant/>

<http://www.lovinghut.com/index.php>

## Lista wegańskich restauracji i producentów żywności

### Wegańskie restauracje - prowadzone przez osoby inicjowane

#### **POLSKA**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
Aleja Jana Pawła II 41A, 01-001 **Warszawa**  
tel. 888 555 568  
[www.lovinghut.com.pl](http://www.lovinghut.com.pl)

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
ul. Siostrzana 25, 58-100 **Świdnica**  
tel. (74) 853 33 82  
[www.lovinghut.com.pl](http://www.lovinghut.com.pl)

#### **North America**

##### **Canada – Vancouver**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
Vancouver, BC, V5Z 1E9  
Tel: 1-604-569-3196  
[vancouver@lovinghut.ca](mailto:vancouver@lovinghut.ca)  
<http://vancouver.lovinghut.ca/>

##### **Doronto**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
953 Enlinton Ave West  
Toronto, Ontario M6C 2C4  
Tel: 416-782-4449/916-0880  
[toronto@lovinghut.ca](mailto:toronto@lovinghut.ca)  
[lovinghuttoronto@gmail.com](mailto:lovinghuttoronto@gmail.com)

## **USA**

### **Arizona**

❖Loving Hut International Vegan Restaurant  
(W.Union Hill Store)  
3515-A W. Union Hills Drive,Glendale AZ  
85308.  
Tel: 1-602-9780393 phoenix@lovinghut.us  
546 West Broadway

### **California –Alhambra**

❖Loving Hut International Vegan Restaurant  
(W. Main St Store)  
621 W. Main Street. Alhambra, CA90801  
Tel: 1-626-2892684 Fax:1-775-6288037  
Vegan Restaurants Around the World . 71

### **California – Los Angeles**

❖Loving Hut International Vegan Restaurant  
(Orange County - Huntington Beach)  
19891 Brookhurst Street  
Huntington Beach, CA 92646  
Tel: 1-714-962-6449

❖Orange County - Ladera  
27522 Antonio Pkwy., Ste P2  
Ladera Ranch, CA 92694  
Tel: 1-949- 365-1077

❖Orange County - Orange  
237 S. Tustin St., Orange, CA 92888  
Tel: 1-714-464-0544

❖Orange County - Upland

903-b Foothill Blvd, Upland, CA 91786

**California – San Diego**

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

San Diego

1905 El Cajon Blvd., San Diego, CA 92104

Tel: 1-619- 683-9490

**California – Palo Alto**

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

165 University Ave, Palo Alto, CA 94301

Tel: 1-650- 3215588

**California – San Francisco**

Loving Hut International Vegan Restaurant

(Stockton St Store)

1365 Stockton St., San Francisco, CA 94133.

Tel: 1-415-3622199

**California – San Jose**

❖Supreme Master Ching Hai International

Association Vegetarian House

520 East Santa Clara Street,

San Jose CA 95112

Tel: 1-408-292-3798

[info@vegetarianhouse.us](mailto:info@vegetarianhouse.us)

<http://Godsdirectcontact.com/vegetarian/>

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

Milpitas Store

516 Barber Lane, Milpitas, CA 95035. USA

Tel: 1-408-9430250

email: [info@lovinghut.us](mailto:info@lovinghut.us)

[www.lovinghut.us](http://www.lovinghut.us)

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Oakridge Mall

925 Blossom Hill Rd. San Jose CA 95123-1294

Tel: 1-408-229 2795

**Massachusetts – Boston**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

415 Chandler Street Worcester, MA 01602

Tel: (508) 459-0367 / Fax: (508) 459-0784

[bostonbuddhahut@yahoo.com](mailto:bostonbuddhahut@yahoo.com)

**New York**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

348 7th Ave, New York NY 10001

Tel: 1-212-760-1900 (1902)

[newyorkcity@lovinghut.us](mailto:newyorkcity@lovinghut.us)

**Texas – Houston**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Houston Store

2825 S. Kirkwood Drive Houston Texas 77082

Tel: 1-281- 531-8882

**Georgia**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Norcross Store

6385 Spalding Drive, Suite E,

Norcross, GA. 30092

Tel: 1-678-421-9191

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

## Kennesaw

2700 Town Center Drive,  
Suite 136, Kennesaw, GA 30144  
Tel:1-770-429-0666

## Washington

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

## Seattle

72 . The Key of Immediate Enlightenment Supreme Master Ching Hai  
1228 South Jackson St,  
Seattle, WA 98144,  
Tel:1-206-726-8669  
seattle@lovinghut.us

## Illinois

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

## Chicago

5812 N Broadway St. Chicago, IL 60660  
Tel: 1-773-275-8797

## Florida

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

## Orlando

2101 E. Colonial Drive. Orlando, FL 32803.  
Tel: 1-407- 894 5673

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

## Cape Coral

1918 Del Prado Blvd S. #3 Cape Coral, FL  
Tel:1-(239) 424-8  
capecoral@lovinghut.us

### **New - Jersey**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
538 State Route 10,  
Ledgewood, NJ 07852,  
Tel: 1-862-251-4611

### **South America**

#### **Panama**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
Entrada de Gorgona Via Interamericana Distrito  
de Chame, Provincia de Panama  
Tel: 507-240-5621

### **Europe**

#### **Austria**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
Neubauguertel 38/5, A-1070 Vienna, Austria  
Tel.: 43 1 2939182  
<http://www.lovinghut.at>

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
Favoritenstr. 156, A-1100 Vienna, Austria  
Tel.: +43 699 12659473  
<http://www.lovinghut.co.at>

#### **Germany – Munich**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
Calenberger Str. 11, 30169 Hannover, Germany  
Tel.: 49 176 24486837  
<http://www.lovinghut.de/hannover>  
❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Margreider Platz 4, 85521 Ottobrunn, Germany

Tel.: 49 89 61180617

<http://www.lovinghut.de/muenchen>

**France – Paris**

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

92, boulevard Beaumarchais

75011 - PARIS - France

Tel : 33-1-48064384

<http://www.lovinghut.fr/>

**Spain – Malaga**

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

Calle Conde Altea, 44, Bajo,

46005 Valencia, Spain

Tel: 34-96-3744-361

<http://lovinghut.es>

Vegan Restaurants Around the World . 73

United Kingdom – London

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

3 Plender St. London, NW1 0JT

Tel: 44-020-7387-5710

<http://www.lovinghut.co.uk/>

**Czech Republic**

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

Truhlarska 20

110 00 Praha 1

Tel:420-775 999376

[www.lovinghut.cz](http://www.lovinghut.cz)

[info@lovinghut.cz](mailto:info@lovinghut.cz)

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Londyńska 35

Praha 2 - Vinohrady

info@vegfood.cz

www.vegfood.cz

Tel: 420 222 515 006/ 721 255 253

**Oceania**

**Australia**

**Brisbane**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Shop 2, 1420 Logan Rd, Mount Gravatt Tel:

Tel: 617-3219-4118

<http://mtgravatt.lovinghut.com.au/>

lovinghutbrisbane@gmail.com

Tel: 61-2-9728-7052

**FORMOSA/Taiwan R.O.C.**

Taipei

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Huaining Branch, Taipei

No.44, Huaining St., Jhongjheng District,

Taipei City 100, Formosa (R.O.C.)

Tel: 886-2-2311-9399 / Fax: 02-2311-3999

❖ Yuanman Branch, Taipei

No.3-1, Cingdao E. Rd.,

Jhongjheng District, Taipei City 100

TEL: 886-2-2391-3553/ 2391-3913

❖ Guangfu Branch, Taipei

No.30, Lane 280, Guangfu S. Rd.,

Da-an District, Taipei City 106,  
TEL: 886-2-27772711/ 2777-2737

❖NTU Branch, Taipei  
No.169, Sec. 2, Sinhai Rd.,  
Da-an District, Taipei City 106  
Tel: 886-2-27369579/ 2736-9630

❖Chung Hsiao ,Taipei  
No.6, Alley 1, Lane 217, Sec. 3,  
Jhongsiao E. Rd., Da-an Dist., Taipei City  
Tel: 886-2-2771-1365/ 2771-1352

❖Taipei Songde Store  
No.247, Songde Rd., Sinyi Dist., Taipei City  
Tel: 886-2-23460036

❖Taipei Neihu Store  
No.15, Lane 411, Sec. 1, Neihu Rd., Taipei  
Tel: 886-2-26270706

❖Jing Ping , Chung Ho  
528, Jing Ping Road, Chung Ho City, Taipei  
Tel: 886-2-2242-1192

❖Taishan Branch, Taipei  
198, Sec.2, Mingjhih Rd.,  
Taishan Township, Taipei County 243  
Tel: 886-2-85315689

❖Yumin Branch, Banciao  
No.109, Yumin St., Banciao City, Taipei  
Tel: 886-2-22582257

❖Sung Feng Yin Branch, Hsi Chih  
74 . The Key of Immediate Enlightenment Supreme Master Ching Hai

No.26, Sec. 2, Sintai 5th Rd., Sijhih City,  
Taipei County 22175,  
Tel: 886-2-2641-5059

Yilan

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

Xinyue Branch, Yilan

4F., No.6, Lane 38, Sec. 2,  
Minquan Rd., Yilan City, Yilan County 260  
Tel: 886-3-9332992/ 935-6545

❖Xiyue Branch, Luodung

No.156-1, Gongjheng Rd.,  
Luodong Township, Yilan County 265  
Tel: 886-39-573533

