

Съдържание

Въведение	4
Кратка биография на The Supreme Master Ching Hai	9
Тайната на отвъдния свят	12
Лекция на The Supreme Master Ching Hai 26 юни 1992г., ООН, Ню Йорк	
Посвещение: Методът Куан Ин	60
Петте Предписания	63
Защо хората трябва да бъдат вегетарианци	65
Здравето и храната	66
Екологията и околната среда	71
Световният глад	72
Страданията на животните	73
Примерът на Светците и другите	73
Учителят отговаря на въпроси	76
Издания	91
Как да се свържете с нас	96

- Първо издание: Октомври 1996 г.
- Автор: The Supreme Master Ching Hai
Postal Box 9, Hsihu, Miaoli Hsien,
Formosa (Taiwan), Republic of China
- Адрес: No. 39, Dong San Hu, Sanhu Village,
Hsihu Hsiang, Miaoli Hsien,
Formosa (Taiwan), Republic of China
- Издадено от: The Supreme Master Ching Hai
International
Association
Publishing Co.
(Registered under No. 5390 in the
Government Information Office, R.O.C.)
- Авторско право: The Supreme Master Ching Hai

Съдържанието и словата в тази книга са изпълнени с Милостта и Благословията на Учителя. Всички права са запазени. Книгата, както и части от нея, нямат право да бъдат издавани, фотокопирани или променяни, без разрешението на Учителя или Издателя. Това се изисква, за да се предотврати създаването на лош кармичен товар за евентуалния нарушител.

“Аз не принадлежа нито на будизма, нито на католицизма. Аз принадлежа на Истината и проповядвам Истината. Вие можете да наречете това будизъм, католицизъм, таоизъм или каквото желаете. Аз приемам всички!”

~ The Supreme Master Ching Hai ~

“С постигането на вътрешен мир, ние ще постигнем всичко останало. Цялостното удовлетворение, осъществяването на земни и неземни желания - всичко това идва от Царството на Бог - вътрешната реализация на нашата вечна хармония, на вечната ни мъдрост и всемогъща сила. Ако не постигнем това, ние никога няма да изпитаме удовлетворение, независимо колко пари или власт имаме или какво положение заемаме.”

~ The Supreme Master Ching Hai ~

“Нашето учение гласи, че каквото трябва да вършите на този свят, вършете го - вършете го с цялото си сърце, бъдете отговорни за това и медитирайте всеки ден. Вие ще придобиете повече знание, повече мъдрост и ще постигнете по-голям вътрешен мир, за да служите на себе си и на света. Не забравяйте, че вие притежавате вътре в себе си, своя собствена доброта. Не забравяйте, че Бог живее във вас. Не забравяйте, че Буда е в сърцето ви.”

~ The Supreme Master Ching Hai ~

Въведение

Нрез вековете, хората са се радвали на присъствието на редки личности, чиято единствена цел е била духовното извисяване на човечеството. Исус Христос, Шакиамуни Буда и Мохамед, са имената на някои от тях. На повечето от нас, тези Учители са добре известни, но е имало много други, които са останали неизвестни - някои от тях открито проповядвали и били познавани от ограничен кръг хора, докато други останали напълно анонимни. Те са били наричани с най-различни имена, през различните епохи и в различните държави - Учителя, Аватар, Просветления, Спасителя, Месия, Божествена Майка, Пратеник на Бог, Гуру, Жив светец и т.н. Те предлагали това, което хората наричали Просветление¹, Спасение, Пробуждане, Освобождение, Осъзнаване. Имената може да са различни, но те означават едно и също нещо. Посетители от същия Божествен източник, като тези от миналото, със същото духовно величие, морална чистота, и сила да възвисят човечеството, са с

¹ Осъзнаване на Светлината на Бог, Духовно пробуждане

нас и днес, но много малко хора знаят за тях. Една от тези личности е The Supreme Master Ching Hai (Върховният Учител Чинг Хай).

Учителят Ching Hai не прилича на “типичния” жив светец. Тя е жена, докато много будисти и последователи на други религии вярват, че жена не може да стане Буда¹ Тя е от азиатски произход, а както е известно много от хората на запад очакват, че техният спасител ще изглежда като тях. Но тези от нас (от всички краища на света и от всякакви религии), които я опознаха и следват учението ѝ, знаят коя всъщност е тя. За да узнаете това, вие ще трябва да отворите съзнанието си и да сте искрен в сърцето си. Това ще ви отнеме малко време, и внимание, но нищо повече.

Хората прекарват по-голямата част от времето си в изкарване на прехраната си и в грижа за материалните си потребности. Работим, за да направим своя живот, както и живота на тези, които обичаме, колкото се може по-удобен. Когато времето ни го позволява, ние насочваме вниманието си към неща от рода на политика, спорт, гледане на телевизия или пък към последния нашумял скандал. Тези от нас, обаче, които са усетили Любящата Сила на директния вътрешен контакт с Бог, знаят, че живота е много повече от това. Жалко е, че добрите вести не достигат до всички. Разрешението на всичките ни житейски борби се намира в нас и ни чака да го открием. Ние знаем, че Небесният Рай е на един дъх разстояние. Простете ни, ако с прекаления си ентузиазъм, може би, обиждаме вашето рационално

¹ Човек постигнал пълно просветление

мислене. Трудно ни е да запазим спокойствие, виждайки това, което виждаме и знаейки това, което знаем.

Ние, които се считаме за ученици на The Supreme Master Ching Hai и практикуваме нейния метод (метода Куан Ин), ви предлагаме тази въведителна книжка, с надеждата, че тя ще ви приближи до собственото ви изживяване на Божественото Удовлетворение, независимо чрез кого, чрез нашия Учител, или чрез някой друг.

Учителят Ching Hai набляга в учението си на това, колко е важно да практикуваме медитация, да се отдаваме на вътрешното съзерцание и на молитва. Тя казва, че трябва да открием Божественото присъствие вътре в нас, ако искаме наистина да бъдем щастливи в този живот. Тя ни учи, че просветлението не е някакво недостижимо тайнство, достъпно само за малцината, които се оттеглят от обществото. Нейната работа се състои в това, да пробуди Божественото присъствие в нас, докато самите ние продължим да водим нормален начин на живот. Тя казва: **Така е. Всички ние знаем Истината, но просто сме я забравили. Така че понякога, някой трябва да дойде и да ни припомни смисъла на нашия живот, защо трябва да намерим Истината, защо трябва да медитираме и защо трябва да вярваме в Бог, в Буда, или в когото смятаме за най-висшата сила във Вселената.** Тя не моли никой да я следва. Тя просто предлага своето собствено Просветление, като един пример, по който и другите хора да могат да постигнат тяхното собствено Върховно Освобождение.

Тази книжка е едно въведение в учението на Зита СП!нд На!. Забележете, че лекциите, коментарите и цитатите, направени тук от Учителя Ching Hai, са записи и преводи на вече казани от нея мисли, които са

редактирани и подготвени за публикуване. Препоръчвам ви да чуете или гледате оригиналните аудио и видео записи. От тези източници, вие ще получите едно по-богато изживяване на нейното присъствие, отколкото само от написаните ѝ слова. Разбира се, изживяването е най-пълно когато я видите лично.

Някои хора гледат на Учителя Ching Hai, като на тяхна Майка, за други тя е Баща, а за трети - Възлюбена. Тя е най-добрият приятел, който можете да имате на този свят. Тя е тук, за да ни дава, а не за да взима от нас. Тя не приема никакво заплащане за учението си, за помощта или посвещението си. Единственото нещо, което тя ще вземе от вас, е вашето страдание, вашата болка и мъка, но само ако вие искате това.

“Учител е този, който е способен да ви направи Учители..., да ви помогне да осъзнаете, че вие също сте Учител и че вие и Бог сте едно. Това е всичко... това е единствената роля на Учителя.”

~ The Supreme Master Ching Hai ~

“Пътят, който следваме не е религия. Аз не посвецавам никого в католицизъм., в будизъм или в някакъв друг “изъм”. Аз просто ви предлагам начин, да опознаете себе си, да разберете откъде сте дошли, да си спомните мисията си на земята, да разбулите тайните на Вселената, да узнаете защо има толкова много нещастие и да видите какво ни чака след смъртта.”

~ The Supreme Master Ching Hai ~

“Ние сме отделени от Бог, защото сме твърде заети. Ако някой се опита да ви говори или телефонира, докато вие готвите или разговаряте с други хора, то той не би могъл да се свърже с вас. Същото е и с Бог. Той ни зове всеки ден, но ние нямаме време за Него и му обръщаме гръб.”

~ The Supreme Master Ching Hai ~

Кратка биография на The Supreme Master Ching Hai

Учителят Ching Hai е родена в заможно католическо семейство в Аулак¹. Баща ѝ е бил известен природолечител. Тя научава основите на Будизма от своята баба. Още като дете тя проявява особен интерес към философските и религиозни учения, а също така и силно състрадание към всички живи същества.

Осемнадесет годишна, Учителят Ching Hai заминава за Англия, за да следва в университет. По-късно тя се премества във Франция, а след това в Германия, където работи за немския Червен кръст. Там тя се среща с бъдещия си съпруг, немски учен, с когото прекарват две години в щастлив брак. Със съгласието на своя съпруг тя напуска семейството си, за да търси просветление, осъществявайки по този начин един копнеж, таен в нея от детството ѝ. По същото това време, тя изучава различни духовни дисциплини и техники на медитация, под ръководството на учители, до които е имала достъп.

¹ Аулак е старото наименование на Виетнам и означава “Да живеем и работим в мир и удовлетворение”.

The Supreme Master Ching Hai стига до извода, че човек сам по себе си не би могъл да помогне на страдащото човечество и решава, че най-добрия начин, по който тя би могла да помогне на хората, е да постигне пълно осъзнаване на Бог. С тази единствена цел, тя прекосява различни страни, търсейки съвършения метод за по-стигане на духовно просветление. След много години на премеждия и изпитания, Учителят Ching Hai открива метода Куан Ин и получава духовно посвещение в Хималаите. След период на прилежно учение и прак-тика, по време на нейното уединение в Хималаите, тя достига до пълно осъзнаване на Бог. В годините след просветлението, Учителят Ching Hai живее спокоен и скромен живот на будистка монахиня. Свенлива по природа, тя пази духовното съкровище скрито, до момента, в който хората започват да търсят нейната помощ и да я молят за посвещение. По силното настояване на нейните по-ранни ученици от Формоза¹ и Съединените Щати, Учителят Ching Hai започва да чете лекции по целия свят и посвещава десетки хиляди искрени ученици.

Днес, все повече и повече търсеци истината, от различни страни и от всякакви религии, се насочват към нея, заради нейната дълбока мъдрост. На тези, които искрено желаят да научат и практикуват метода на “Незабавното просветление”, чрез който тя самата е постигнала пълно духовно пробуждане, Учителят Ching Hai е готова да даде посвещение и духовни напътствия.

¹ Формоза е старото наименование на Тайван и означава “Красив остров”.

Светът е пълен с беди.
Само аз съм изпълнена с Теб!
Ако Ти беше в света,
Всички беди биха изчезнали.
Но, тъй като светът е пълен със беди
Аз не Те съзирам в него.

Бих продала всички слънца, луни и звезди
Във Вселената.
Само за да купя един от Твоите Прекрасни Погледи.
О, Господарю на Безкрайното Сияние!
Бъди щедър и изпрати няколко лъча
в копнеещото ми Сърце.

Светските хора излизат вечер
да пеят и танцуват,
под светлината и музиката на света.
Само аз сеद्या,
сама във транс, унесена от
Сиянието и Мелодията,
бликащи в мен.

Откакто опознах Славата ти, О Господи, Аз не бих
могла да обичам нищо на този свят:
Обгърни ме в Твоята Божествена Милост,
Завинаги!
Амин

из “Тихи сълзи”
от The Supreme Master Ching Hai

Тайната на отвъдния свят¹

Лекция на The Supreme Master Ching Hai

26 юни 1992г.

ООН, Ню Йорк

Добре дошли в ООН. Нека се помолим, всеки според вярата си, да благодарим за това, което имаме, да изразим желанието и надеждата си, че лишените ще получат, така както е дадено и на нас; нека бежанците, засегнатите от войните, войниците, правителствените ръководители и, разбира се, представителите на ООН, да съумеят да осъществят необходимото, за да живеем всички в мир заедно.