❖Chao Yang Branch, Yilan

115, Taishan Rd., Yilan City, Yilan County  
26052,  
(03) 932-6724

Hualien

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

No.30, Datong St.,  
Hualien City, Hualien County 970  
Tel: Tel: 886-38-352-559

Taoyuan

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Zhongyuan Branch, Taoyuan

No. 172, Chung Pei Rd.,  
Chungli City, Taoyuan County

Tel: 886-3-456-0686 / 03-456-0695

Fax: 03-436-9004

❖Huanjhong Branch, Taoyuan

No. 325, Huanjhong E. Rd.,

Jhongli, Taoyuan

Tel: 886-3-4623500 / Fax: 03-4623500

Taichung

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

No.266, Sec. 4, Hankou Rd., North

District, Taichung City 404

Tel: 886-4-22358629

Changhua

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

Yungfu Branch, Changhua

No. 39, Chen Lin Rd., Changhua City

Tel: 886-4-723-6450 / Fax: 04-723-6438

❖Datong Branch, Yuanlin

No.250, Sec. 1, Datong Rd.,

Yuanlin Township, Changhua County 510

Tel: 886-4-8392661/ 839-2601

Nantou

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Caotun Branch, Nantou

No. 895, Hu Shan Road,

Cao Tun Township, Nantou County

Tel: 886-49-2300558 / Fax: 049-230-0559

Chiayi

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

Chueiyang Branch, Chiayi  
No.396, Chueiyang Rd., West  
District, Chiayi City 600  
Tel: 886-5-2289079/ 228-9077  
Tainan

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
Jinhua Branch, Tainan  
No. 142, Sec. 2, Jinhua Rd.,  
South District, Tainan City  
Tel: 886-6-2611593 / Fax: 06-2647590

❖ Madou Branch, Tainan  
No.113, Singnan Rd., Madou  
Township, Tainan County 721  
Tel: 886-6-5710129 / 571-2799

Kaohsiung  
❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
Zhanchien Branch, Kaohsiung  
No. 283, Chung Shan 1st Rd.,  
Sin Sing District, Kaohsiung City  
Vegan Restaurants Around the World . 75  
Tel: 886-7-285-6895 / Fax: 07-285-7836

Pingtung  
❖ Loving Hut International Vegan Restaurant  
Ansin Branch, Pingtung  
No.130, Ansin 4th Side Lane,  
Pingtung City, Pingtung County 900  
Tel: 886-8-7225577 / 721-4700  
Taitung

## ❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

XinSheng Branch, Taitung

No.259, XinSheng Rd., Taitung City 950

Tel: 886-89-350915 /352-792

Hualien

## ❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

No.30, Datong St., Hualien City, Hualien

County 97049,

(038) 352-559

Hong Kong

## ❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Kowloon Store

Shop 242-5, G/F, Amoy Plaza 2,

77 Ngau Tau Kok Road, Hong Kong

Tel: (852) 2751 1321

<http://www.lovinghut.com/hk/index.htm>

Kowloon

## ❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

245 Amoy Plaza Phase 2,

77 Ngau Tau Kok Road, Kowloon, Hong Kong

Tel: 852-27511321

Wan Chai Store

## ❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Shops B&amp;C, G/F, The Hennessy, 256

Hennessy Road, Wan Chai, Hong Kong

Tel: 852-2574 3248

Japan

## ❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

XinSheng Branch, Taitung

No.259, XinSheng Rd., Taitung City 950

Tel: 886-89-350915 /352-792

Hualien

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

No.30, Datong St., Hualien City, Hualien

County 97049,

(038) 352-559

Hong Kong

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Kowloon Store

Shop 242-5, G/F, Amoy Plaza 2,

77 Ngau Tau Kok Road, Hong Kong

Tel: (852) 2751 1321

<http://www.lovinghut.com/hk/index.htm>

Kowloon

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

245 Amoy Plaza Phase 2,

77 Ngau Tau Kok Road, Kowloon, Hong Kong

Tel: 852-27511321

Wan Chai Store

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Shops B&C, G/F, The Hennessy, 256

Hennessy Road, Wan Chai, Hong Kong

Tel: 852-2574 3248

Japan

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Gaepo-dong, SM

1229-10, Gaepo-dong, Gangnam-gu, Seoul

Tel: 02-576-9637, 8

Yangjae Store

Twin Tower Building 101, 275-4, Yangjaedong,

Seocho-gu, Seoul,

070-8614-7953

Sinchon Store

33-10, Changcheon-dong, Seodaemun-gu,

02-333-8088

76 . The Key of Immediate Enlightenment Supreme Master Ching Hai

Achasan Store

53-10, Guui-dong, Gwangjin-gu, Seoul,

02-453-2112

❖ Jeonju

295-24, Seosin-dong, Wansan-gu, Jeonju-city,

Jeonbuk

Tel: 063-274-7025

❖( Ansan)

688-3, GoJanDong DanWonGu AnSan-city,

KyungGiDo

Tel: 010 9822 5184

❖Ok-dong Store

788-1, Ok-dong, Andong-si,

Gyeongsangbuk-do, Korea

054-841-5393

❖ Munheung Store (Gwangju)

1002-1, Munheung-dong, Buk-gu, Gwangju,

Korea. Post code: 500-110

062-265-5727

❖ Convention Center Store (Daejeon)

Convention center, 4-19, Doryong-dong,

Yuseong-gu, Daejeon.

042-533-9951

❖ City Hall Store (Jeju)

1767-27, Ido 2-dong, Jeju-si, Jeju-do Korea

064-751-3335

❖ Ulsan Store

758-2, Dal-dong Nam-gu, Ulsan, Korea

052-267-7173

❖ Seomyeon Store (Busan)

197-1, Bujeon-dong, Busanjin-gu, Busan,

051-808 7718

❖ Gangnam-gu

229-10, Poi-dong, Gangnam-gu, Seoul

Tel: 82-2-576-9637 / Fax: 82-2-575-9562

<http://www.smvege.co.kr/>

(❖ Andong)

158-5 Dongmun-dong, Andong, Korea

Tel: 82-54-841-9244

❖ Sintanjin

Seokbong-dong, Daedeok-gu, Daejeon,

❖ **Korea**

Tel: 042-934-6647

❖ Samcheon

691-4, Samcheondong 1-ga, Jeonju-si,

Wansan-gu, Jeollabuk-do

Tel: 063-229-6656

❖ Hannam

2F, 657-92, Hannam-dong, Yongsan-gu,  
Seoul

Tel: 02-3217-2153

❖ Jinbuk

1151-13 Jinbuk-Dong, Deokjin-Gu,  
Jeonju-City, JeonBuk-Do, Korea

Tel: 063 255-6636

❖ Dongnae

350-1, Myeongnyun-dong, Dongnae-gu,  
Busan, Korea

Tel: 051-557-5858

❖ Jinju

440-2, Sinan-dong, Jinju-si,  
Gyeongsangnam-do

Tel: 055-748-9476

❖ Onyang

1406, Oncheon-dong, Asan-si,  
Chungcheongnam-do

041-549-1638

❖ PyeongHwa

893-1, 2-Ga, Pyeonghwa-Dong, Wansan-  
Gu, Jeonju-City, JeonBuk-Do, Korea

063-226-7388

❖ CheongGye

103, 986-3, CheongGye-Dong, Uiwang-

City, KyungGi-Do, Korea

031-423-5203

❖JoEun

Vegan Restaurants Around the World . 77

101, 801-11, Seosin-Dong, Wansan-Gu,

Jeonju-City, JeonBuk-Do, Korea

063-255-5589

❖SuNae(Coffee Shop)

63-1, Sunae-Dong, Bundang-Gu,

Seongnam-City, KyungGi-Do, Korea

031-713-0211

❖JukJeon

1F, 1199-8, Bojeong-Dong, Kiheng-Gu,

Yongin-City, KyungGi-Do, Korea

031-889-4860, 070-7583-0051

## **Indonesia**

### **Bali**

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

Pertokoan Sudirman Agung B 12-A Jl. PB

Sudirman

Tel: 62-361-241-035

Fax: 62-361-255368

E-mail: light99@telkom.net

### **Jakarta**

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

The Plaza Semanggi, Lt. 3A, No. 3A

Kawasan Bisnis Granadha

Jl. Jend Sudirman Kav. 50, Jakarta - 12930

Tel. +62 - 21 - 2553 9369

<http://lovinghut.co.id/peta.shtml>

❖Kemang Store

Jl. Kemang Raya No. 130E, Kemang -

Jakarta Selatan

(819) 1218 6088

Medan

❖Medan Store

Putri Hijau St/ Guru Patimpus St No.1 - OPG,

Deli Plaza Shopping Centre. Medan,

Tel: 62 (61) 4563411

Yogyankarta

❖Loving Hut International Vegan Restaurant

Tamansari Foodcourt, Ambarrukmo Plaza Lt.

3 Jl. Laksda Adisucipto, Yogyakarta

0274 4331254

Malaysi a -Kuala Lumpur

❖Puchong Store

15, Jalan Puteri 2/7, Bandar Puteri, 47100

Puchong, Selangor, Malaysia

Tel: (603) 8076 1811/Fax: (603) 806 42138

<http://www.lovinghut.com/ml/index.htm>

❖ Petaling Jaya

19, Jalan PJU 5 / 6, Dataran Sunway,

Kota Damansara,

47810 Petaling Jaya. Selangor

Tel / Fax : 03-6142 1676

Fax: 03-8064 2138  
SMS: +6016 207 8276  
Email: [contact@LovingHutMalaysia.com](mailto:contact@LovingHutMalaysia.com)  
Web: [www.LovingHutMalaysia.com](http://www.LovingHutMalaysia.com)

❖Johor Bahru

Unit 1, Ground Floor, Block F,  
Plaza Sentosa, Johor Bahru, Johor  
Tel: 012-712 1744/Fax: 03-8064 2138  
S: +6016 261 8276  
Email: [contact@LovingHutMalaysia.com](mailto:contact@LovingHutMalaysia.com)  
Web: [www.LovingHutMalaysia.com](http://www.LovingHutMalaysia.com)

**Thailand**

❖Bangkok

257 Charoennakhon Road,  
Ground Floor Shop 11 Samrae,  
Thonburi, Bangkok 10600, Thailand  
Tel: (+66)24769781 / (+66)24766220  
[info@LovingHutThailand.co.th](mailto:info@LovingHutThailand.co.th)  
[www.lovinghutthailand.com](http://www.lovinghutthailand.com)

❖Pawet

199/71 Soi 70/1 On-Nut,  
78 . The Key of Immediate Enlightenment Supreme Master Ching Hai  
Sinakarin Rd., Pawet 10240, Thailand  
Tel: (+66)27210320 / (+66)83497709

**Singapore**

❖Loving Hut International Vegan Restaurant  
Raffles Institution

1 Raffles Institution Lane, S 575954

Tel: 65- 63538830

❖ Marsiling School

12, Marsiling Road, Singapore 739110 Fax:

68946156

Tel: 65- 68941413

❖ Jalan Bukit Merah

Block 161, Unit 01-3725 Bukit Merah Central.

Singapore 150161

Tel: 65-63774354

❖ ParkLane Store

35 Selegie Road, #01-07 Parklane Shopping  
Mall. Singapore 188307

Tel: 65- 63380962

### **Mongolia**

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Khan-Uul, Ulaanbaatar Branch

2nd Floor, Mongol Nekhmel Co Ltd, 2nd

Khoroo, Khan-Uul District, Ulaanbaatar,

Tel: +(976)11341896, (976)98080512

❖ Chingeiteil, Ulaanbaatar Branch

3th Floor, Mars Trademarket, 2nd Khoroo,

Chingeiteil District, Ulaanbaatar, Mongolia

Tel: +(976)91912063, (976)95940781

❖ Food College, Ulaanbaatar Branch

Student Dormitory of Food College, 2nd

Khoroo, Khan-Uul District, Ulaanbaatar,

Tel: +(976)99114373, (976)99237898

*K*iedy Miłość Mistrza spłynęła na mą duszę  
Odrodziłam się młoda  
Nie pytaj mnie tylko o przyczynę:  
Przyczyna nie leży w logice Miłości!

*Jestem rzeczniką  
Całego stworzenia  
Otwarcie głosząc  
Ich smutki i bóle  
życia za życiem w tym wiecznie kręcącym się kole śmierci  
Błagam Miłosierna Matko  
śpiesz się! Skończ z tym*

*Twe błogosławieństwo przenika wszystkich bez wyjątku  
Złych i dobrych, pięknych i brzydkich,  
Szczerych i tych niewartych  
Tak samo!  
Och Mistrzu, nigdy nie potrafiłabym wyśpiewać Twojej Chwały,  
Twojej miłości, którą noszę w swoim łonie  
i śpię z nią każdej nocy.*

*Z tomu wierszy „Ciche Łzy”  
Najwyższej Mistrzyni Ching Hai*

## Publikacje

Polecamy szeroki wybór książek, płyt DVD i CD oraz MP3 z wykładami i muzyką Najwyższej Mistrzyni Ching Hai, które służą wzbogaceniu duchowemu i są inspiracją do dalszego duchowego rozwoju.

Poza tymi publikacjami, nauki Mistrzyni można bezpłatnie poznać przez internet. Na przykład, publikowany cyklicznie magazyn jest dostępny na kilku stronach internetowych (adresy stron 'Quan Yin' znajdują się poniżej). Można tam także znaleźć wiersze, pełne inspiracji aforyzmy, a także wykłady w formie plików dźwiękowych i video.

W internecie jest również dostępna najbardziej popularna publikacja, która ukazała się już w ponad 50 językach, a jest nią książeczka przykładowa, będąca wprowadzeniem do nauk Mistrzyni. Książeczkę tę można pobrać ze stron internetowych:

<http://sb.godsdirectcontact.net/> (Formoza)

<http://www.Godsdirectcontact.org/sample/> (USA.)

<http://www.direkter-kontakt-mit-gott.org/download/index.htm>(Austria)

<http://www.Godsdirectcontact.us/com/sb>

## Książki

W ciągu zajętego dnia książka Mistrzyni może być 'deską ratunkową'. Słowa Mistrzyni jasno nam przypominają o naszej własnej Naturze. Wewnętrzna mądrość przemawia zarówno w wyborze wykładów „Klucz do Natychmiastowego Oświecenia” jak i w pełnej współczucia poezji „Ciche Łzy”. W języku polskim ukazały się dotychczas cztery książki: „Klucz do natychmiastowego oświecenia” - zbiór wykładów Mistrzyni - tom 1 i 2 oraz „Klucz do natychmiastowego oświecenia - pytania i odpowiedzi”, która jest wyborem pytań i odpowiedzi, pochodzących z różnych wykładów Mistrzyni oraz „Przyszłam, by zabrać was do domu”.

***The Key of Immediate Enlightenment - Klucz do Natychmiastowego Oświecenia*** - zbiór wykładów wydany w językach: polskim (2 tomy), angielskim (5 tomów), chińskim (8 tomów), tajlandzkim (6 tomów), aulackim (8 tomów), koreańskim (11 tomów), hiszpańskim (3 tomy), niemieckim (2 tomy), indonezyjskim (5 tomów), mongolskim (2 tomy), francuskim (2 tomy), japońskim, portugalskim, węgierskim i szwedzkim (1 tom)

***The Key of Immediate Enlightenment - Questions and Answers***  
**Klucz do Natychmiastowego Oświecenia - zbiór pytań i odpowiedzi pochodzących z wykładów Mistrzynie, wydany w językach:**  
polskim (1 tom), angielskim (2 tomy), chińskim (2 tomy), aulackim (4 tomy), koreańskim (2 tomy), indonezyjskim (3 tomy) oraz francuskim, japońskim, portugalskim, węgierskim (1 tom)

***The Key of Immediate Enlightenment - Special Edition/7-day retreat***  
**Klucz do Natychmiastowego Oświecenia - wydanie specjalne z 7dniowego odosobnienia, zbiór wykładów Mistrzynie, pochodzących z odosobnienia w San Di Mun na Formozie, wydany w językach:**  
angielskim i aulackim.

***The Key of Immediate Enlightenment - Special Edition/1993 World Lecture Tour*** - zbiór wykładów Mistrzynie, pochodzących z Tournee wykładowego w 1993r. , wydany w językach: angielskim i chińskim

***The Key of Immediate Enlightenment - Correspondence between Master and Disciples*** - Klucz do Natychmiastowego Oświecenia - Korespondencja między Mistrzynią i uczniami, zbiór listów, wydany w językach: chińskim (2 tomy), hiszpańskim (2 tomy), aulackim (2 tomy)  
***Master Tells Stories*** - Mistrzynie opowiada historyjki, wydane w językach: angielskim, aulackim, koreańskim i tajlandzkim

***Silent Tears - Ciche Łzy, zbiór wierszy Mistrzyni, w językach:***

angielskim, niemieckim, francuskim - w jednym wydaniu; oraz w języku angielskim, aulackim, chińskim; portugalskim, filipińskim, koreańskim

***God Takes Care of Everything - Ilustrowane opowieści Najwyższej Mistrzyni Ching Hai, w językach:*** aulackim, chińskim, angielskim i koreańskim

***Sen Motyla - zbiór wierszy autorstwa Mistrzyni, w językach:***

angielskim i aulackim

***The Old Time: - zbiór wierszy autorstwa Mistrzyni, w języku angielskim.***

***The Golden Memories - zbiór wczesnych wierszy Mistrzyni, w językach:*** angielskim i aulackim

***Traces of Previous Life - zbiór wczesnych wierszy Mistrzyni, w języku angielskim.***

***God's Direct Contact- The Way To Reach Peace: zbiór wykładów ogłoszonych przez Najwyższą Mistrzynię Ching Hai w 1999 r. podczas tournée po Europie. W tych wykładach Mistrzyni mówi o korzeniach wojny i cierpienia na świecie, i wskazuje na bezpośredni kontakt z Bogiem jako jedyny sposób na osiągnięcie pokoju przez ludzkość. Każde słowo Mistrzyni przepełnione jest mocą wzruszania ludzkich serc. W językach:*** angielskim i chińskim.

***Przyszedłem, aby zabrać was do domu - zbiór wypowiedzi Mistrzyni na tematy duchowe, w językach:*** angielskim, arabskim, bułgarskim, chińskim, czeskim, francuskim, greckim, hiszpańskim, indonezyjskim, koreańskim, niemieckim, polskim, rosyjskim, rumuńskim, tureckim, węgierskim, włoskim.

**Aforyzmy, zbiór cytatów wydany w językach:** angielskim i chińskim, hiszpańskim i portugalskim, francuskim, niemieckim oraz koreańskim

**Najwyższa Kuchnia - dania wegetariańskie z całego świata, zbiór przepisów, wydany w językach:** angielskim i chińskim.

**One World... of Peace through Music: - zbiór wywiadów oraz kompozycji muzycznych z Dobroczynnego Przedstawienia, które odbyło się w Los Angeles, Kalifornia. Wydany w językach:** angielskim, aulackim i chińskim.