*

*

*

Вярваме, че това, за което се молим ще ни бъде дадено, защото така е казано в Библията. Благодаря ви!

Отдавна не съм била тук. Някой от вас присъствал ли е на мои лекции, преди? Кога? О, така ли? Толкова много? Благодаря ви. Не бих искала да ви говоря повече за “този” свят и затова днес темата на нашата лекция е “Отвъд този свят”. Всички познавате този свят, нали? Знаете, че в него има ООН, Америка, Ню Йорк (Голямата Ябълка), но отвъд него съществуват и други

¹ Има се в предвид един “друг” свят, който е различен от света на починалите; Учителят дава обяснение в речта си.

неща. Мисля, че би ви било интересно да научите за тях. Не става дума, за чудеса, за каквито Стефан току що ви говори или пък за нещо фантастично, на което човек трудно би повярвал. Ще говоря за нещо строго научно, много логично и от голяма важност.

Всички знаем, че в различните библии и други религиозни книги се споменават седем “небеса” и че съществуват различни нива на съзнание¹, говори се за Царството на Бог вътре в нас, за Буда и т.н. Всички тези неща са ни обещани отвъд този свят. Но никак не са много хората, които могат да достигнат до това, което е обещано в Свещенните книги. Не бих казала, обаче, че няма такива хора. В сравнение с населението на Земята, онези, които могат да достигнат Царството на Бог вътре в нас или това което наричаме “отвъд този свят”, са съвсем малка част. Ако живеете в Америка, вероятно имате на разположение голям брой книги, които описват някои неща намиращи се отвъд този свят. Има няколко американски и японски филми, които не са само плод на въображението. Вероятно техните създатели, са чели книги, написани от хора, които са били отвъд този свят или самите те са имали мимолетни впечатления от Царството на Бог.

Царството на Бог... какво ли има в него? Защо да се замисляме за това, след като в този свят имаме достатъчно работа за вършене, професия, осигурено жилище, хора, които ни обичат и т.н.? Точно, защото вече притежаваме всички тези неща, ние би трябвало да се интересуваме от Царството на Бог. Вероятно звучи прекалено религиозно когато казваме “Царството

¹ Под “нива на съзнание” Учителят има в предвид нивата на вътрешно духовно осъзнаване (развитие).

на Бог”. В действителност, това е само едно по-високо ниво на съзнание. Преди, хората са го наричали “небеса”, но от научна гледна точка можем да кажем, че то е различно... то е едно по-високо ниво на познание и на духовна мъдрост. Ние можем да го постигнем, стига да знаем как.

Напоследък, в САЩ се появи едно ново откритие - машина, която кара човек да изпада в състояние, наречено самади¹ (samadhi). Изпробвали ли сте я? Не сте? Продава се в САЩ. Върви между 400 \$ и 700 \$, в зависимост от нивото, което желаете. Казват, че тя е подходяща за мързеливите, които не искат да медитират, а направо да достигнат самади. В случай, че не знаете, сега ще ви обясня накратко.

Твърди се, че тази машина може да доведе човек до състояние на умствена отмора (релаксация), след което той достига по-висок коефициент на интелигентност. Казват, че това състояние дава на човек по-висока степен на познание, на мъдрост, че той се чувства чудесно и т.н. Тази машина използва подобрена музика, така че се налага използването на слушалки. Освен това, вероятно, те използват електроди през които протича слаб ток със стимулиращо въздействие. Може би, вследствие на това, хората виждат някакви проблясъци на светлина. Заради това те поставят и превръзка на очите. И така, всичко от което се нуждаете за самади е слушалки и превръзка на очите. Добро и много евтино средство - само 400 \$. Но ние предлагаме по-евтин, дори безплатен начин за постигане на самади, и това самади е завинаги с вас.

¹ Състояние на дълбока вътрешна концентрация, постигнато чрез медитация.

Няма нужда от никакво електрическо захранване, включване или изключване, или пък поправки, които биха се наложили в случай на повреда.

И така, дори тези изкуствено създадени светлина и музика, биха могли да накарат човек да си отпочине и да се почувства по-мъдър, или поне така се смята. Затова тези машини са толкова търсени. Самата аз не съм ги използвала - прочетох за тях в един вестник. След като тези изкуствени неща могат да ни отморят и да повишат интелигентността ни, тогава бихте ли могли да си представите, колко може да ни помогне истинското самади. То е отвъд този свят, но е достъпно за всеки, който желае да се докосне до него. Това е небесната музика и небесният звук вътре в нас. И в зависимост от силата на тази музика... на тази вътрешна светлина или музика, ние можем да се пренесем отвъд този свят, да достигнем едно по-дълбоко ниво на разбиране и мъдрост.

По законите на физиката, когато трябва да се изстреля ракета в космоса, е необходимо голямо количество енергия, за да се преодолее земното притегляне. Летейки с голяма скорост, ракетата излъчва светлина. Така и ние, когато преминаваме бързо в отвъдното, можем... да излъчим някаква светлина и също да чуем звук. Звукът е един вид сила и вибрация, която ни изтласква на по-високо ниво, но го прави без шум, безпокойство или неудобство за нас. Това е начина, по който преминаваме отвъд този свят.

И какво му е по-доброто на отвъдния свят от нашия? Всичко, което можем и не можем да си представим. Достатъчно е веднъж да го изпитаме, за да знаем. Друг не би могъл да ни го опише. Но за да го постигнем, ние трябва да бъдем упорити и наистина

искрени, защото никой друг не би могъл да го направи вместо нас. Така както не може някой да работи вместо вас в ООН, а да ви плащат на вас, или пък някой да яде вместо вас и да утолява глада ви. Затова, трябва сами да изпитаме това преминаване в отвъдното. Можем да чуем от някой неговите вътрешни преживявания, но от това няма да натрупаме опит. Също така, възможно е чрез силата на някой, който познава Бог, да получим духовни преживявания. Те биха се повторили няколко пъти, в продължение на няколко дена. Тогава, съвсем естествено и без усилие, е възможно да видим светлина и да чуем звук, но в повечето случаи това не продължава дълго. Така че, ние сами трябва да постигнем тези преживявания.

Отвъд този свят съществуват много и различни светове. Можем да вземем за пример този, който е малко по-нависоко от нашия. Така нареченият астрален свят, според западната терминология. В него има над сто различни нива. Всяко от тях, само по себе си, е отделен свят и представя различно ниво на разум, на разбиране. Също като в университета. Всеки курс се отличава с определено ниво на познание и ние бавно вървим към дипломирането. В астралния свят ще видим различни, така наречени чудеса, вероятно ще бъдем съблазнени от тях и може би ние самите ще можем да правим чудеса. Например, способността да лекуваме болни или да виждаме неща, които другите не виждат. Можем да придобием поне шест различни вида чудотворни сили. Способността да виждаме отвъд нормалните граници, да чуваме отвъд ограниченията на пространството. Големите разстояния не биха били пречка за нас. Това са така наречените небесни очи и уши. Възможно е, да получим способността да виждаме

какво си мислят хората и какво ги тревожи. Това са силите, които понякога придобиваме, когато имаме достъп до първото ниво на Царството на Бог.

На това първо ниво, както вече казах, са разположени множество различни поднива, които ни предлагат много повече от онова, което би могло да се предаде с думи. Когато стигнем до там (чрез медитация, след посвещението) и ако сме готови за това ниво, ние ще придобием много повече способности. Възможно е да развием литературен талант, който не сме притежавали преди и да научим много неща, които другите не знаят. Много неща ще ни се дадат като дарове от небето: и във финансово и в професионално отношение. Можем да придобием способността да пишем стихотворения или да рисуваме картини, или дори неща, които не сме си и представяли, че ще можем да вършим.

Това е първото ниво. Ще можем да пишем прекрасни стихотворения и книги. Това дори може да се превърне в наша професия. Това са материалните облаги, които можем да извлечем, когато сме на първото ниво на съзнанието. Всъщност, тези неща не са дарове от Бог. Те са заложени вътре в нас и ние можем да ги използваме само, защото сме ги пробудили. Това е част от информацията относно първото ниво.

Когато отидем на по-високо ниво, ние ще видим и ще постигнем много други неща. Разбира се, не бих могла да ви кажа всичко, защото времето няма да ни стигне. Освен това, няма смисъл да ви говоря, надълго и нашироко, за страшно вкусна торта или бонбони, и вие никога да не ги опитате. Сега, аз само ще ви създам малко апетит. Но ако искате да ядете, това е вече друг въпрос. Ние можем да ви предложим истин-

ската храна малко по-късно. Да! Само в случай, разбира се, че искате да “вкусите” подобни неща.

А сега да отидем малко по-нагоре, на второ ниво. Наричаме го “второ” за по-просто. На това ниво разполагаме с много повече способности и чудеса, отколкото на първото. Най-удивителното качество, което можем да придобием на второто ниво е красноречието, способността да бъдем убедителни. Никой не може да победи човек, достигнал второто ниво, защото той притежава огромна сила в красноречието и интелектът му е на върха на силата си.

Обикновените хора с по-нисък коефициент на интелигентност не биха могли да се мерят с такъв човек, защото неговият коефициент е наистина много висок. Не само мозъкът на такъв човек е по-развит, но и мистичната сила, небесната сила и мъдрост, които са заложили във всеки един от нас, започват да се развиват. Затова, в Индия хората наричат това ниво “Буди”, което означава ниво на интелекта. Когато човек достигне “Буди”, той става Буда. Ето и откъде произхожда наименованието Буда. Буда означава точно това: човек достигнал Буди. Но това не е всичко. Аз няма да ви запозная само с Буда, защото там има много други неща. И така, повечето хора наричат просветления човек Буда. И той вероятно би се гордял, мислейки се за жив Буда, а също и неговите ученици биха били горди да го наричат Буда, ако нямаха познания отвъд второто ниво. Но в действителност, Царството на Бог не се изчерпва с второто ниво. То просто дава способността на човек да вижда в миналото, настоящето и бъдещето и да бъде красноречив.

Не бива да се гордеем със способността да четем миналото, настоящето и бъдещето, защото това е чете-

не на така наречения “акашик” запис (akashic record). Тези, които се занимават с йога и медитация могат да разберат такъв вид запис или документ. Това е нещо, като библиотеката на ООН, която както знаете е пълна с книги на всички езици - арабски, руски, китайски, английски, френски, немски. Ако сте способен да четете на тези езици, вие бихте могли да узнаете какво става в тези страни? Разбирате ли? По същия начин, този, който има достъп до второто ниво, би могъл да разбере и изтълкува характера на някой човек така ясно, както вие знаете собствената си биография.

Още много неща могат да бъдат получени от второто ниво на съзнание. Всъщност, самото му достигане е вече чудо, защото такъв човек е жив Буда, той е отворил Буди - интелекта. Освен това, там ние ще узнаем безкрайно много неща, които не могат да се опишат с обикновени думи. И всякакви, така наречени чудеса, ще започнат да ни се случват, независимо дали искаме или не, защото нашият разум ще бъде отворен и ще знае как да общува с по-висшия разпоредител и лечител, за да стане животът ни по-добър и по-лесен. Нашият интелект или Буди, ще получи достъп до цялата необходима информация от миналото и настоящето, за да може да поправи някои, допуснати в миналото, наши грешки. Разбирате ли?

Например, ако неволно сме обидили, чрез някое свое действие, съседа си и не сме усетили неговата обида. Сега обаче, вече знаем грешката си. Разбирате ли? Много е просто! Ние не сме знаели, а съседът ни е бил мълчаливо настроен срещу нас и се е опитвал да ни навреди, и всичко това от недоразумение или само защото неволно сме му причинили нещо лошо. Но сега вече ние знаем защо се е случило така и всичко е много

лесно. Можем да отидем при съседа или да му се обадим по телефона, да го поканим на гости и да изясним недоразумението. Същото е и когато достигнем нивото на интелекта. Автоматично и някак безмълвно ние разбираме всичко и също така безмълвно уреждаме нещата или се свързваме с един вид сила, която ни помага да ги уредим и да подобрим начина си на живот, да подобрим неговия ход. Така ние намаляваме инцидентите, неприятните ситуации и неблагоприятните условия в живота си. Разбирате ли? Да? Затова, дори второто ниво е вече голямо постижение.