Oglądanie video z wykładami Mistrzyni przywraca nam perspektywę i przypomina o naszym prawdziwym Ja. Mistrzyni przekazuje słowa mądrości w sposób pełen humoru, wnosząc w nasze serca ciepło i śmiech. Ścieżki dźwiękowe wykładów słuchane podczas dojazdów do pracy sprawiają, że czas upłyne w dobrym nastroju. Poniżej podajemy kilka tytułów:

**A Prayer for World Peace:** Lecture in Ljubljana, Slovenia.

**Be Your Own Master:** Group Meditation in AT, USA.

**The Invisible Passageway:** Lecture in Durban, South Africa.

**The Importance of Human Dignity:** Group Meditation in NJ, USA.

**Connecting Yourself with God:** Lecture in Lisbon, Portugal.

**How to Love Your Enemy:** Group Meditation in Santimen, Formosa.

**Return to the Innocence of Childhood:** Lecture in Stockholm, Sweden.

**The Way to Find the Treasure Within:** Group Meditation in Chiang Mai, Thailand.

**Together We Can Choose a Bright Destiny:** Lecture in Warsaw, Poland.

**The Choices of Each Soul:** Group Meditation in LA, USA.

**Walk the Way of Love:** Group Meditation in London, England

**Let Others Believe God the Way They Want:** Group Meditation in LA,

## Płyty CD

Do podarków Mistrzyni dla nas zaliczamy pieśni buddyjskie, poezję i kompozycje grane na tradycyjnych instrumentach, takich jak chińska cytra i mandolina.

Dużo utworów jest dostępnych na taśmach magnetofonowych i płytach CD. Więcej informacji na temat, jak zamówić te i inne utwory znajdziesz w sekcji pt. „Jak zamówić”.

1. Pieśni buddyjskie, kasety 1, 2, 3
2. Pieśni chrześcijańskie „Alleluja”
3. Muzyka i piosenki w j. aulackim (mandolina i chińska cytra)
4. Piosenki miłosne - aulackie i angielskie
5. Kompozycje muzyczne Mistrzyni, kasety 1 - 9 (cymbały, harfa, pianino, chińska cytra, elektryczne organy, etc.)
6. Piosenki skomponowane przez Mistrzynię; Zbiór piosenek - napisanych i śpiewanych przez Mistrzynię
7. Koncert na cele dobroczynne *Jeden Świat ... pokój poprzez muzykę*

## DVD

| Kod | Tytuł                                                | Miejsce          |
|-----|------------------------------------------------------|------------------|
| 240 | Leading The World Into A New Era                     | Hsihu, Formoza   |
| 260 | The Mystery Of The World Beyond                      | ONZ, USA         |
| 389 | Songs & Compositions of The Supreme Master Ching Hai |                  |
| 467 | The Suffering of This World Comes From Our Ignorance | Singapore        |
| 493 | Appreciate The Value of Initiation                   | Hamburg, Germany |
| 582 | Be Determined On the Spiritual Path                  | Australia        |

|      |                                        |                            |
|------|----------------------------------------|----------------------------|
| 608  | The Methods of Spiritual Improvement   | Washington D.C. USA        |
| 638  | Bring Out the Best in Yourself         | Florida Center, USA        |
| 665  | Pacifying The Mind Istanbul,           | Turkey                     |
| 665a | Pacifying The Mind Istanbul,           | Turkey                     |
| 667  | Be a Torchbearer for God               | Johannesburg, South Africa |
| 670  | Our Perfect Nature                     | Florida, USA               |
| 671  | To Be Enlightened                      | Tel Aviv, Israel           |
| 673  | Transcend Emotions                     | Cape Town, South Africa    |
| 674  | Walking In Love And Laughter           | Cape Town, South Africa    |
| 676  | Parliament of the World's Religions    | Cape Town, South Africa    |
| 677  | The Smile of an Angel                  | Bangkok, Thailand          |
| 680  | Beyond the Emptiness of Existence      | Bangkok, Thailand          |
| 688  | Love Is The True Essence Of Life       | Malaysia                   |
| 689  | Enlightenment and Ignorance            | Nepal                      |
| 692  | Listening Inwardly To Our Self-Nature  | Taoyuan, Formosa           |
| 693  | Wisdom & Concentration                 | Tokyo, Japan               |
| 694  | Life Continues Forever                 | Seoul, Korea               |
| 695  | A Spiritual & Intellectual Interchange |                            |
|      | A Conference at the Academia Sinica    | Formosa                    |
| 696  | Freedom Beyond The Body & Mind         | YoungTong, Korea           |
| 705  | Waking Up from the Dream               | Seoul Center, Korea        |
| 709  | An Evenig with the Stars               | Los Angeles, CA, USA       |
| 701  | To Impart The Great Teaching           | Yong Dong, Korea           |
| 711  | The Hotel Called Life Fresno,          | California, USA            |
| 718  | Love is Always Good                    | Florida Center, USA        |
|      | .....etc.                              |                            |

## **Jak zamawiać**

Wszystkie publikacje sprzedajemy niemal po cenie kosztów produkcji. W celu złożenia zamówienia, prosimy o skontaktowanie się z ośrodkiem lokalnym. Szczegółowy katalog można również znaleźć na stronach:

<http://www.godsdirectcontact.org.tw/multilang/>

<http://smchbooks.com/new-c/cover/cover.htm>

<http://magazine.godsdirectcontact.net/>

W magazynie publikowanym cyklicznie w Internecie zamieszczana jest lista najnowszych książek i video. Również w czasie odosobnień można zapoznać się z książkami, taśmami, zdjęciami, obrazami i biżuterią Mistrzyni.

Zamówienia można także przysyłać bezpośrednio do głównego ośrodka na Formozie. (P.O. Box 9, Hsihu, Miaoli, Formoza, ROC). Szczegółowy katalog wysyłamy na życzenie.

## **Strona Internetowa Quan Yin**

W celu uzyskania dalszych informacji na temat publikacji, a także na temat Metody Quan Yin, prosimy odwiedzić stronę:

[www.Godsdirectcontact.org./tw](http://www.Godsdirectcontact.org./tw)

Na stronie tej znajdują się linki do wielu innych stron Quan Yin.

**O**dszukaj swój Wieczny Skarb, a będziesz mógł korzystać z jego Niewyczerpanego źródła. To jest Nieskończone Błogostawieństwo! Brak mi słów, którymi mogłabym to zachwalać. Mogę jedynie sławić to z nadzieją, że uwierzycie w moje pochwały i że moja energia wpłynie w jakiś sposób na wasze serca i wprowadzi was w coś w rodzaju stanu radości, i wtedy uwierzycie. Po inicjacji naprawdę zrozumiecie znaczenie moich słów. Nie wiem, jak opisać wam to Wspaniałe Błogostawieństwo, którym obdarzył mnie Bóg i dał mi prawo je rozdawać, bezpłatnie i bez stawiania jakichkolwiek warunków.

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

**Z**bieramy karmę od ludzi wokół, kiedy patrzymy na nich, kiedy o nich myślimy, kiedy dzielimy się z nimi książką czy posiłkiem, etc. W taki sposób błogosławimy ludzi i zmniejszamy ich karmę. To po to praktykujemy, żeby nieść światło i rozpraszać ciemności. Błogosławieni są ci, którzy mogą oddać nam trochę swojej karmy. Z chęcią im pomagamy.

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

**C**ały czas mówimy nonsensy w tym ludzkim języku. Musimy zawsze paplać o wszystkim. Musimy porównywać, musimy oceniać, musimy rozpoznawać, musimy wszystkiemu nadawać nazwę. Ale o Absolutie, jeśli istnieje prawdziwy Absolut, nie moglibyście nawet nic powiedzieć. Nie można o nim rozmawiać. Nie można nawet o nim myśleć. Nie można sobie go wyobrazić. Nie ma w nim nic. Rozumiecie?

~Najwyższa Mistrzyni Ching Hai~

## Jak się z nami skontaktować

### The Supreme Master Ching Hai International Association

P. O. Box 9, Hsihu Miaoli 36899, Formosa, ROC, (Tajwan)  
 lub  
 P.O.Box 730247, San Jose, CA 95173-0247, USA

W krajach o większej swobodzie religijnej istnieją ośrodki, którymi opiekują się osoby zainicjowane w Metodę Quan Yin. Jeśli w pobliżu Twojego zamieszkania nie ma ośrodka, skontaktuj się z najbliższym lub głównym ośrodkiem.

\*Aktualna lista dostępna jest na stronie  
<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/cp/index.htm> (English)

Lista osób opiekujących się ośrodkami praktyki  
 na całym świecie

#### \*\*\*AFRICA\*\*\*

|              |                                              |                 |
|--------------|----------------------------------------------|-----------------|
| R.S.Africa   |                                              |                 |
| Cape Town    | Cape Town Center<br>capetowncentre@yahoo.com | 27-83-952-5744  |
| Durban       | Durban Center<br>durbancentre@yahoo.com      | 27-31-368-7759  |
| Johannesburg | Mr. Gerhard Vosloo<br>ghvosloo@mweb.co.za    | 27-11-880-0349  |
|              | Ms. Dieketseng Napo<br>dnapo@absamail.co.za  | 27-83-456-3968  |
| Angola:      | Angola Center<br>luandacentre@yahoo.com      | 2 44-92-338082  |
| Benin:       | Benin Center<br>smbenin@yahoo.fr             | 229-383-982     |
| Burkinafaso: | Ouagadougou center<br>smburkinafaso@yahoo.fr | 226- 341704     |
| Cameroon:    | Douala Center<br>smcameroon@hotmail.com      | 237-34-37232    |
| Ghana:       | Ghana Center<br>smghanac@yahoo.com           | 233-27- 607-528 |

|                             |                                                                      |                                  |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| Kenya:                      | Kenya Center<br>atmoske@yahoo.com                                    | 254-72-603953                    |
| Madagascar:<br>Antananarivo | Mr. Eric Razahidah<br>razahidah@hotmail.com                          | 261-33-1115197                   |
| Uganda:<br>Kampala          | Mr. Samuel Luyimbaazi                                                | 256-7764-9807                    |
| Mauritius<br>Port Louis     | Mr. Liang Dong Sheng<br>smmaurice@email.com                          | 230-208-1758                     |
|                             | Ms. Josiane Chan She Ping<br>essence@intnet.mu                       | 230-242-0462                     |
| Togo                        | Togo Center<br>smtogo@yahoo.com                                      | 228-222864                       |
|                             | Mr. David Chine                                                      | 228-215551                       |
| <b>***AMERYKA***</b>        |                                                                      |                                  |
| Argentina:<br>Buenos Aires  | Ms. Mabel Alicia Kaplan<br>backhome25@hotmail.com                    | 54-11-4-545-4640                 |
| Bolivia:<br>Santa Cruz      | Ms. Adalina da Graca Munhoz<br>adamunhoz@hotmail.com                 | 591-337-2039                     |
| Trinidad                    | Mr. Wu Chao Shien                                                    | 591-4625964                      |
| Brazil:<br>Belem            | Mr. Wei Cheng Wu<br>belemcenter@yahoo.com.br                         | 55-91-2234424/55-91-2746611      |
| Goiania                     | Mr. & Mrs. Erwin Madrid<br>erwinserrano@terra.com.br                 | 55-62-3941-4510                  |
| Recife                      | Ms. Salma Casierra Alvarez                                           | 55-81-3262912                    |
| San Paulo                   | San Paulo Center<br>br_center@yahoo.com.br                           | 55-11-5904-3083/5579-1180        |
| Canada:<br>Edmonton         | Mr. Brian Hokanson<br>Mr. & Mrs. Dang Van Sang<br>anh2sd@hotmail.com | 1-780-444-6568<br>1-780-963 5240 |
| Kingston                    | Mr. Quang Thanh Le<br>quang_le1@hotmail.com                          | 1-613-384-6872                   |
| London                      | London Center<br>uniself@yahoo.com                                   | 1-519-438-3702                   |
| Montreal                    | Montreal Center<br>smchmontreal@vif.com                              | 1-514- 277-4655                  |
|                             | Ms. Euchariste Pierre<br>p_euchariste1@sympatico.ca                  | 1-514-277-2717                   |

|                                                |                                                                             |                                              |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
|                                                | Mr. Hung The Nguyen<br>thehungnguyen@vif.com                                | 1-514-494-7511                               |
| Ottawa                                         | Mr. Tuan Duong<br>et323@ncf.ca                                              | 1-613-565-0862                               |
| Toronto                                        | Toronto Center<br>Ms. Diep Hoa<br>hoadiep0723@yahoo.com                     | 1-416-503-0515<br>1-905-828-2279             |
|                                                | Mr. & Mrs. Lenh Van Pham<br>hiepham@rogers.com                              | 1-416-282-5297                               |
| Vancouver                                      | Liaison Office<br>Ms. Li-Hwa Liao<br>jsung22@shaw.ca                        | torontocontact@yahoo.ca<br>1-604-541-1530    |
|                                                | Ms. Sheila Coodin<br>qycontactperson@yahoo.ca                               | 1-604-580-4087                               |
|                                                | Ms. Nguyen Thi Yen<br>yentnguyen2002@yahoo.com                              | 1-604-581-7230                               |
| Chile:<br>La Serena                            | Mr. Esteban Zapata Guzman<br>laserenacenter@hotmail.com                     | 56-51-451019                                 |
| Santiago                                       | Santiago Center<br>chilecenter@hotmail.com                                  | 56-2-6385901                                 |
|                                                | Liaison Office                                                              | 56-2-6389229                                 |
| Colombia:<br>Bogota                            | Mrs. Blanca Elizabeth Pedraza<br>diachadicha@hotmail.com                    | 57-1-6240217                                 |
| Costa Rica:<br>San Jose                        | San Jose Center<br>Ms. Laura Chen<br>lauracmesa401@hotmail.com              | 506-2200-753<br>506-3632-748                 |
| Honduras:<br>Tegucigalpa                       | Ms. Edith Sagrario Ochoa                                                    | 504-2250120                                  |
| Mexico:<br>Mexicali                            | Ms. Sylvia Lagrange<br>eternalmaster2002@yahoo.com.mx                       | 52-686-568-4575                              |
| Mexico D.F.<br>Mexico D.F.<br>kamel@igo.com.mx | Center<br>Mexico State Liaison Office<br>tcenter@contactodirectocondios.org | 52-55-5752-7472/5639-3506<br>52-55-5852-1256 |
| Monterrey                                      | Mr. Roque Antonio Leal Suffo<br>mtycenter@starmedia.com                     | 52-8-379-0897                                |
| Nicaragua:                                     |                                                                             |                                              |

|                             |                                                                                                                                                                             |                                                                      |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| Managua                     | Mrs. Pastora Valdivia Iglesias<br>roxanavet@hotmail.com                                                                                                                     | 505-248-3651                                                         |
| Panama:                     | Panama Center<br>Ms. Maritza E.R. de Leone<br>mrleone@hotmail.com                                                                                                           | 507-236-7495<br>507-260-5021                                         |
| Paraguay:<br>Asuncion       | Ms. Emilce Cespedes Gimenez<br>ec_py2002@yahoo.com.ar                                                                                                                       | 595-2-523684                                                         |
| Peru:<br>Cusco              | Ms. Patricia Kross Canal<br>cuscocentro@yahoo.com                                                                                                                           | 51-84-232682                                                         |
| Lima                        | Lima Center<br>Mr. Edgar Nadal & Ms. Teresa I<br>edyter@viabcp.com                                                                                                          | 51-1-4716472<br>51-1-4667737                                         |
| Puno                        | Mr. Victor Carrera<br>Ms. Mercedes Rodriguez<br>punocentroperu@yahoo.es                                                                                                     | 51-1-2650310<br>51-54-353039                                         |
| Trujillo                    | Mr. Luis Rebaza<br>larv@terra.com.pe                                                                                                                                        | 51-44-260871                                                         |
| Salvador:<br>San Salvador   | Mr. Manuel Menjivar<br>quijano_manuel@yahoo.es                                                                                                                              | 503-216-9413                                                         |
| Trinidad Island:            | Mr. Ray Alibocus<br>alibocus@tstt.net.tt                                                                                                                                    | 1-868-637-1054                                                       |
| <b>USA:</b>                 |                                                                                                                                                                             |                                                                      |
| Arizona:                    | Arizona Center<br>Mr. & Mrs. Kenny Ngo<br>kennyngoaz@hotmail.com                                                                                                            | 1-602-264-3480<br>1-602-404-5341                                     |
| Arkansas                    | Mr. Robert Jeffreys<br>bobedj@cox-internet.com                                                                                                                              | 1-479-253-8287                                                       |
| California:<br>*Los Angeles | Los Angeles Center<br>Mr. & Mrs. Tsung-Liang Lin<br>tlin54@hotmail.com<br>Mr. & Mrs. Dong Phung<br>SanGabriel99@hotmail.com<br>Mr. Gerald Martin<br>gmartin0999@hotmail.com | 1-909-674-7814<br>1-626-914-4127<br>1-626-284-9994<br>1-310-836-2740 |
| *Sacramento                 | Mr. & Mrs. Hieu De Tu<br>saccenter.ca@usa.com                                                                                                                               | 1-916-682-9540                                                       |
| *San Diego                  | San Diego Center<br>quanyinsd@juno.com<br>Mr. & Mrs. Tran Van Luu                                                                                                           | 1-619-280-7982<br>1-619-475-9891                                     |