Това, което ви обясних дотук е строго научно и много логично и затова не бива да мислите, че този, който се занимава с йога или медитация, е някакъв тайнствен индивид или извънземен. Те са земни същества, подобни на всеки един от нас, които са се развили, защото знаят как да го направят. В САЩ казвате, че всичко зависи от нашето умение, така че, ние можем да научим всичко. Права ли съм? Можем да научим всичко. Това е един вид наука за отвъдното, която също бихме могли да усвоим. Ще ви прозвучи странно, но колкото по-високо стоят нещата, толкова по-прости са те. По-прости са от колкото в колежа с всичките му сложни математически въпроси и задачи.

На второто ниво също има множество поднива. Аз ще се огранича само с това кратко описание, защото не бих могла да ви опиша в детайли всички небесни тайни. Да! Освен това, с помощта на някой опитен Учител, ще научите за всички тях. Така че, всъщност това не е тайна. Просто не би ни стигнало времето да се спираме на всяко ниво, подниво и подразделение и да изследваме всичко. Затова и Учителят, понякога, просто ви кара да преминете много бързо от едно ниво на

друго. Бързо, бързо! Защото, ако не сте избран да станете Учител, няма нужда да научавате толкова много. То би ви причинило главоболие. Така че, Учителят издига ученика директно до петото ниво, защото дори това отнема много време - понякога цял човешки живот. Просветлението, обаче, идва мигновено. Но това е само началото, подобно на записването в университета. От деня, в който човек се запише, той става студент. Но това, все още, няма нищо общо с постигането на докторска степен. Може би, тя ще му отнеме четири, шест или дванадесет години. Независимо от това, кандидатът се превръща в студент от момента на записването си, ако искрено го желае и ако това е истински университет. Права ли съм? Така че и двете страни трябва да си сътрудничат.

И така, да предположим, че искаме да отидем отвъд този свят, за развлечение, защото няма къде да отидем в Ню Йорк. Знаем всичко за Манхатън, Лонг Бийч, шорт бийч и всеки друг “бийч”¹ (Смях). Да предположим, че желаем да предприемем пътешествие в извънземното пространство, за да видим какво става там. Защо не! След като харчим толкова пари, за да отидем в Маями, Флорида, само за да се топнем в морето, тогава защо да не си позволим да посетим отвъдните светове, да видим как изглеждат съседните планети и как се справят тяхните обитатели. Не мисля, че има нещо странно в това. Не е ли така? Това е един вид умствено и духовно, а не физическо пътуване.

Просто има два вида пътуване. Логично е и е много лесно за разбиране. И така намираме се на второ

¹ Учителят се шегува: Лонг Бийч (името на известен плаж в Калифорния), буквално, означава дълъг плаж, а шорт бийч - “къс” плаж.

ниво. Какво друго бих могла да ви кажа? Просто живеем в единия свят и в същото време имаме познания и за другите светове, защото можем да пътуваме до тях. Разбирате ли? Както, когато някой жител на САЩ пътува от една страна в друга, само за да види как изглежда тя. Предполагам, че много от хората в ООН не са родени в САЩ. Не е ли така? Да. Надявам се, че ме разбирате. Можем да пътуваме до съседната планета или до следващото ниво на живот, за да разберем това, което ни интересува. Разстоянията, обаче, са толкова големи, че не можем да ги изминем нито пеша, нито с ракета, нито дори и с НЛО.

Някои светове са по-отдалечени от разстоянието, което е възможно да се прелети с НЛО. НЛО? Неидентифициран обект, летящ обект, нали? Ние разполагаме със способности, които никое НЛО не притежава. Това е нашата собствена душа. Понякога я наричаме дух. Чрез него можем да се придвижваме без гориво, без да попадаме в задръствания и да си имаме работа с полицията. А и няма защо да се притесняваме, ако един ден арабите решат да не ни продават петрол (Смях), защото нашата душа сама си доставя "гориво". Тя никога не се поврежда, освен когато съвсем преднамерено искаме да я нараним, престъпвайки законите на Вселената, нарушавайки хармонията на Небето и Земята. Ние можем лесно да избегнем това и аз ще ви кажа как, стига да ви интересува. Ще бъде кратка. Не се притеснявайте, не съм проповедник и няма да ви водя на църква. Само ще ви дам един пример.

Във Вселената има закони, които ние трябва да

знаем, така както се налага да знаем правилника за движение по пътищата, за да караме кола. Червено - спираш, зелено - минаваш. Завой вляво, завой вдясно, ограничения на скоростта. Така и във Вселената, в материалната Вселена, има някои много прости закони. Разбирате ли ме? Но отвъд този свят, отвъд тази материална Вселена не съществуват никакви закони. Ние сме свободни граждани, но само когато отидем отвъд, ще постигнем свободата си. Докато живеем в този свят, в материалното тяло, необходимо е, доколкото ни е възможно, да спазваме неговите закони, за да избегнем неприятностите. Тогава, нашите превозни средства няма да се повреждат и ние ще можем да се предвижваме по-бързо, да отидем по-високо, без никакви проблеми.

И така, тези закони са написани в Библията, във вашата Християнска библия, в Будистката и в Индуската... Най-простите сред тях са: **“не убивай”**, **“не кради”**, **“не наранявай съседите си”**, **“не изневерявай на любимия си”**. Така също, и да не вземаме опияти, включително и днешните наркотици. Вероятно, Буда е знаел, че през 20 век ние ще открием кокаина и затова е казал: никакви опияти. Под опияти се имат предвид също хазартните игри и всичко, което ни прави пристрастени към физическите удоволствия и ни кара да забравим духовното пътуване. Ако искаме да летим бързо, безопасно и на високо, трябва да спазваме някои закони, подобни на тези във физиката. Ако ученият желае ракетата да полети, той също трябва да спазва определени закони. Съгласни ли сте с това? Ние, обаче, трябва да бъдем много по-внимателни, защото искаме да се издигнем по-високо от ракетите и да летим по-бързо от НЛО. Има малко повече детайли,

който бих могла да ви обясня по-подробно, стига да ви интересува. Това, обаче, ще стане по време на посвещението. Не искам да ви отегчавам с тези закони, защото вие може би си мислите: “Вече ги знам, чел съм ги в Библията. Десетте божи заповеди, нали?”

Всъщност, много от нас са чели тези закони, но не са им обърнали достатъчно внимание и не са ги разбрали напълно. Или, може би, ги разбираме така, както ни харесва, а не така, както трябва. Няма да ни навреди, обаче, понякога да се замисляме за по-дълбокия смисъл, заложен в тях. Например в Библията, в Стария завет, на първата страница, Бог казва: **“И нека Земята сътвори живи същества, които да живеят на сушата, и човек, който да властва над тях, а те да му служат.”** После Той казва, че е създал различен вид храна за всяко животно, но не и да ядем животните, нали? Не! **“Бог предостави за храна на човека всичките билки и плодове на Земята, прекрасни и вкусни.”** Но не са много хората, които обърщат внимание на това. Затова много от последователите на Библията ядат месо, не разбирайки какво Бог е имал предвид.

При по-задълбочено научно изследване ще установим, че човек не е пригоден да яде месо. Нашите зъби, стомах и цялата ни храносмилателна система са пригодени за вегетарианство. Нищо чудно тогава, че повечето хора се разболяват често, остаряват бързо, отпускат се, въпреки че по природа ние сме будни и интелигентни. И така, дните отминават все по-отегчително и колкото повече остаряват хората, толкова по-зле се чувстват. Това е така, защото повреждаме нашите превозни средства, нашите “летателни апарати”. Така че, ако искаме да използваме това превозно

средство по-дълго и сигурно, трябва да полагаме грижи за него. Например, ако имаме кола. Всички вие карате коли и знаете. Помислете, какво би станало, ако й сложим неподходящо гориво. Да, какво би станало? Вероятно колата ще измине няколко метра и ще спре. Не бихме могли да обвиняваме за това колата, защото всъщност грешката е наша. Или, ако в бензина има вода. Тогава колата вероятно ще повърви малко и пак ще възникнат проблеми. Права ли съм? Същото ще се случи, ако не сменим остарялото вече масло. Понякога, колата ни се разваля само, защото не сме я поддържали правилно.

Така и нашият организъм прилича на кола, която може да ни отведе във вечността, до най-високото ниво на научната мъдрост. Но понякога, ние сами разваляме тази кола или просто не я използваме както трябва. Обикновено, използваме колата си за да отидем до офиса, да посетим приятели или да видим някое прекрасно природно кътче. Но ако не се грижим за нея, ако и сложим неподходящо гориво или не я поддържаме, тя няма да може да ни отведе далече. Тогава, единственото, което ни остава е да караме колата в задния си двор или около къщата си. Не че това е лошо, нали разбирате, но тогава напразно сме си купили кола. Загубили сме време, сили и пари. Това е. Никого не можем да обвиняваме. Просто с неправилното си отношение ние разваляме колата си и пилеем пари тогава, когато можем да отидем далеч, да видим много неща и да се любиме на прекрасни гледки.

По същата причина трябва да се грижим за нашето тяло, не само за да живеем тук, но и защото вътре в него имаме средства способни да ни отведат отвъд този свят. Също като космонавт в ракетата си. Тя е

неговото средство. Той трябва да се грижи за нея и да се съобразява със законите на физиката, за да може тя да лети бързо и безопасно. Но по-важен е самият космонавт, докато ракетата е това, което го отвежда до целта. И така, космонавтът и неговата цел са от значение а не ракетата. Освен това, струва ли си да се използва космическа ракета само за да се отиде до Лонг Айланд? Това би било чиста загуба на време и пари. Разбирате ли? Загуба на национални средства.

Затова нашето тяло е толкова ценно, защото в него се намира Бог. В Библията се казва: **“Ти си храмът божий и Бог е в теб!”**, тоест че ние притежаваме Светия Дух, Всемогъщия Бог вътре в нас. Бихте ли могли да си представите огромното значение на този цитат. Много хора, обаче, го прочитат набързо и не го разбират, не схващат важността на това изречение, а и не се опитват да я схванат. Затова, моите ученици ме следват, защото сега те могат да видят, какво се крие вътре в нас и какво има отвъд този свят, въпреки тяхните житейски проблеми, работата и стреса. Ние притежаваме повече красота, свобода и знание вътре в нас. Всичко това е наше, ние го носим в себе си и само трябва да се научим как да го използваме. Забравили сме, че носим в себе си това съкровище, отдавна сме заключили вратата, зад която се намира то и не знаем къде е ключа за нея. Това е. А така нареченият Учител е този, който може да ни помогне да отворим тази врата, и да ни покаже това, което ни принадлежи по наследство. Но ние трябва да вложим време и усилие, за да влезем вътре и да разгледаме всичко.

И така, бяхме стигнали до второто ниво. Да продължавам ли? (Публиката отговаря утвърдително)

Искате да научите всичко без да се трудите? (Учителят се смее) Добре. Поне някой би могъл да ви опише непозната за вас страна и ако ви е интересно може да ви се прииска да я посетите. След второто ниво... не съм ви казала всичко за него, но нали знаете, не бихме могли да стоим тук цял ден. И така, след второто ниво вие ще получите повече вътрешна сила и ако сте решени да се потрудите бихте могли да достигнете до третото ниво.

Това е така нареченият трети свят, едно по-висше ниво. До него може да достигне само човек, който е абсолютно чист от каквито и да било дългове към този материален свят. Разбирате ли? Ако дължим нещо на управителя на този свят, ние не можем да се изкачим по-нагоре. Също както, ако сте престъпник в една страна и досието ви не е чисто, вие не бихте могли да преминете границата и да отидете в някоя друга държава. Дългът към този свят включва много неща, които сме извършили в миналото, настоящето или дори в бъдещето през материалното си съществуване. Преди да отидем отвъд ние трябва да се освободим от всички тях. Когато сме във втория свят, започваме да работим с кармата¹, която е останала от нашите минали животи, както и с тази от настоящия ни живот. Защото, ако човек няма карма от предишните си животи, той не би могъл да получи настоящия си живот.

Има два вида духовни Учители. Тези, които нямат собствена карма и трябва да вземат назаем такава, за да слязат при нас и други, които са като нас, обикновени същества но с пречистена карма. Така че,

¹ отрицателните ни мисли, думи, действия; всичко отрицателно в нас.