|                           |                                           |                |
|---------------------------|-------------------------------------------|----------------|
| *San Francisco            | San Francisco Center<br>KHOALUONG@aol.com |                |
|                           | Mr. & Mrs. Khoa Dang Luong                | 1-415-753-2922 |
|                           | Mr. & Mrs. Dan Hoang                      | 1-415-333-9119 |
|                           | sfcenter@hotmail.com                      |                |
| *San Jose                 | Ms. Sophie Lapaire                        | 1-650-988-6500 |
|                           | Sophie.Lapaire@eng.sun.com                |                |
|                           | Mr. & Mrs. Edgar Shyuan                   | 1-408-463-0297 |
|                           | Edgar-Teresa@worldnet.att.net             |                |
|                           | Mr. Loc Petrus                            | 1-510-276-4631 |
|                           | petrusl2k@earthlink.net                   |                |
|                           | Mr. Jim Su                                | 1-408-253-8516 |
|                           | sumajim@yahoo.com                         |                |
|                           | Mr. James Kiet Le                         | 1-408-262-8233 |
|                           | thanhgiang1990@yahoo.com                  |                |
| Colorado:                 | Ms. Victoria Singson                      | 1-303-986-1248 |
|                           | torahi@ureach.com                         |                |
| Florida:                  |                                           |                |
| *Cape Coral               | Mr. & Mrs. Thai Dinh Nguyen               | 1-941-458-2639 |
|                           | Thaidbzad@msn.com                         |                |
|                           | Ms. Trina L. Stokes                       | 1-239-433-9369 |
|                           | tls1095@earthlink.net                     |                |
| *Orlando                  | Mr. Michael Stephen Blake                 | 1-407-333-0178 |
|                           | ekalbekim@yahoo.com                       |                |
| Georgia:                  | Center/Bhiksuni Chan Mo                   | 1-770-936-9926 |
|                           | georgiacenter@hotmail.com                 |                |
|                           | Mr. James Collins                         | 1-770-934-2098 |
|                           | Ms. Kim Dung Thi Nguyen                   | 1-404-292-7952 |
| Hawaii:                   | Hawaii Center                             | 1-808-735-9180 |
|                           | hawaiictr@hotmail.com                     |                |
|                           | Mrs. Dorothy Kaomi Sakata                 | 1-808-988-6059 |
|                           | DorothySakata@aol.com                     |                |
| Illinois:                 | Mr. Tran, Cao-Minh Lam                    | 1-773-506-8853 |
|                           | caominhtran@yahoo.com                     |                |
| Indiana:                  | Mr. & Mrs. Duc Vu                         | 1-317-293-5303 |
|                           | Duchanh@aol.com                           |                |
| Kentucky: Kentucky Center |                                           |                |
|                           | kycenter2000@yahoo.com                    |                |
|                           | Mr. & Mrs. Nguyen Minh Hung               | 1-502-695-7257 |
|                           | Fuji.Nguyen@ky.gov                        |                |
| Louisiana:                | Mr. John L. Fontenot                      | 1-504-483-3234 |
|                           | jlfontenot@hotmail.com                    |                |
| Maryland:                 | Mr. Nguyen Van Hieu                       | 1-301-933-5490 |

|                 |                                           |                |
|-----------------|-------------------------------------------|----------------|
| Massachusetts:  | marylandcenter@yahoo.com<br>Boston Center | 1-978-436-9982 |
|                 | shinemound@earthlink.net                  |                |
|                 | Ms. Gan Mai-Ky                            | 1-508-791-7316 |
|                 | Mr. & Mrs. Huan-Chung Li                  | 1-978-957-7021 |
| Michigan:       | Mr. Martin John White                     | 1-734-327-9114 |
|                 | mading02000@yahoo.com                     |                |
| Minnesota:      | Ms. Quach Ngoc                            | 1-612-722-7328 |
|                 | quachmn@yahoo.com                         |                |
| Missouri:       |                                           |                |
| *Jefferson      | Ms. Mary E. Steck                         | 1-573-761-9969 |
|                 | MSteck5208@aol.com                        |                |
| *Rolla          | Mr. & Mrs. Genda Chen                     | 1-573-368-2679 |
|                 | gchen@umr.edu                             |                |
| Nebraska:       | Ms. Celine Robertson                      | 1-402-483-4067 |
|                 | croberts@lps.org                          |                |
| Nevada:         |                                           |                |
| *Las Vegas      | Ms. Helen Wong                            | 1-702-242-5688 |
| New Jersey:     | New Jersey Center                         | 1-973-209-1651 |
|                 | c_newjersey@yahoo.com                     |                |
|                 | Mr. Chang Sheng Chou                      | 1-973-335-5336 |
|                 | JohnChou@ymusa.com                        |                |
| New Mexico:     | Mr. & Mrs. Nawarskas                      | 1-505-342-2252 |
|                 | anawarskas@hotmail.com                    |                |
| New York:       | Mr. & Mrs. Zhihua Dong                    | 1-718-567-0064 |
|                 | dong@phys.columbia.edu                    |                |
| Rochester       | Ms. Debra Couch                           | 1-716-256-3961 |
|                 | dcouch@rochester.rr.com                   |                |
| North Carolina: |                                           |                |
|                 | Mr. & Mrs. Huynh Thien Tan                | 1-704-535-3789 |
| Ohio:           |                                           |                |
|                 | Mr. & Mrs. Vu Van Phuong                  | 1-513-887-8597 |
|                 | ohiocenter@yahoo.com                      |                |
|                 | Mr. Gilbert Rivera                        | 1-937-746-3786 |
|                 | wisdme@aol.com                            |                |
| Oklahoma:       | Mr. & Mrs. Tran Kim Lam                   | 1-405-632-1598 |
|                 | LTRAN2292@aol.com                         |                |
| Oregon:         |                                           |                |
| Portland        | Mr. & Mrs. Minh Tran                      | 1-503-614-0147 |
|                 | oregon_center90@yahoo.com                 |                |
|                 | Ms. Youping Zhong                         | 1-503-257-2437 |
|                 | youping320@yahoo.com                      |                |
| Pennsylvania:   |                                           |                |

|                 |                                                      |                |
|-----------------|------------------------------------------------------|----------------|
|                 | Mr. & Mrs. Diep Tam Nguyen<br>DiepAshleyPa@aol.com   | 1-610-529-3114 |
|                 | Mrs. Ella Flowers                                    | 1-215-879-6852 |
| Texas:          |                                                      |                |
| *Austin         | Austin Center<br>jldawu@yahoo.com                    | 1-512-396-3471 |
|                 | Mr. Dean Duong Tran<br>tranduongdean@yahoo.com       | 1-512-989-6113 |
| *Dallas         | Dallas Center<br>DallasCenter@yahoo.com              | 1-214-339-9004 |
|                 | Mr. Tim Mecha<br>t.mecha@comcast.net                 | 1-972-395-0225 |
|                 | Mr. Weidong Duan<br>water96@yahoo.com                | 1-972-517-5807 |
|                 | Mr. Jimmy Nguyen<br>JimmyHNguyen@yahoo.com           | 1-972-206-2042 |
| *Houston        | Houston Center                                       | 1-281-955-5782 |
|                 | Ms. Carolyn Adamson<br>cadamson@houston.rr.com       | 1-713-6652659  |
|                 | Mr. & Mrs. Charles Le Nguyen<br>cuc_le@sbcglobal.net | 1-281-251-8812 |
|                 | Mr. & Mrs. Robert Yuan<br>robert.yuan@hp.com         | 1-281-251-3199 |
| *San Antonio    |                                                      |                |
|                 | Mr. Khoi Kim Le<br>lethong@hotmail.com               | 1-210-558-6088 |
| Virginia:       | Virginia Center                                      | 1-703-941-0067 |
|                 | Mr. & Mrs. Hua Phi Anh<br>anhhy@hotmail.com          | 1-703-978-6791 |
| *Virginia Beach | Virginia Beach Center<br>liem_le23502@yahoo.com      | 1-757-461-5531 |
| Washington:     |                                                      |                |
| *Seattle        | Mr. Ben Tran<br>benptran@aol.com                     | 1-425-643-3649 |
|                 | Mr. Edward Tan<br>edtan@usa.com                      | 1-206-228-8988 |
| Wyoming:        | Ms. Esther Mary Cole<br>sumaemc@yahoo.com            | 1-307-332-7108 |
| Puerto Rico:    |                                                      |                |
| Camuy           | Mrs. Disnalda Hernandez Moral<br>disnalda@caribe.net | 1-787-262-1874 |

**\*\*ASIA\*\***

## Formoza:

|            |                                                               |                 |
|------------|---------------------------------------------------------------|-----------------|
| Taipei     | Taipei Center<br>tpe.light@msa.hinet.net                      | 886-2-2706-6168 |
|            | Mr. & Mrs. Loh, Shih-Hung<br>shloh@ndmctsg.h.edu.tw           | 886-2-27062628  |
| Miaoli     | Mr. & Mrs. Chen, Tsan Gin                                     | 886-37-221618   |
|            | Mr. Chu, Chen Pei                                             | 886-37-724726   |
| Kaohsiung  |                                                               |                 |
| Hong Kong: | Mr. & Mrs. Zeng, Huan Zhong                                   | 886-7-7534693   |
|            | Hong Kong Center<br>Liaison office<br>joyandlove3@hotmail.com | 852-27495534    |
| India:     |                                                               |                 |
| Mumbai     | Mr. Suneel Ramaney                                            | 91-22-282-0190  |
| Calcutta   | Mr. Ashok Sinha<br>shiva@cal.vsnl.net.in                      | 91-33-655-6741  |
| Indonesia: |                                                               |                 |
| Bali       | Bali Center<br>smch_bali@yahoo.com                            | 62-361-231-040  |
|            | Mr. Agus Wibawa<br>wibawa001@yahoo.com                        | 62-81-855-8001  |
| Jakarta    | Jakarta Center<br>smch-jkt@dn.net.id                          | 62-21-6319066   |
|            | Mr. Tai Eng Chew<br>cte@envirotec.co.id                       | 62-21-6319061   |
|            | Ms. Lie Ik Chin<br>herlina@ueii.com                           | 62-21-6510715   |
|            | Ms. Murniati Kamarga<br>hai@cbn.net.id                        | 62-21-3840845   |
|            | Mr. I Ketut P.Swastika<br>ketut@sinarma.co.id                 | 62-21-7364470   |
| Malang     | Mr. Judy R. Wartono<br>yudi_wartono@telkom.net                | 62-341-491-188  |
|            | Mr. Henry Soekianto                                           | 62-341-325-832  |
| Medan      | Mrs. Merlinda Sjaifuddin<br>smch_medan@hotmail.com            | 62-61-4514656   |
| Surabaya   | Surabaya Center<br>ahimsasb@indosat.net.id                    | 62-31-5612880   |
|            | Mr. Harry Limanto Liem<br>harry_l@sby.dn.net.id               | 62-31-594-5868  |
| Yogyakarta |                                                               |                 |
|            | Mr. Madyana Putra Augustinus                                  | 62-274-411-701  |

|             |                                                                                                                                                  |                                                                                    |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| Israel:     | t.adianingtyas@eudoramail.com<br>Mr. Yaron Adari<br>ya05@netvision.net.il                                                                        | 972-9-866-6247                                                                     |
| Japan:      |                                                                                                                                                  |                                                                                    |
| Gunma       | Ms. Hiroko Ichiba<br>divinalv@nth.biglobe.ne.jp                                                                                                  | 81-27-9961022                                                                      |
| Tateyama    | Tateyama center<br>tateyama_lg@yahoo.co.jp                                                                                                       | 81-470-209127                                                                      |
| Tokyo       | Ms. Yukiko Sugihara<br>cal13840@pop07.odn.ne.jp<br>Ms. Yoshie Takeda<br>y-plus@f6.dion.ne.jp                                                     | 81-3-3307-1643<br>81-90-3963-0755                                                  |
| Korea:      |                                                                                                                                                  |                                                                                    |
| Andong      | Andong Center<br>Mr. Kim, Sam-Tae                                                                                                                | 82-54-821-3043<br>82-54-821-3043                                                   |
| Busan       | Busan Center<br>chinghaibusan@hanmail.net<br>Mr. Song, Ho-Joon<br>Mr. Hwang, Sang-Won                                                            | 82-51-581-9200<br>82-51-957-4552<br>82-51-805-7283                                 |
| Chungok     | Chungok Center                                                                                                                                   | 82-54-6731399                                                                      |
| Daegu       | Daegu Center<br>chinghaidaegu@hanmail.net<br>Mr. Cha, Jae-Hyun<br>Mrs. Han, Sun-Hee<br>Mr. Kim, Ik-Hyeon                                         | 82-53-743-4450<br>82-53-856-3849<br>82-53-767-5338<br>82-53-633-3346               |
| Daejeon     | Daejeon Center<br>Mr. Kim, Soo-Dong                                                                                                              | 82-42-625-4801<br>82-42-2547309                                                    |
| Gwang-Ju    | Gwang-Ju Center<br>Mr. Jo, Myong-Dae<br>smgwanju@naver.com                                                                                       | 82-62-525-7607<br>82-62-394-6552                                                   |
| Incheon     | Incheon Center<br>Mr. Lee, Jae-Moon                                                                                                              | 82-32-579-5351<br>82-32-244-1250                                                   |
| Jeju Island | Jeju Center                                                                                                                                      | 82-64-99-6113                                                                      |
| Jeonju      | Jeonju Center<br>shc5824@hanmail.net<br>Mr. Shin, Hyun-Chang<br>Seoul Seoul Center<br>quanyim@unitel.co.kr<br>Mr. Yoo, Tae-In<br>Mrs. Lee, Ji-Ja | 82-63-274-7553<br>82-63-254-5824<br>82-2-5772158<br>82-2-795-3927<br>82-2-599-1701 |
| Youngdong   | Youngdong Center<br>houmri1@kornet.net                                                                                                           | 82-54-5325821                                                                      |
| Laos:       |                                                                                                                                                  |                                                                                    |

|              |                                                                                                              |                                                              |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Vientiane    | Mr. Somboon Phetphommasouk<br>somboon_9@hotmail.com                                                          | 856-21-415-262                                               |
| Macau:       | Macau Center<br>macau_center@email.com<br>Liaison Office                                                     | 853-532231<br>853-532995                                     |
| Malaysia:    |                                                                                                              |                                                              |
| Alor Setar   | Mr. Chiao-Shui Yu                                                                                            | 60-4-7877453                                                 |
| Johor Bahru  | Mr. & Mrs. Chi-Liang Chen<br>supreme2@tm.net.my                                                              | 607-6622518                                                  |
| Kuala Lumpur | Kuala Lumpur Center<br>klsmch@tm.net.my<br>Liaison office<br>klgcp@hotmail.com                               | 603-92873904<br>6012-259-5290                                |
| Penang       | Penang Center<br>pgsmch@pd.jaring.my<br>Mr. & Mrs. Lin Wah Soon                                              | 604-2285853<br>604-6437017                                   |
| Mongolia:    |                                                                                                              |                                                              |
| Ulaanbaatar  | Ms. Erdenechimeg Baasandamba<br>baasandamba@yahoo.com                                                        | 976-11-310908                                                |
| Baganuur     | Mr. & Mrs. Gursad Bayarsaikhan                                                                               | 976-121-21174                                                |
| Myanmar:     | Mr. Sai San Aik                                                                                              | 951-667427                                                   |
| Nepal:       |                                                                                                              |                                                              |
| Kathmandu    | Kathmandu Center<br>chinghai_kathmandu@hotmail.com<br>Mr. Ajay Shrestha<br>ajaystha@hotmail.com              | 977-1-4254-481<br>977-1-4473-558                             |
| Pokhara      | Pokhara Center<br>Mr. Bishnu Neupane<br>neupanebishnu@hotmail.com<br>Mr. Shiva Bastola<br>Mr. Raj Kumar Lama | 977-61-28455<br>977-61-31643<br>977-61-28255<br>977-61-31413 |
| Philippines: | Manila Center<br>manilach@hotmail.com                                                                        |                                                              |
| Singapore:   | Singapore Center<br>chinghai@singnet.com.sg<br>Liaison office                                                | 65-6741-7001<br>65-6846-9237                                 |
| SriLanka:    |                                                                                                              |                                                              |
| Colombo      | Mr. Lawrance Fernando<br>samantha_nbt@zeynet.com                                                             | 94-1-412115                                                  |
| Thailand:    |                                                                                                              |                                                              |
| Bangkok      | Bangkok Center<br>bkk_c@hotmail.com<br>Ms. Laddawan Na Ranong                                                | 662-674-2690<br>66-1-8690636/66-2-5914571                    |

|            |                                                                                 |              |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Chiang Mai | edasnlad@samsorn.stou.ac.th<br>Ms. Siriwan Supatrchanian<br>lisiriwan@yahoo.com | 66-53-384128 |
| Khon Kaen  | Khon Kaen Center                                                                | 66-43-378112 |
| Songkhla   | Songkhla Center                                                                 | 66-74-447224 |

**\*\*\*EUROPE\*\*\***

|                        |                                                                                                     |                                                    |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| Austria:               | Vienna Center<br>Chinghai@A1.net<br>Mr. & Mrs. Nguyen Van Dinh<br>Mr. Shih-Tsung Lu<br>sound@gmx.at | 43-2955-70535<br>43-664-3909200                    |
| Belgium:<br>Brussels   | Ms. Ann Goorts<br>gotske@yahoo.fr                                                                   | 31-6-11-240-115                                    |
| Bulgaria:<br>Sofia     | Mr. Ruslan Staykov<br>oldruslan@yahoo.com                                                           | 359-2-8575358                                      |
| Plovdiv                | Mrs. Miglena Bozhikova<br>chinghaiplovdiv@mail.bg                                                   | 359-32-940726                                      |
| Croatia:               | Mr. Zeljko Starcevic<br>zeljko@mindless.com                                                         | 385- 51- 251081                                    |
| Czech:<br>Prague       | Prague Center<br>prague-center@chinghai.cz<br>Mrs. Marcela Gerlova<br>Chinghai@chinghai.cz          | 42-02-6126-3031<br>42-0-608-265-305                |
| Denmark:               | Mr. Thanh Nguyen<br>my@webspeed.dk                                                                  | 45-66-190459                                       |
| Finland:<br>Helsinki   | Ms. Anne Nystrom<br>anne.nystrom@kolumbus.fi                                                        | 358-9-793902                                       |
| France:<br>Alsace      | Ms. Despretz Anne-Claire<br>arclai@infonie.fr                                                       | 33-3-8977- 0607                                    |
| Ardeche<br>Montpellier | Ms. Reynet Jeanine<br>Mr. Nguyen Tich Hung<br>tich.hung@infonie.fr                                  | 33-4-75376232<br>33-4-67413257                     |
| Paris                  | Paris Center<br>Ms. Lancelot Isabelle<br>ilancelot@celestialfamily.net<br>Ms. Ngo Thi Huong         | 33-1-4300-6282<br>33-1-4030-1174<br>33-1-4376-1453 |