всеки от нас би могъл да се окаже бъдещ Учител. Освен това, понякога Учителят слиза при нас заемайки карма. Как ви звучи това: “заемайки карма”? (Учителят се смее) Възможно е, възможно е. Например и на вас това не ви е първото пребиваване на този свят. Срещали сте и сте се разделяли с много хора на този свят в продължение на стотици години. След това, може би, сте били в рая или някъде много, много далеч, може би дори на петото ниво. Това е домът на Учителя - петото ниво, но отвъд него има още нива.

И така, ние се връщаме на този свят от състрадание, или за да изпълним възложена ни от Бог задача. И поради близостта си с някои хора от миналото ни, можем да заемем част от тяхната карма. Можем да вземем, обаче, само дълговете на хората, не и тяхния кредит. След това, бавно плащаме тези дългове с помощта на духовната си сила, докато работата ни на този свят приключи. Това е единият вид Учители. На този свят, обаче, има хора, които след известна практика стават Учители. Така, както в университета има преподаватели и студенти и някои студенти се дипломират и по-късно също стават преподаватели. Разбирате ли? Има дългогодишни преподаватели, а има и нови токущо дипломирали се преподаватели. По същия начин съществуват тези два вида духовни Учители.

И така, ако искаме да достигнем третото ниво ние трябва да сме абсолютно пречистени от каквато и да било карма. Карма е закона: **“Каквото посееш, това ще пожънеш.”** Нали? Така както, ако засадим ябълкови семки ще получим ябълки, а от портокалови семки - портокали. Това е така наречената карма. Думата карма е санскритския термин за причина и следствие. В

Библията не се говори за карма, но се казва: **“Каквото посееш, това ще пожънеш!”** Така че, се има в предвид едно и също нещо.

Библията представя учението на Учителя Исус Христос, но в съкратен вид. Неговият живот на Земята също е бил кратък. Затова, Библията не ни предоставя множество обяснения. Много от нейните преводи са били променени така, че да обслужват интересите на различните, така наречени духовни водачи, които не винаги са били особено духовни хора. Нали знаете, хората купуват и продават какво ли не. Във всеки аспект на живота има търговци. Но, Библията, истинската Библия е по-различна, по-дълга, по-точна и по-разбираема. Но нека да говорим за неща, които можем да докажем, иначе хората ще кажат, че богохулстваме.

Вероятно, вие бихте ме попитали, дали след като ви говоря за тези втори, трети и т.н. светове, мога да ви докажа тяхното съществуване. Да, мога! Ако ме следвате, вие ще видите това, което съм видяла и аз. Разбирате ли? Но ако не вървите с мен, аз не мога да ви го докажа. Това е ясно. Осмелявам се да говоря за тези неща, защото разполагам с доказателства. Аз и моите стотици, дори хиляди ученици имаме доказателства и затова можем да говорим за нещата, които знаем. Сега, например, ако отидем ... но за това вие би трябвало да ме последвате, да, би трябвало да вървите с мен. Не би било правилно да ми кажете “Вървете вместо мен и ми разкажете и покажете всичко.” Аз не мога да направя това.

Например, ако аз не съм тук в тази зала на ООН, колкото и да ми разказвате за нея, аз не бих могла да изпитам това, което ми описвате. Права ли съм? Така че, трябва да следваме някой опитен водач. Тук в залата

има мои ученици, те са от различни страни и са изпитали това, за което ви говорих досега, някои от тях са го изживели отчасти, други - напълно. Да! И така, нещата не се изчерпват с това, което ви казах, то представлява само малка част от тях, нещо като приключенски роман без детайли. Да прочетем книга за дадена страна, не е като да я посетим наистина, нали? И въпреки, че имаме много книги за пътешествия в различни страни по света, ние все пак искаме сами да ги посетим. Права ли съм?

Знаем от книги и филми за Испания, Тенерифе и Гърция, но трябва сами да отидем там, за да изживеем приятните мигове, да опитаем храната, да се порадваме на морето, да се насладим на хубавото време и приветливите хора и всичко друго, което човек не може да изпита чрез книгите.

Да предположим, обаче, че сме достигнали третия свят. Какво следва? Разбира се, ще отидем още по-нагоре - в четвъртия. А четвъртият свят, това вече е нещо повече от необичайно. Не би било възможно да го опишем, използвайки човешкия език, защото бихме обидили Управителя на този свят. Този свят е много, много красив, въпреки че част от него е доста тъмна, по-тъмна от Ню Йорк без ток. Случвало ли ви се е да видите целият град в пълна тъмнина? По-тъмно е дори и от това. Нещо като забранен град. Ние сме спряни там преди да достигнем пълното божествено познание. Само с опитен Учител можем да преминаем през тъмнината. В противен случай няма да успеем да намерим пътя през нея.

И така, преминавайки през различните нива на съществуване, ние претърпяваме не само духовни, но също физически и умствени промени, всъщност живо-

тът ни изцяло се променя. Започваме да гледаме на живота си по различен начин, да работим по различен начин, дори вървим различно от преди. Всекидневната ни работа придобива ново значение. Разбираме защо работим по този начин, защо това е професията ни или защо се налага да я сменим. Намираме своята цел в живота и вече не се чувстваме неспокойни и объркани. Изчакваме търпеливо и в хармония, мисията ни на Земята да приключи, защото знаем къде ще отидем след това. Знаем го сега, докато живеем. Това се има предвид в цитата: “умри докато живееш”. Предполагам, някои от вас са чували за това и преди и не познавам Учител, който да твърди друго (Учителят се смее), освен че трябва сами да изпитаме истинското удоволствие от вътрешните преживявания. Например, тези, които притежават Мерцедес-Бенц, биха ви описали колата си по подобен начин, защото те ви описват една и съща кола. Тяхните описания, обаче, не са колата.

И така, въпреки че ви говоря със съвсем обикновени думи, това което ви описвам не е обикновено и затова трябва сами да го изпитаме с нужното усилие, искреност и с помощта на някой, който да ни води. Така е по-безопасно. Въпреки че, може би е имало редки случаи, когато някой се е справил сам, това е много рисковано и опасно и резултатът не е сигурен. Казват, че някои хора в миналото са го направили - например Сведенборг. Той като че ли се е справил сам. Или пък Гурджиев - предполага се, че го е направил сам самичък. Но както съм чела, това съвсем не е било лесно и безопасно. А и не е сигурно, че всички те са достигнали до най-високото ниво.

И така, след четвъртото отиваме на по-високо ниво. Петото ниво - това е домът на Учителя и всички

Учители идват от там. Въпреки че, тяхното ниво е по-високо, те стоят на петото ниво. Това е резиденцията на Учителя. След това има още нива, но те включват някои страни на Бог, които са трудни за разбиране. Страх ме е да не ви объркам и затова може би някой друг път, може би след посвещението, когато сте по-подготвени ще ви разкажа някои страхотни неща за вашето въображение. Затова, как то понякога ни изиграва лоша шега относно представата ни за Бог.

И така, ако имате въпроси готова съм да ви отговоря. А ако ви отегчавам можете да ме изхвърлите навън. (Учителят се смее) Е, ще се радвам да продължа. Имате ли въпроси? Да, моля ви. Изчакайте ако обичате. Да, добре. Не, изчакайте да включат микрофона, за да могат и останалите да ви чуят.

Въпрос: - *Споменахте, че Духовният Учител може да заеме кармата на някой човек. В този случай, кармата на този човек изтрита ли е? Какво ще стане с него след това?*

Учителят: - Да, Учителят може да изтрие кармата на когото и да било, стига да желае. В действителност, всичката карма от миналите животи на посветените, трябва да бъде заличена по време на посвещението. Настоящата карма остава, за да можем да продължим да живеем. Ако и тя бъде изтрита ние незабавно ще умрем. Без карма не можем да живеем на този свят. Затова, Учителят трябва да заличи само запасът от карма, за да бъде ученикът чист, и да му остави малка част, за да може посветеният да живее и да завърши, каквото трябва на този свят. След това всичко е свършено. Затова, ученикът може да премине отвъд, иначе не би било възможно. Дори и ако той е бил чист в

настоящия си живот, знаем ли нещо относно неговите минали животи? Съгласни ли сте?

Питащият: - *Благодаря ви.*

Учителят: - Няма защо. Много интелигентно зададен въпрос. Слушали сте доста внимателно. Други въпроси?

Въпрос: - *Каква е целта на вашата практика?*

Учителят: - Каква е целта? Не ви ли казах? Да отидем отвъд този свят, да се върнем в Царството на Бог, да осъзнаем нашата духовна мъдрост и да бъдем по-добри хора, дори през този живот.

Въпрос: - *На всички нива ли има карма?*

Учителят: - Не, не на всички, само до второто ниво, защото нашият разум, иначе казано “компютърът” произлиза от там. За да действаме на това ниво, ние трябва да слезем от по-високите нива. Например, дори Учителят трябва да слезе от петата област до този свят. Преминавайки през второ ниво, Той трябва да вземе и настрои своя вътрешен “компютър”, за да може да функционира в този свят. Също като водолазът, който преди да се потопи в морето, трябва да си приготви маската, кислородната бутилка и всичко останало. Въпреки че, той сам по себе си не изглежда смешен, когато си сложи всички тези необходими принадлежности, той започва да прилича на жаба. И ние изглеждаме така с нашия... “компютър” и със материалните си одежди. Иначе сме невероятно красиви. Въпреки че, сега се мислим за красиви, ние сме направо грозни в сравнение с това, което всъщност сме. Разбирате ли? Това е така заради екипировката, която трябва да носим, за да можем да се “гмуркаме” на дълбоко, до този свят и да функционираме в него. Но когато се изкачваме нагоре, към по-високите нива, ние

трябва да оставим вътрешния си “компютър” след преминаване през второто ниво, защото той не ни е нужен по-нагоре. Също както, след като достигне брега, водолазът сваля целия си екип и отново изглежда като обикновен човек. И така, да продължим. Други въпроси? Ето там. За съжаление разполагаме само с един микрофон.

Въпрос: - *Благодаря ви, благодаря ви Учителю. Кажете, че преминавайки през втория свят, трябва да оставим своята карма преди да продължим нагоре. Това отнася ли се и за кармите от предишните ни животи на Земята?*

Учителят: - Да, защото на второто ниво оставяме вътрешния си “компютър”. Ние имаме карма само, защото притежаваме този “компютър”, мозък или разум, който всъщност ни служи за записване на всяко едно преживяване в този материален свят. Добро или лошо, то се записва. Това наричаме карма. Какво е карма? Просто преживяванията, добри или лоши, нашите реакции, нашия жизнен опит, натрупан през предишните ни животи. И понеже имаме така наречената съвест, знаем че трябва да бъдем добри, въпреки че понякога сме лоши. Затова ние казваме, че това е карма. Лошите неща ни тежат така, както поради земното привличане ни тежи багажа, дърпа ни надолу, пречи ни да се изкачваме. Разбирате ли? На този свят има толкова много морални норми, правила, обичаи, навици, разбирания за добро и зло, за вина и невинност. Затова, когато общуваме с хората в този свят, ние имаме добри или лоши преживявания, чувстваме вина или невинност в зависимост от моралните норми и обичаи на дадената нация. Този начин на мислене се превръща в навик.

Понякога, когато направим определено нещо, се считаме за виновни или за лоши хора. Всичко това се записва в нашия вътрешен “компютър”. Това ни кара да се прераждаме отново и отново и ни обвързва с този свят или с някой малко по-високо от него. Но не достатъчно високо, за да постигнем свободата си, за да сме достатъчно леки и да можем да изплуваме на повърхността. Разбирате ли? Това е така заради нашите убеждения и предубеждения.

Въпрос: - *Предопределено ли е във всеки наш живот да достигнем някакво определено ниво?*

Учителят: - Не, ние сме свободни да се движим по-бързо или по-бавно. Например, ако сложите 100 литра бензин в колата, всъщност не знам какво количество се сипва - аз не карам кола, можете да стигнете до определено място по-бързо или по-бавно, това зависи от вас.

Следващият господин ... или желаете да попитате още нещо?

Въпрос: - *Искам само да ви попитам ангелите на кое ниво се намират?*

Учителят: - На кое ниво? О, зависи от това какви са тези ангели.

Питащият: - *Ангели-хранители.*

Учителят: - Хм?

Питащият: - *Ангелите-хранители.*

Учителят: - А, ангелите-хранители могат да бъдат до второто ниво. Ангелите са по-нисши създания от човешките същества и имат по-малко престиж. Те са създадени за да ни служат.