|                 |                                                                           |                                 |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Germany:        |                                                                           |                                 |
| Berlin          | Berlin Center<br>pureocean@web.de                                         | 49-30-3470-9262                 |
| Duesseldorf     | Liaison office<br>ngoc-thao.nguyen@gmx.de<br>dusseldorfcenter@hotmail.com | 49-201-5809-816/49-174 -5265242 |
| Hamburg         | Liaison office<br>HamburgCenter@gmx.de                                    | 49-581- 15491                   |
| Munchen         | Ms. Johanna Hoening<br>ChingHai@aol.com                                   | 49-8170-997050                  |
|                 | Ms. Kang Cheng<br>love_source@t-online.de                                 | 49-89-3616347                   |
| Holland:        |                                                                           |                                 |
| Amsterdam       | Mr. Marcel Mannaart<br>m.mannaart@planet.nl                               | 31-72-5070236                   |
|                 | Mr. Nguyen Ngoc Trung<br>vo-khong@wanadoo.nl                              | 31-294-41-9783                  |
| Hungary:        |                                                                           |                                 |
| Budapest        | Budapest Center<br>budapestcenter@freemail.hu                             | 361-363-3896                    |
|                 | Mr. Lux Tamas                                                             | 36-304273364                    |
|                 | Ms. Dora Seres                                                            | 36-1379-1924                    |
|                 | Gyor Mr. Lehel Csaba<br>clehel@freemail.hu                                | 36-96-456-452                   |
| Ireland:        |                                                                           |                                 |
| Dublin          | Mr. & Mrs. Bernard Leech<br>dublinquanyin@yahoo.co.uk                     | 353-1-6249050                   |
| Norway:         |                                                                           |                                 |
| Oslo            | Mr. Nguyen Ngoc Tai<br>osloqy@online.no                                   | 47-22-612939                    |
| <b>Polska</b>   |                                                                           |                                 |
| <b>Szczecin</b> | <b>Joanna Likierska</b><br><b>quanyin_asia@interia.pl</b>                 | <b>48-608 662 682</b>           |
| <b>Warszawa</b> | <b>Malgorzata Mitura</b><br><b>malgorzata.mitura@gmail.com</b>            | <b>48-724 115 369</b>           |
| Portugal:       |                                                                           |                                 |
| Lisbon          | Mr. Joao Daniel Rosa Simoes<br>lisbon_center@yahoo.com                    | 351-21-082-5306                 |
| Leiria          | Mr. Antonio Jose Vieira Caldeira<br>alcoa_center@hotmail.com              | 351- 2625-97924                 |

|                    |                                                            |                 |
|--------------------|------------------------------------------------------------|-----------------|
| Russia:            |                                                            |                 |
| Moscow             | Mrs. Leera Gareyeva<br>boulgakov@tri-el.ru                 | 7-095-732-08-32 |
| Slovenia:          | Mr. Rastislav Alfonz Kovacic<br>dbk@siol.net               | 386-35-814981   |
| Spain:             |                                                            |                 |
| Madrid             | Mr. Gabriel Gasca Hernandez<br>Madridcenter@yahoo.es       | 34-91-5930413   |
|                    | Ms. Lidia Kong                                             | 34-91-5470366   |
| Malaga             | Mr. Wang Ya-King                                           | 34-95-2351521   |
| Valencia           | Vegetarian House                                           | 34-96-3744361   |
|                    | Mr. Yu Xi-Qi<br>valenciachinghai@yahoo.es                  | 34-96-3347061   |
| Sweden:            |                                                            |                 |
| Angelholm          | Mrs. Luu Thi Dung<br>Angelholmswe@yahoo.com                | 46-431-26151    |
|                    | Are Ms. Viveka Widlund<br>are.center.sweden@post.utfors.se | 46-647-32097    |
| Malmö              | Mr. & Mrs. John Wu<br>john.wu@bolina.hsb.se                | 46-40-215688    |
| Stockholm          | Mr. Mats Gigard<br>mats.gigard@telia.com                   | 46-8-882207     |
| Switzerland:       |                                                            |                 |
| Geneva             | Ms. Feng-Li Liu<br>fengli@ilo.org                          | 41-22-7973789   |
|                    | Ms. Klein Ursula<br>uklein@tiscali.ch                      | 41-22-3691550   |
| United Kingdom:    |                                                            |                 |
| England:           |                                                            |                 |
| Ipswich            | Mr. Shahid Mahmood<br>shahidm@ntlworld.com                 | 44-1473-436961  |
| London             | London Center<br>pnl@matters19.freemove.co.uk              |                 |
|                    | Mr. Nicholas Gardiner                                      | 44-2089-773647  |
|                    | Mrs. C Y Man<br>chuk_yee_man@hotmail.com                   | 44-1895-254521  |
|                    | Stoke-on-Trent                                             |                 |
|                    | Mrs. Janet Weller<br>janet.weller7090@ntlworld.com         | 44-1782-866489  |
| Surrey             | Mr. C. W. Wo<br>stmchwo@hotmail.com                        | 44-1293-416698  |
| Scotland:Edinburgh | Mrs. Annette Lillig<br>lillig2002@yahoo.co.uk              | 44-131-6660319  |

## \*\*\*OCEANIA\*\*\*

|                 |                                                        |                  |
|-----------------|--------------------------------------------------------|------------------|
| Australia:      |                                                        |                  |
| Adelaide        | Mr . Leon Liensavanh<br>leonadelaide@hotmail.com       | 618-8332-6192    |
| Brisbane        | Brisbane Center<br>briscentre@telstra.com              |                  |
|                 | Mr . Gerry Bisshop                                     | 617-3847-1646    |
|                 | Mrs. Tieng Thi Minh Chau<br>ctieng@telstra.com         | 617-3715-7230    |
|                 | Mr . & Mrs. Yun-Lung Chen<br>dlch136@hotmail.com       | 617-3344-2519    |
| Byron Bay       | Mr . & Mrs. Ray Dixon                                  | 612 - 66 89 1282 |
| Northern Rivers | rayandjulie@dodo.com.au                                |                  |
| Canberra        | Mr. & Mrs. Khanh Huu Hoang<br>smcanbra@cyberone.com.au | 61-2-6259-1993   |
| Melbourne       | Melbourne Center melbsmch@aol.com                      |                  |
|                 | Mrs & Mr Rob Nagtegaal<br>rosrobery@aol.com            | 61-3-5282-4431   |
|                 | Mr Phong Minh Tan Do<br>phongloveme@yahoo.com          | 61-3-9850- 2553  |
|                 | Mr . Alan Khor<br>ckhor@bigpond.net.au                 | 61-3-9857-4239   |
| Perth           | Perth Center                                           | 61-8-9242-1189   |
|                 | Mr. David Robert Brooks<br>daveb@iinet.net.au          | 61-8-9418-6125   |
|                 | Mr. Ly Van Tri                                         | 61-8-9242-2848   |
| Sydney          | Mr. Eino Laidsaar<br>einoforquanyinsydney@yahoo.com    | 61-2-9477-5459   |
|                 | Mr. Ly An Thanh<br>anbinh_sydney@yahoo.com.au          | 61-2-9823-8223   |
| New Zealand:    |                                                        |                  |
| Auckland        | Mrs. Noelyne No Thi Ishibasi<br>takahide@xtra.co.nz    | 649-277-9285     |
| Christchurch    | Mr. Michael Lin<br>nzchchsmch@hotmail.com              | 643-343-6918     |
| Hamilton        | Mr. Glen Vincent Prime<br>hamnzcont@yahoo.co.nz        |                  |
| Nelson          | Ms. Sharlene Lee<br>shale@ihug.co.nz                   | 64-3-5391313     |

SUPREME MASTER TELEVISION  
E-mail: [Info@SupremeMasterTV.com](mailto:Info@SupremeMasterTV.com)  
Tel: 1-626-444-4385 / Fax: 1-626-444-4386  
<http://www.suprememastertv.com/>

A Journey through Aesthetic Realms TV Program Videotapes  
E-mail: [TVGodsdirectcontact.org](mailto:TVGodsdirectcontact.org)

THE SUPREME MASTER CHING HAI INTERNATIONAL ASSOCIATION PUBLISHING  
CO., Ltd. Taipei, Formosa.  
E-mail: [smchbooks@Godsdirectcontact.org](mailto:smchbooks@Godsdirectcontact.org)  
Tel: (886) 2-87873935 / Fax: (886) 2-87870873  
<http://www.smchbooks.com>

BOOK DEPARTMENT  
E-mail: [divine@Godsdirectcontact.org](mailto:divine@Godsdirectcontact.org)  
Fax: 1-240-352-5613 or 886-949-883778  
(You are welcome to join us in translating Master's books into other languages)

NEWS GROUP  
E-mail: [lovenews@Godsdirectcontact.org](mailto:lovenews@Godsdirectcontact.org)  
Fax: 1-801-7409196 or 886-946-728475

SPIRITUAL INFORMATION DESK  
E-mail: [lovewish@Godsdirectcontact.org](mailto:lovewish@Godsdirectcontact.org)  
Fax: 886-946-730699

ONLINE SHOPS  
Celestial Shop: <http://www.theCelestialShop.com> (English)  
Eden Rules: <http://www.EdenRules.com> (Chinese)

S.M. CELESTIAL CO., LTD.  
E-mail: [smcj@mail.sm-cj.com](mailto:smcj@mail.sm-cj.com)  
Tel: 886-2-22261345 / Fax: 886-2-22261344  
<http://www.sm-cj.com>

LOVING HUT INTERNATIONAL COMPANY, LTD  
Tel: (886) 2-2239-4556 / Fax: (886) 2-2239-5210  
E-mail: [info@lovinghut.com](mailto:info@lovinghut.com)  
<http://www.lovinghut.com/tw/>

**Autor:** Najwyższa Mistrzyni Ching Hai

**Wydawca:** Wydawnictwo Międzynarodowego Stowarzyszenia  
Najwyższej Mistrzyni Ching Hai/ The Supreme Master Ching Hai Interna-  
tional Association Publishing Co., Ltd.

**Adres:** No 236, Songshan Road, Taipei,  
Formosa, Republic of China

Tel: 886-2-87873935 / Fax: 886-2-87870873  
E-mail: smchbooks@Godsdirectcontact.org

The Supreme Master Ching Hai ©1990~2012

Wszystkie prawa zastrzeżone.  
Przedrukowanie fragmentów możliwe za zgodą wydawcy.