Питащият: - *И те никога не отиват по-нагоре?*

Учителят: - Никога! Освен, ако се преродят като

човешки същества. Те завиждат на хората, защото Бог е в нас. Ние имаме възможността да се слеем с Бог, но не и ангелите. Доста е сложно. По-подробно ще ви говоря за това някой друг път. Виждате ли, има неща, които са създадени, за да ни служат - като различните видове ангели, например. Те са сътворени от Бог с тази цел и не е нужно да имат достъп отвъд това ниво, въпреки че биха могли. Понякога, например, някои неща са направени без възможността за напредък. Например, в дома ви за удобство. Представете си, че стоите тук и в същото време можете да включвате и изключвате осветлението в къщата и в градината си, или пък телевизора, благодарение на някакво ваше изобретение. От една страна това изобретение е по-способно от вас, защото може да контролира всичко от дистанция, докато вие сам по себе си не можете. Но това не означава че то е по-добро от вас. Разбирате ли? Създадено е за да ви служи, а не да ви замести. Това изобретение не би било могло бъде човек.

Учителят: - Да, господине, да, господине.

Въпрос: - *Учителю Ching Hai, искам да знам дали сега сме в материално тяло, защото не сме успели да се освободим от него преди? Винаги ли сме били в това състояние или в миналото сме заемали и по-добро? И какво е необходимо, за да напредваме бързо?*

Учителят: - Да се освободим от тялото си и да вървим напред, така ли? Да, можем да го направим, стига да знаем как. Има различни начини за измъкване от тялото и преминаване отвъд този свят. Някои от тях водят много надалеч, други - не чак толкова, а съществуват и такива, които могат да ни отведат до края. От проучванията, които започнах да правя от младини, се

оказа, че методът, който ще ви предложи тук е най-добрият. Чрез него човек може да достигне до самия край. Разбира се, вие можете да изберете и някой друг метод. Има много такива на разположение. Някои от тях отвеждат до астралния свят, други до третото или до четвъртото ниво, но не са много тези, които могат да ни отвеждат до петото ниво. Нашият метод, обаче, води до петото ниво, след което вие можете да продължите сам. Разбирате ли? А отвъд петото ниво съществуват някои страни на Бог, които винаги са приятни. Обикновено си представяме, че колкото по-нагоре толкова по-добре. Но това не винаги е така. Например, отиваме в прекрасен замък и сме поканени във всекидневната. Настаняваме се, сервират ни студени напитки и вкусно ядене. Тогава решаваме, че не би било лошо да разгледаме по-основно замъка. Но това може да ни доведе до сметището или до някое друго не много приятно място - например кантона за електрозахранване, който се намира зад замъка и където може да ни удари ток и да умрем. Така че, не винаги е необходимо или препоръчително да продължим по-нагоре, но бихме могли да го направим просто заради самото приключение.

Въпрос: - *Учителю Ching Hai, аз имам два въпроса. Единият от тях е, от кой свят идват спомените от предишните ни животи, ако имаме такива? И вторият ми въпрос е, по какъв начин миналите ни животи са свързани с нашата карма?*

Учителят: - С нашето настояще, с кармата ни, така ли?

Питащият: - *Да, с нашата карма и с настоящите ни разбирания. Те част от нашия "свръхбагаж" ли са?*

Учителят: - Да, да те са тясно свързани. Първият

въпрос беше, откъде идва миналата карма?

Питащият: - Да, спомените от предишните ни животи.

Учителят: - Наистина, ние можем да видим запис на предишните си животи. Те идват от нещо като “библиотека”, която се намира на второто ниво и е достъпна за всеки, който може да се добере до там. Не всеки има достъп до библиотеката на ООН, и не всеки може да я посети. Аз, например, мога, защото съм поканена да говоря в ООН, нали? Също така, не всеки може да посети ООН, но вие можете, защото живеете в околността. По подобен начин, когато достигнем до второто ниво, ние можем да видим предишния си живот. Дори след като достигнем първото ниво, е възможно да имаме мимолетни проблясъци от миналите животи на някой човек. Това ниво не е достатъчно високо, за да ни предостави пълен запис от предишните животи. А колкото до това, как опитът от предишните ни животи се свързва с настоящата ни карма, можем да кажем, че точно този опит използваме, за да се справим в сегашния си живот. Разбирате ли? Това, което сте натрупали в миналото, вие използвате в настоящият си живот. Също така, неприятни преживявания от миналото биха ви накарали да се уплашите, когато видите някакъв знак, който да ви напомни за тях. Например, да предположим, че в миналият ви живот, вие сте паднали на стълбището, ударили сте се лошо, било е тъмно и е нямало кой да ви помогне. В следствие на това сега, когато слизате по стълбище, вие чувствате някакъв вътрешен страх. Особено, ако под тях е тъмно вие се колебаете, дали да продължите или не. Или, ако в предишния си живот сте били отдаден на задълбочени научни изследвания, то тогава и в този живот ще имате интерес към науката. Английският ми достатъчно ясен

ли е? (Публиката отговаря утвърдително.) Добре, благодаря ви. Така и в този живот, ще бъдете привлечен към научните изследвания, дори и ако сега не сте учен по професия. Поради тези причини, едва четиригодишен, Моцарт е бил музикален гений. Той станал известен веднага, след като започнал да свири на пиано, и е известен до сега. Той е бил гений, защото се е занимавал с музика и в предишните си животи, но е умирал преди да достигне върха в своето творчество. И тъй като не е бил удовлетворен от това и е обичал музиката, той се е върнал на този свят с опита си, с музикалния си талант от миналото, заради непреодолимото си желание да продължи. Разбирате ли? А има хора, които преди да се преродят в този свят, научават много неща от астралното или от второто ниво. Затова, те са така удивително надарени в науката, музиката, литературата или притежават изобретателност, нехарактерна за повечето хора. Разбирате ли, изключителна изобретателност, която другите не могат да разберат, и за която дори не могат да си мечтаят. Тези хора са видели нещо непознато за останалите. И така, има два вида познание. Първият вид е познанието, което получаваме отвъд този свят, а вторият, познанието, което получаваме в този свят. Тези, които са изключително надарени, например гениите, идват отвъд, от астралното ниво или от второто ниво... а понякога и от третото ниво, стига да желаят да се върнат тук. Те са изключителни. Те са така наречените гении. Разбрахте ли?

Въпрос: - *В какво точно се състои посвещението и веднъж посветен, какво трябва да прави човек в ежедневната си дейност?*

Учителят: - Добре. Преди всичко, посвещението се

предлага без пари и няма никакво обвързване, освен че вие трябва сам да се обвържете, ако искате да продължите по-нататък. Не се изисква никакъв опит, познания за йога или медитация. Но човек трябва да се задължи да спазва вегетарианска диета за цял живот. Никакви яйца, обаче, млякото, сиренето или кашкавала са позволени. Въобще, позволено е всичко, което не изисква убийството на живо същество. Въздържаме се от яйцата, защото това е полуубийство (на зародиш), дори и ако яйцето не е оплодено. Освен това, яйцето притежава способността да привлича отрицателна енергия. Затова и много, така наречени, черни и бели магьосници или шамани, използват яйцата, за да привлекат злото и да освободят обладани от зли духове хора. Знаете ли за това? (От публиката се чува: “Да!”) Това е чудесно! Поне ви дадох незабавно доказателство, ако не незабавно просветление. (Публиката се смее.) След посвещението... или дори по време на посвещението, вие можете да изживеете светлината и звука на Бог. “Музиката” на духа ще ви издигне до повисоко ниво на съзнание. Ще опитате вкуса на самади: дълбокото спокойствие и вътрешната радост. И след това, ако сте сериозни, ще продължите да се занимавате и у дома си, ако пък не сте сериозни, не мога да ви накарам насила. В случай, че продължите и желаете да ви помогна по целия път, тогава аз ще го направя. Разбирате ли, това е начинът - два часа и половина медитация на ден. Можете да станете рано сутрин. Възможно е също, да медитирате два часа точно преди да си легнете и може би още половин час на обед. Имате един час обедна почивка. Бихте могли да се скриете някъде и да медитирате, и ето ви един час. Вечерта още половин или един час, а на сутринта

станете рано и медитирайте още един час. Организирайте по-добре живота си, по-малко телевизия, приказки, телефони, вестници, и ще имате много време. Всъщност, разполагаме с много време, но го пропиляваме. Също както, ако караме колата си само в задния двор, вместо да отидем с нея до Лонг Айланд. Доволен ли сте от отговора? Или...? (Питащият отговаря: “Да!”) И така, нищо друго не се изисква от вас, освен да се решите да практикувате редовно, за цял живот. И всеки ден ще претърпявате различни промени към по-добро, и в живота ви ще се случват най-различни чудеса. Независимо от това дали го желаете или не, това ще се случи. Разбирате ли? И тогава, ако наистина сте сериозни, ще видите какво представлява така наречения Рай, още докато сте на Земята. Затова стотици, дори хиляди мои ученици ме следват неотлъчно вече толкова години, защото преживяванията им са все по-хубави и по-хубави, в резултат на това че, те са сериозни и практикуват.

Да, кажете? Първо господинът. (Учителят се смее.)

Въпрос: - *Моля ви, обяснете естеството на съзнанието.*

Учителят: - Естеството на съзнанието? Добре. Трудно е за обяснение, но вие бихте могли да използвате интелекта си и да си го представите. Това е нещо като мъдрост, също както, когато разбирате нещо много по-добре от когато и да било преди това. Да, научили сте нещо, което е отвъд този свят и това ви помага да разберете много неща в този свят, които преди това не сте могли да проумеете. Това е съзнанието. И едва когато отворите това съзнание или така наречената мъдрост, вие истински ще разберете кой всъщност сте,

защо сте тук и какво има отвъд този свят. Разбирате ли? Различните нива на съзнание представляват нещо като различни степени на разбиране, на познание. Също както в колежа, колкото повече учите, толкова повече знаете и така докато се дипломирате. Доволен ли сте от отговора ми? Трудно е да се обясни нещо толкова абстрактно, но аз поне опитах. Това е вид вътрешно осъзнаване, което е трудно за обяснение. Когато отидете на по-високо ниво на съзнание, вашето осъзнаване е различно, гледате на нещата по различен начин, чувствате се по различен начин. Просто чувствате абсолютно спокойствие и блаженство. Нищо не ви тревожи и сте наясно с всички неща от вашето ежедневие. Знаете как да се справите с нещата и да разрешите проблемите си. Така че, това ни помага дори на материалното ниво. А това как се чувствате вътре в себе си, само вие знаете. Доста ми е трудно да ви го обясня. Както, когато се ожените за момичето, което обичате - само вие си знаете как се чувствате. Никой друг не може да го изпита вместо вас, нали?

Въпрос: - *Почитаеми Учителю, благодаря ви за прозрението, което ни дадохте. Искам да ви попитам за нещо, което ме вълнува. Бихте ли ми обяснили, защо днес на Земята има толкова много Учители, което ни позволява да учим и да напредваме много бързо, докато в миналото това е било много по-трудно? Бихте ли се спрели на този въпрос?*

Учителят: - Да, разбира се. В наше време комуникациите са по-добри, общуването между хората е по-лесно и ние научаваме по-бързо относно Учителите. Не, че в миналото те не са съществували или пък не са били достъпни. Разбира се, истина е, че някои

Учители са по-достъпни от други. Това зависи от техния избор, от желанието им да дават и изобщо, от отношението им към хората. Но във всяка една епоха е имало Учители - дали са били един, двама, трима, четирима и т.н., зависи от потребностите на дадената епоха. Просто, сега сме по-осведомени за съществуването на различни Учители, защото имаме щастието да разполагаме със средствата за масова информация - телевизията, радиото и книгите, които излизат в милионен тираж за кратко време. В по-стари времена, за да се напише книга, е трябвало първо да се отсече цяло дърво, да се нареже с примитивни брадви, които се разваляли лесно, да се изглади повърхността му с помощта на камъни и след това да се издълбаят думите една по една. За да се произведат няколко Библии, е имало нужда от цяла дузина хора. Разбирате ли? Затова, сега научаваме бързо и лесно за Учителите. Хубавото е, че бихме могли да изберем този, който ни харесва най-много. Никой не може да ни каже, че е единствен или най-добър. Използвайки нашия разум, нашия интелект, ние можем да сравняваме и да избираме. “О, този е по-добър!”, “Онзи ми харесва повече!” или “Лицето на този изглежда ужасно, а пък онзи е грозен!” (Учителят се смее.)

Въпрос: - *И така, моят въпрос в такъв случай е, дали бихте посветили човек, който вече е посветен от друг Учител?*

Учителят: - Да, бих го направила, само в случай че, този човек искрено вярва, че аз съм по-способна да го отведа на по-високо ниво и по-бързо. Но, ако сте привързан към своя Учител и вярвате в него, тогава е по-добре да продължите с него. Ако имате вяра в Учителя си, това е чудесно и няма нужда да го сменят.

Обаче, ако все още имате съмнения и ако не сте достигнали до светлината и звука, за които ви говорих, тогава би трябвало да опитате нашия метод. Да, защото светлината и звукът са знака, по който да познаете истинския Учител. Този, който не е в състояние веднага да ви предаде светлината или звука, за съжаление трябва да ви съобщи, че не е истински Учител. Пътят към Бог е екипиран със светлина и звук. Така както човек, който отива да се гмурка в морето, се екипира с кислородна маска. Всяко нещо си има предназначение. Разбирате ли? Затова виждаме светците с ореоли. Това е светлината. Ако практикувате този метод, вие също ще излъчвате светлина, подобна на тази, която рисуват около Христос. Ако хората са вътрешно чувствителни, те биха могли да видят светлината, излъчвана от нас. Затова рисуват Христос и Буда облени от светлина. Вие също бихте могли да видите тази светлина, около духовно напреднали хора, ако третото ви око е отворено (Учителят посочва към челото си). Много хора могат да я видят. Някой от вас виждал ли я е? Вие? Какво точно видяхте?

Въпрос: - *Мога да виждам аура*¹.

Учителят: - Но това е по-различно от светлината и може да се прояви в различни цветове - черен, кафяв, жълт, червен, в зависимост от настроението на човека в дадения момент. Но, когато видите човек със силна духовна аура, знаете че това е различно, нали?

Въпрос: - *Аз, всъщност, нямам въпрос. Занимавах се известно време с раджа йога.*

¹ Цвета на магнетичното поле или на светлиното излъчване на човек.

Учителят: - А, да - раджа йога.

Питащият: - *Мисля, че също съм виждал аура. Имам предвид, че по това време нямах достатъчно познания в тази област, разбирате ли?*

Учителят: - Да, разбирам ви.

Питащият: - *Разбирате!*

Учителят: - И сега не ги виждате или ги виждате само понякога, така ли?

Питащият: - *Да, аз всъщност, вече не медитирам.*

Учителят: - Значи, затова сте загубили способността си. Би трябвало отново да се заемете с медитация.

Питащият: - *Да!*

Учителят: - Ако все още вярвате в този метод, би трябвало да медитирате. Това ще ви помогне, до известна степен и не би ви навредило.

Питащият: - *Прочетох в брошурата ви за пет основни правила. Веднъж посветен, човек трябва да живее според тях, така ли?*

Учителят: - Да. Това са законите на Вселената.

Питащият: - *Не разбирам какво се има предвид под "сексуална разпуснатост"?*

Учителят: - Това означава, че ако вече имате съпруг, не бива да мислите за друг.

Питащият: - *Разбирам.* (Публиката се смее.)

Учителят: - Много е просто. Недейте да усложнявате живота си с кавги и неприятни емоции. Те нараняват чувствата на другите. Не би трябвало да нараняваме други хора, дори емоционално. Това е! Трябва да се опитваме да избегнем конфликтите, причиняващи емоционално, физическо или умствено страдание, особено с тези, които обичаме. Разбирате ли? Ако вече сте изневерили, не казвайте на любимия си. Това само би го наранило. Разрешете проблема спокойно и внима-

телно и не споделяйте нищо. Понякога, ако са имали любовна връзка, хората смятат, че е честно и правилно, когато се приберат вкъщи да признаят на съпруга или съпругата си. Това не е вярно и не би донесло нищо добро. Вече сме направили грешката, защо да отнасяме “мръсотията” в къщи и да караме другите също да я понасят? Ако любимият ни не знае за нашата постъпка, той не би се чувствувал толкова ужасно. Разбирате ли? Фактът, че той знае, би му причинил силна болка. И така, трябва да опитаме да разрешим проблема и да не повтаряме постъпката си. По-добре да не говорим с партньора си за това, защото това би го наранило.

Въпрос: - *Забелязал съм, че много от духовните учители притежават завидно чувство за хумор. Каква е връзката между хумора и духовната дейност?*

Учителят: - Предполагам, че те просто се чувстват щастливи, спокойни и безгрижни. Могат да се смеят на себе си, на другите, на смешните неща в живота, който другите хора приемат твърде сериозно. След като медитираме известно време, ние се отпусваме. Разбирате ли, вече не вземаме толкова навътре нещата. Ако умрем утре - умираме, ако живеем - живеем и това е. Дори да загубим всичко, което притежаваме - какво пък толкова лошо? Ако притежаваме всичко - просто го притежаваме. След просветлението, ние имаме достатъчно познания и способности, за да се измъкнем от всяка ситуация, така че нищо не би могло да ни уплаши. Освобождаваме се от страха и тревогите в нас. Затова сме толкова спокойни, след това. Чувстваме се независими от този свят. За нас вече няма почти никакво значение, какво ще спечелим или какво ще загубим. Ако спечелим много, това ще е само за доброто на хората,

за доброто на тези, които обичаме. Ние не смятаме себе си или живота си за толкова важни, че да се борим и да страдаме, за да ги запазим. Ако ги запазим - добре, ако не - също добре. Това, обаче, не означава, че по цял ден седим на легло с пирони и медитираме. Ние, също, работим. Разбирате ли? Например, аз продължавам да работя. Рисувам и се занимавам с ръкоделие, за да изкарвам прехраната си. Не искам да получавам дарения от когото и да било. Дори, печеля достатъчно много, за да мога да помагам на хората в нужда, на бежанците, на засегнатите от природните бедствия и т.н. И наистина, защо да не работим? Ние притежаваме талант и способности и след просветлението животът ни е толкова лесен, че няма за какво да се безпокоим. Разбирате ли? Просто сме естествено спокойни. Така се създава чувство за хумор. Смятате ли, че аз притежавам такова? (Публиката отговаря утвърдително, смее се и ръкопляска). Да? (Учителят се смее) Тогава, може би... и аз съм някакъв Учител, хм? (Публиката се смее.) Добре. (Учителят се смее.) Да се надяваме за ваше добро, че е така и че не сте загубили два часа от ценното си време, за да слушате непросветлен човек. Други въпроси?

Въпрос: - Учителю, умът ми е пълен с въпроси. Ще ви ги кажа, а вие можете да отговорите на всичките или да не отговорите на нито един.

Учителят: - Добре. Сто и осем.

Питащият: - Всички ние, като търсещи същества, си задаваме подобни въпроси и в отговор получаваме различни теории и обяснения, но аз бих искала да чуя какво мислите вие. Първият ми въпрос е: "Кои сме ние, коя съм аз и как се озовах в това положение, да търся

обратния път към моя истински дом?” Разбирате ли? Как съм напуснала дома си и защо е толкова необходимо да се върна обратно? Говорихте за достигане на петото ниво и затова, че не е толкова важно да се продължи по-надалече. Но, ако съществува нещо отвъд това ниво, тогава за какво е създадено то? Каква е връзката между него и мен, след като не е задължително аз да се върна там? И други такива въпроси.

Учителят: - Добре, един по един. Ще отговоря първо на тези въпроси: коя сте вие, защо сте тук, защо трябва да се върнете вкъщи и защо петото, а не шестото ниво, нали? Много е просто. Дори ще ви бъде забавно. (Смях и ръкопляскания). По въпроса за това коя сте вие, бихте могли да се обърнете към някой Зен Учител. С такива е пълно в този щат (Ню Йорк). Можете да погледнете в телефонния указател и да намерите някой. (Публиката се смее) Аз не съм специалист в тази област. А колкото до това защо сте тук, може би просто, защото тук ви харесва. Иначе, кой би могъл да ни принуди да дойдем тук, след като ние сме деца на Бог. Така наречените деца на Бог, са също като самия Бог, нали? Не съм ли права? Така както принцът прилича на краля, в някои отношения, и повече или по-малко е като него. Принцът е бъдещия крал. Така че, той ще отиде някъде само ако го желае, нали? Свободни сме да изберем, дали да бъдем в небесното царство или някъде другаде. Вероятно в началото, преди много много епохи, вие сте избрали да бъдете тук, за да научите нещо по-необикновено, нещо по-страшно. Знаете, че някои хора обичат страшните неща. Така, както принцът може да стои в замъка си или да броди из джунглата, защото обича да изследва нещата в природата. Или може би,

сме били отегчени от небесното царство, от това че всичко ни се е поднасяло наготово, и сме поискали да направим нещо сами. Понякога дори, на членовете на кралското семейство им се иска да си сготвят сами и наблизко да няма прислужници. И когато решат да го направят, те разсипват кетчупа и олиото навсякъде, но това не ги спира. Макар че не изглеждат, както подобава, това преживяване много им харесва. Аз, например, наемам хора, които да ме возят. Където и да отида, хората с удоволствие го правят. Но понякога ми се иска аз самата да карам. Имам малка триколка с електрозахранване, която не изпуска пушек и газове, движи се с десет мили в час... не - с десет километра в час. И аз обичам да се возя на нея, защото, където и да отида, хората ме забелязват и понякога ми се иска да отида някъде, където никой не ме познава. Аз съм свенлива по природа, освен когато изнасям лекции, защото това ми е вид задължение, откакто хората ме откриха и ме направиха известна. Не мога винаги да се измъквам, но понякога го правя за два, три месеца - като разглезена жена, която бяга от съпруга си. Така че, изборът е мой. Вероятно и вие сте избрали да дойдете тук за малко и вече ви се иска да си тръгнете, защото сте научили достатъчно за този свят. Смятате, че няма какво повече да научите и сте уморена и отегчена. Може би се нуждаете от почивка. Тогава, приберете се къщи и се отпуснете. След това можете да прецените, дали желаете да предприемете ново пътешествие. Това е всичко, което мога да ви кажа засега. И сега да отговоря на въпроса ви защо трябва да се приберете къщи и защо петото, а не шестото ниво. Това зависи от вас. След петото ниво можете да отидете, където пожелаете. Над него има още много светове. Разбирате ли?

Но е по-удобно и по-неутрално да останете там. По-нагоре, мощността е прекалено силна. Можете да отидете нагоре за кратко, но едва ли бихте искали да останете там. Например, имате чудесна къща, където можете спокойно да си починете, а отвъд нея се намира красив хълм, по-висок и по-красив от къщата, но едва ли бихте желаете да си почивате там. Или в помещението за електрическо захранване, за което са характерни шум, горещина и опасности. Въпреки че, това помещение е много полезно за вашата къща, вие не бихте искали да стоите там. Разбирате ли? Това е всичко! Има много страни на Бог, които ние не можем да си представим. Винаги си мислим, че колкото по-нагоре отиваме, толкова повече обич ще ни се даде. Но съществуват различни видове любов. Например, силна любов, нежна любов, неутрална любов. В зависимост от това какво можем да понесем, Бог ни дарява с различна любов. На различните нива, всъщност, Бог ни дава различни степени обич. Разбирате ли? Но понякога тя е прекалено силна за нас и чувстваме... чувстваме, че сякаш тя ни разкъсва.

Въпрос: - *Здравейте! Заобиколени сме от разруха, унищожавана се околната среда...*

Учителят: - Вярно е.

Питащият: - *Проявява се жестокост спрямо животните...*

Учителят: - Да, наистина.

Питащият: - *Бих искал да зная, как възприемате това и какво бихте препоръчали на хората, които се опитват да се освободят от този свят, чрез духовно издигане? Какво би им помогнало да се справят с опустошението, което ги заобикаля? Смятате ли, че духовното издигане*

ще ни помогне, да разберем какво оставяме зад себе си и длъжни ли сме, да се опитаме да облекчим страданието в този свят? Би ли помогнало това?

Учителят: - Да, ще помогне. Поне на нас и на съвестта ни, така че да знаем, че сме направили нещо, че сме положили максимални усилия, да облекчим страданието на нашите близки. Всъщност, аз самата правя това. Правих го преди, правя го сега и възнамерявам да го правя и за в бъдеще. Вече споменах, че нашите спестявания се раздават на различни организации, а понякога и на държави, които са претърпели бедствие. И не искам да се хваля с това, но след като питате... Например, миналата година дадохме парична помощ на Филипините, за преодоляване на последиците от изригването на вулкана Пинатубо. Помогнахме на засегнатите от наводненията в Аулак и Китай и т.н. Сега се опитваме да помогнем на бежанците от Аулак, ... да помогнем на ООН да се погрижи за тях, стига ООН да ни позволи това. Опитваме се, разбирате ли? Подпомагаме бежанците финансово и с позволенията на ООН, бихме могли да помогнем и за тяхното заселване. И така, ние вършим всички тези неща, за които вие попитахте. А и след като вече сме тук, защо да не се опитаме, да запазим околната среда от замърсяване, доколкото ни е възможно. Така че, ние помагаме на тези, които страдат и се опитваме да издигнем моралното ниво в света. Ние правим това и в духовно и в материално отношение. Тъй като, някои хора не искат да приемат духовна помощ от мен, а само материална, ние им помагаме материално. Затова аз трябва да печеля пари. Затова не искам да живея от чужди дарения. Разбирате ли? Всички мои последователи и ученици трябва да работят, подобно на

вас. Но освен това, ние даваме и духовна помощ, за да облекчим страданията в този свят. Трябва да го правим. Не е нужно цял ден да седим в самади и да му се наслаждаваме. Само някой егоистичен Буда (просветлен) би направил това. От такъв нямаме нужда тук. (Смях.)

Въпрос: - *Говорихте за някакво ниво, на което човек осъзнава, че съществуват способности, които идват от познанието. Какво ще стане, ако човек знае за тях, но не знае, че разполага с тях? Как да ги достигне? Ако не ги достигне, как тогава да изтърпи това, което става наоколо? Например, ако човек наблюдава някакъв процес да се развива мудро, знаейки, че в същия този момент, той може да се помоли на Бог или да направи нещо друго и да предизвика по-добро и по-бързо разрешение на проблема?*

Учителят: - Разбирам.

Питащият: - *Как да подходим в такава такава ситуация, за да сме сигурни че всичко ще свърши добре? Разбирате ли ме?*

Учителят: - Да, разбирам ви. Питате, когато всичко се движи бавно, по бюрократични пътища, а човек притежава способността да променя нещата, как да има търпението да го понесе, нали? Дали трябва да се помоли на Бог или да направи някаква магия, за да ускори развитието на нещата? Не, това не е нужно. Ние сме търпеливи, защото трябва да се движим в крак с този свят, за да не го доведем до хаос. Например, едно малко дете не може да тича. Да предположим, че вие бързате. Бихте ли накарали това дете, да тича заедно с вас, вследствие на което, то би могло да се спъне и да падне? Така че, трябва да бъдем търпеливи. Въпреки че

притежаваме способността да бягаме, ние трябва да вървим редом с детето. Затова и аз, понякога, съм разстроена и нетърпелива, но трябва да се науча на търпение. Затова трябва да свеждам глава пред толкова президенти, молейки помощ за бежанците, въпреки че ние сме готови да осигурим пълна финансова помощ. Ние бихме дали всичко, което притежаваме - милиони, дори милиарди долари. Обаче, трябва да преминем през бюрократичната система. Кесаревото Кесарю, а цезаревото Цезарю. Разбирате ли? Не мога да накарам ООН да действа по-бързо, защото, когато се намесваме с физическа или вълшебна сила, предизвикваме бедствия. Нещата трябва да вървят естествено. Но можем да издигнем съзнанието на хората чрез духовно лекуване, чрез духовна мъдрост и разбиране. Можем да споделим познанието с тях и да си сътрудничим. Това е най-добрият начин, а не използването на чудотворни сили. Аз никога не използвам подобни сили преднамерено. Но чудесата просто сами се случват около духовните практикуващи. Това е естествено, а не предумишлено. Разбирате ли? Не трябва да се опитваме да насилваме нещата. Това не е хубаво. Както детето, когато не може да тича. Доволен ли сте от моя отговор? Ако някой от отговорите ми не ви задоволява, моля ви кажете ми, за да ви обясня по-подробно. Знам, че вие сте много интелигентни хора, най-умните, избрани от всички нации, и затова не давам допълнителни подробности. Някакви други въпроси? Да, там отзад. Между-впрочем, добре е, че ООН съществува. Много от световните конфликти, войни и т.н., се разрешават с негова помощ, макар и да не можем да ги премахнем напълно. Прочела съм много книги за ООН. Всеки човек е част от тази организация. Проследила съм и част от

дейността ѝ и трябва да ви похваля за усилията и ефикасността, която проявявате при спасяването на заложенници. Там, където другите не успяха да се справят, когато целият свят изглеждаше неспособен да помогне, хората на ООН бяха способни да окажат помощ. Освен това, има много други примери за благотворителността на ООН, например помощите давани на засегнатите от природни бедствия, усилията вложени за разрешаване проблемите на бежанците и т.н. Чух, че ООН се грижи за около 12 милиона бежанци по света. Вярно ли е? Това е много труд, особено, когато прибавим войните и конфликтите по света. Така че, добре е, че ООН съществува.

Въпрос: - Учителю *Ching Hai*, благодаря ви за мъдростта, която споделяте с нас. Аз имам един въпрос. Той се отнася до увеличаването на населението на Земята и придружаващия го проблем за злоупотребата с околната среда и растящата нужда от храна. Бихте ли казали нещо по този въпрос? Това, един вид световна карма ли е или ще създаде карма в бъдеще?

Учителят: - Хубаво е да има повече хора на този свят. И защо не? Колкото повече хора, толкова повече шум и забавления. Не е ли така? (Смях.) Земята, всъщност, не е пренаселена! Просто, хората не са разпределени равномерно по нея, а се събират на определени места и не желаят да се заселят другаде. Това е всичко. Разполагаме с толкова много и обширни територии, които не се използват, девствени острови, плата, покрити само с гори и т.н. Хората, обаче, предпочитат да се заселят в Ню Йорк, например, защото там има повече забавления. (Смях.) Освен това, там има много

работа, т.е. промишлеността е развита и има много работни места. И така, хората имат предпочитания към някои области, защото там е по-лесно да намерят работа и сигурност. И ако на друго място възникнат подобни възможности за работа, безопасност и сигурност, хората биха отишли там. Да, ще отидат заради прехраната и сигурността си. Това е съвсем естествено. И така, не бива да се опасяваме от пренаселване на Земята. Трябва да сме по-организирани, да дадем на хората по света възможности за работа, подслон и сигурност. Земята никога няма да се пренасели. А колкото до въпроса за изхранването, вие би трябвало да знаете по-добре от мен, защото в САЩ разполагате с много информация, за това как да запазим света. Вегетарианството е най-добрият начин, да се запазят световните ресурси и да се изхрани цялото население на Земята. Ние употребяваме много вегетарианска храна, енергия, електричество и лекарства, за отглеждане на животни, вместо да използваме всички тези ресурси, директно, за изхранване на хората. Разбирате ли? Много страни от третият свят продават на съвсем ниски цени обогатена с протеини вегетарианска храна. Но това не помага на другите страни. Вегетарианството ще ни помогне да разпределим по равно храната и това ще е добре за нас, за животните и въобще за целия свят. В едно списание имаше проучване на тази тема, в което се казваше, че ако искаме ..., ако всеки, ... как да се изразя ... Последния път когато бях в ООН споменах за това. Бях забравила. Там пишеше, че ако сме вегетарианци няма да има гладуващи хора по света. Но за това, ние би трябвало да се организираме. Аз, например, познавам един човек, който може да направи

от оризовите трици питателна храна и дори мляко. Предишния път говорихме за това. Той каза, че инвестирал около \$ 300 000, и че успял да изхрани \$ 600 000 души в Цейлон - бедните, недохранените, майките и т.н. Това е чудесно, нали? Защото, в много части по света пропиляваме природните ресурси, не че те не са достатъчно. Бог не би ни пратил тук за да да гладуваме. Всъщност, ние сами сме си виновни. Така че, трябва да премислим и да се преорганизираме, а това изисква сътрудничеството на правителствата на много държави. Тяхната честност, чистота, достойнство, волята им да служат на хората, а не на себе си, биха били благословията им за нас. И ако наистина имаме тази благословия от всички правителства, тогава няма никакъв проблем. Такъв проблем просто няма да съществува. Трябват ни добри ръководители, добра икономическа организация, управляващи таланти и честни правителства. Но това би се осъществило по-бързо, ако повечето хора на земята се заемат с духовна практика. Тогава, те ще научат какво е дисциплина. Тогава, те ще знаят как да спазват предписанията. Тогава, те ще могат да бъдат честни и вътрешно чисти. Само тогава, те ще бъдат способни, да използват своята мъдрост, за да постигнат нужното и да преорганизират живота ни. Разбирате ли? Иначе, ние само се опитваме да спечелим властта, използвайки собствените си пари или тези събрани от хората, след което, отново събираме пари, за да защитим тази власт. Но това въобще не помага. Няма значение, дали седим върху златна мина, защото ние всички умираме еднакво бедни. Управляващите трябва да са наясно със своята власт и отговорност. Те трябва да мислят за другите хора и да променят системата.

Питащият: - Изглежда доста трудно. Както аз го разбирам, унищожаването на околната среда, до голяма степен се дължи на нуждата на растящото население от жизнено пространство, за да можем да живеем така, както сме свикнали и искаме да живеем през 20 век. Например, унищожаването на околната среда в Бразилия, изсичането на горите, промените в почвената покривка и наводненията в резултат на това. Всички тези неща са свързани с пренаселването на Земята, нали?

Учителят: - Да, разбира се, всичко на този свят е свързано. Но единственият начин да разрешим проблема е да се заемем със същината му. А тя е в духовната стабилност. Разбирате ли? (Ръкопляскания) Така че, това, което трябва да направим е да се опитаме да разпространим духовното послание, това което сме научили и да поддържаме духовната дисциплина. Това е, което липсва на хората. Няма проблем, ако решите да се включите към електрическата машина, да видите някаква светлина, да чуете някаква бръмчаща музика и да изпаднете в самади. Но, ако не притежавате морална дисциплина, бихте използвали способностите си и за лоши неща. Просто няма да можете да ги контролирате. Разбирате ли? Затова и ние, в тази група, на първо място спазваме... учим хората да спазват предписанията, защото те са важни. Трябва да знаем къде отиваме и да владеем вътрешната си сила. Няма никаква полза от тази сила, ако нямаме любов, съчувствие и ако не притежаваме морални ценности. Тези сили могат да се превърнат в черна магия, да донесат разруха. Оттам идва черната магия. Разбирате ли? Лесно е да достигнем просветление, но е трудно да го задържим. На този духовен път, ако не сте истински

дисциплиниран и морален, Учителят ще ви отнеме част от вътрешната сила, за да не злоупотребите с нея и да не причините лошо на хората. Разбирате ли? Това е разликата. Учителят има контрол... тоест Висшата сила, Висшата сила има контрол. Щастлива съм да чуя толкова интелигентни въпроси. Наистина интелигентни въпроси. Хората злоупотребяват със способностите си, например, унищожавайки природата, защото не са достатъчно мъдри, защото им липсва познание. И така, в основата е духовното познание, духовната практика. Търсете просветление. Да, кажете госпожо.

Въпрос: - *Знам, че се опитвам да правя това, което е правилно, тоест духовната практика. Но усещам, че се боря срещу нещо, което в същото време се бори срещу мен. И моят въпрос е, как да премина през тази борба, как да победя?*

Учителят: - В това е забавното. Знаете, че ако нещо е прекалено лесно, вие бихте загубили интерес и дори не бихте искали да го спечелите. Нали? Затова, в нас има два вида сили. Наричаме ги "ин" и "ян" на китайски, а според западната терминология - отрицателна и положителна сила. Отрицателната сила ни кара да вършим неща против волята си, а положителната ни помага да овладеем тази тенденция. Понякога печелим, друг път губим - зависи от нашата духовна дисциплина и вътрешна сила. Така че, продължавайте да се борите. Така, както ООН се бори за решаване проблемите на бежанците и против войните по света. Понякога, ние побеждаваме накрая, след дълга и изморителна борба. Благодаря ви за вниманието! Пожелавам ви всичко най-хубаво!

“Посвещението не е наистина посвещение... вие просто идвате тук и ми давате възможност да ви помогна да си помогнете. Аз не дойдох тук, за да ви направя ученици ... Аз съм тук, за да ви помогна да станете Учители.”

~ The Supreme Master Ching Hai ~

“Всеки, вече знае как да медитира. Но вие медитирате върху погрешни неща. Някои хора медитират върху хубави момичета, други - върху пари или бизнес. Всеки път, когато отдадете цялото си внимание на едно единствено нещо, означава, че вие медитирате върху него. Аз отдавам вниманието си само на Вътрешната Сила, на състраданието, любовта и милостта на Бог.”

~ The Supreme Master Ching Hai ~

“Да станете посветен, означава да започнете нов живот, по нов начин, което значи, че Учителят ви е приел да станете член на кръга на светците. След това, вие вече не сте обикновено човешко същество - вие сте възвисен. В миналото това е било наричано “Батизъм” или Да потърсиш убежище в Учителя.”

~ The Supreme Master Ching Hai ~

Посвещение: Методът Куан Ин

Учителят Ching Hai посвещава в метода Куан Ин тези, които искрено желаят да научат Истината. На китайски “Куан Ин” означава съзерцание на звуковото трептене (вибрация). Методът включва медитация върху Вътрешната Светлина и Вътрешния Звук, за които се споменава непрекъснато в духовната литература на всички религии по света.

Така например, в Библията се казва: **“В началото бе словото, и словото бе с Бог, и Бог бе словото.”** (Йоан 1:1) Това слово е Вътрешния Звук, наричан още Логос (Logos), Шабд (Shabd), Тао, Звуков поток, Наам (Naam) или Божествена (Небесна) музика. Учителят Ching Hai казва: **“Той (Звукът) пулсира във всички живи същества и поддържа цялата Вселена. Тази вътрешна мелодия може да излекува всяка рана, да изпълни всяко желание и да утоли жаждата по целия свят. Тя е всемогъща и вселюбяща. Именно защото ние сме създадени от този звук, контактът с него внася такова успокоение и задоволство в сърцата ни. След слушане на този звук, ние изцяло се променяме и нашите жизнените възгледи стават все по-оптимистични и положителни.”**

Вътрешната светлина, светлината на Бог, е светлината, която се има в предвид в думата “просветление”. Нейната сила може да варира от слабо мъждукане до сиянието на милиони слънца. Именно чрез Вътрешния Звук и Светлина ние опознаваме Бог.

Посвещението в метода Куан Ин не е някакъв езотеричен ритуал или церемония за приемане в нова религия. По време на посвещението, се дават специфични инструкции, за медитацията върху Вътрешния Звук и Светлина. Това първо изживяване на Божественото Присъствие се получава в мълчание. Не е задължително Учителят Ching Hai да присъства физически, за да насочи съзнанието ви към Бог. Учителят Ching Hai осигурява “духовната трансмисия”, която е съществена част от метода. Техниката на медитация, сама по себе си, би донесла малко полза без милостта на Учителя.

Възможно е още по време на посвещението, да чуете Вътрешния Звук и да видите Вътрешната Светлина. Това явление, понякога, се нарича “внезапно” или “незабавно просветление”.

Учителят Ching Hai приема за посвещение хора от всякакви социални слоеве и религии. Не е нужно да променят религията или принципите, в които вярват. Никой няма да ви накара да се присъедините към някаква организация или да участвате в нещо, което по какъвто и да е начин не е в хармония с настоящия ви начин на живот.

Необходима предпоставка за получаване на посвещение, обаче, е приемането на вегетарианска диета. Затова, вие ще бъдете помолени да спазвате тази диета до края на живота си.

Посвещението се предлага безплатно.

Ежедневната практика на метода за медитация Куан Ин, както и спазването на “Петте Предписания” са единствените изисквания към вас след посвещението. Предписанията ще ви помогнат да предпазите себе си от самонараняване, както и от нараняване на други живи същества. Медитацията и спазването на предписанията ще ви позволи да задълбочите и заздравите вашето първоначално изживяване на просветлението и евентуално да постигнете най-високото ниво на пробуждане или самите вие да станете Буда. Без ежедневна практика почти е сигурно, че ще забравите вашето просветление и ще се върнете в нормалното ниво на съзнание.

Целта на Учителя Ching Hai е да ни научи да бъдем самостоятелни. Затова тя посвещава в метод, който може да се практикува от всеки, без да са необходими никакви помощни материали - вие сте достатъчен. Тя не търси последователи, ученици или хора, които да я боготворят. Учителят не иска да създаде някаква организация с членски внос и не би приела от никого пари, подчинение или подаръци, затова не бива и да ѝ предлагате такива.

Единственото нещо, което тя би приела, е вашата искреност и ежедневна медитация, за да прогресирате към пълното осъзнаване на Бог.

Петте Предписания

- 1. Въздържайте се от отнемане на живота на съществата способни да чувстват. ***
- 2. Въздържайте се от говорене на това, което не е истина.**
- 3. Въздържайте се от приемане на това, което не ви е предложено.**
- 4. Въздържайте се от сексуална разпуснатост.**
- 5. Въздържайте се от поемане на упоителни средства и напитки.**

* Спазването на това предписание изисква строго вегетарианска или млечно-вегетарианска диета.

“Една божествена личност е едно завършено човешко същество. Едно завършено човешко същество е една божествена личност. Сега, ние сме само наполовина човешки същества. Вършим различни неща с колебание и с “его”. Не вярваме, че Бог е този, който е създал всичко това за наше удоволствие и опит. Ние отделяме греха от добродетелта. Правим от мухата слон и съобразно с това съдим себе си и останалите. Страдаме от нашите собствени ограничения относно това, какво Бог би трябвало да прави. Разбирате ли? Всъщност, Бог е в нас и ние го ограничаваме. Искаме да се забавляваме и да си играем с всичко, но не знаем как. Казваме на другите: “Не бива да правиш това!” и на себе си: “Не бива да правя това! Не бива да правя онова! Защо пък да съм вегетарианец?” И така нататък. Да! Аз знам защо съм вегетарианка - защото Бог, който е в мен, го иска.”

~ *The Supreme Master Ching Hai* ~

“Когато сме чисти в своите дела, думи и мисли, дори и за една секунда, всичките божества, богове и ангели, ни подкрепят. В този миг цялата вселена ни принадлежи и ни подкрепя, и тронът ни чака да го заемем и да царуваме.”

~ *The Supreme Master Ching Hai* ~

Защо хората трябва да бъдат вегетарианци



Спазването на вегетарианска или млечно-вегетарианска диета е необходима предпоставка за посвещение в метода Куан Ин. Растителни или млечни храни са разрешени, но всички останали храни, от какъвто и да е животински произход (включително и яйцата), не би трябвало да се ядат. Има много причини за това, но най-важната от тях идва от първото предписание, което ни учи да се въздържаме от отнемането на живот, т.е. то гласи **“Не убивай!”**

Да не убиваш или да не нараняваш други живи същества е от очевидна полза за тях. По-малко очевидно е, обаче, че това въздържане е също толкова полезно и за нас. Защо? Поради закона на кармата: **“Каквото посееш, това ще пожънеш.”** Когато убивате, или карате други да убиват вместо вас, за да задоволите желанието си за месо, вие поемате дълг от карма и този дълг трябва да бъде изплатен.

Така че, в действителност, спазването на вегетарианска диета е дар, който ние сами си правим. Чувстваме се по-добре и качеството на живота, който водим, се повишава с намаляването на дълга от карма. Само тогава, ни се дава достъп до вътрешните области

на божествени преживявания. Малката цена, която трябва да заплатите за тях си струва.

Духовните причини за въздържанието от месо са убедителни за някои хора. Освен тях, обаче, има и други причини за приемането на вегетарианството. Всички тези причини се коренят в здравия разум. Те се отнасят до здравето и храната, екологията и околната среда, етиката и страданията на животните, а също така и до световния глад.

Здравето и храната

Редица изследвания върху човешката еволюция показват, че предците ни са били вегетарианци. Човешкото тяло по своята структура не е пригодено да поема месо. Това бе доказано в един доклад на тема сравнителна анатомия, написан от доктор Дж. С. Хънтингтън от Колумбийския университет. Според него месоядните животни имат къси тънки и къси дебели черва. Също така, дебелият им черво е право и гладко. В контраст, животните, които не консумират месо имат дълго тънко и дълго дебело черво. Поради ниското съдържание на тъкани и високото съдържание на протеини, месото се усвоява сравнително бързо и затова червата на месоядните животни са по-къси от тези на животните, неконсумиращи месо.

Хората, също както и животните, които се хранят с растения, имат дълги тънки и дълги дебели черва. Нашите черва имат обща дължина около 8 метра и половина. Малкото ни черво е нагънато много пъти и стените му са надиплени а не гладки. Тъй като нашите черва са по-дълги от тези на месоядните животни, месото, което ядем, престоява в тях по-дълго. В

резултат на това месото започва да се разваля и образува токсини. Това води до рак на дебелото черво и натовазва повече черния дроб, който има функцията да пречиства токсините в организма. Това натовазване може да доведе до цироза или дори до рак на черния дроб.

Освен това, месото съдържа големи количества урокиназа протеин и уреа, които допълнително товарят бъбреците и могат да разстроят дейността им. В 500 гр. месо има почти 14 гр. урокиназа. Ако поставим живи клетки в течен разтвор на урокиназа, техният метаболизъм ще дегенерира. Освен това месните храни не са богати на целулоза и това лесно може да причини запек. Знаем, че запекът може да доведе до рак на ректума или хемороиди.

Холестеринът и голямото количество наситени мазнини в месото, предизвикват сърдечносъдови болести - на първо място в САЩ (а сега и във Формоза) сред заболяванията, водещи до смърт.

Ракът е втората по смъртност болест. Изследванията показват, че изгарянето или печенето на месо води до създаването на един химически елемент (Метилколантрен), който е силно канцерогенно вещество. Мишки, на които е дадено това вещество, развиват следните видове рак: костни тумори, рак на кръвта, рак на стомаха и др.

Едно изследване показва, че млади мишки, хранени от женска мишка с рак на гърдите, също развиват рак. Когато ракови клетки от човек са инжектирани в животни, те също развиват рак. Ако месото, което ние ежедневно поемаме, е от животни, страдащи от подобни заболявания, то тогава има голяма вероятност, че ние също ще заболеем.

Някои хора си мислят, че в днешно време месото е чисто и безопасно и че непрекъснато се правят проверки във всички кланици. Твърде големи количества животни се убиват за продажба всеки ден, за да могат всичките те да минат през санитарен контрол. Освен това, много е трудно да се провери дали в дадено месо има ракови образувания, и почти невъзможно е да се провери всяко животно. Понастоящем, в кланиците просто отрязват главата, когато има проблем или отрязват заболелия крайник на животното. Само “лошите” части се отстраняват, останалото се продава.

Известният вегетарианец д-р Келог е казал: “Когато ядем вегетарианска храна ние не трябва да се тревожим от каква болест е “умряла” храната и това допринася за доброто ни настроение по време на ядене!”

Нека погледнем на въпроса и от друга гледна точка. Според научни доклади, с прибавянето на антибиотици към храната на животните, хората, които консумират тяхното месо, поглъщат и тези антибиотици. Много вероятно е тогава, аналогичните антибиотици, произвеждани за хора, да не са така ефективни в случай на заболяване.

Има хора, които намират вегетарианската диета за недостатъчно хранителна. Американският хирург, доктор Милър, е практикувал медицина във Формоза, в продължение на 40 години. Той отворил болница, в която храната за персонала и за пациентите била вегетарианска. Той е казал: “Мишката е такова животно, което може да поддържа живота си и с вегетарианска и с невегетарианска храна. Ако вземем две мишки, едната хранеща се с месна храна, а другата - с вегетарианска, ние ще видим, че тяхното развитие и растеж са еднакви.

Мишката, която поема вегетарианска храна, обаче, живее по-дълго и е по-устойчива на болести от другата мишка. Освен това, когато двете мишки се разболеят, мишката “вегетарианец” се оправя по-бързо. Лекарствата, които са на наше разположение, благодарение на съвременната наука, са се подобрили значително, но въпреки това те само лекуват болестите. За разлика от тях храната поддържа здравето ни. Растенията са по-директен източник на хранителни вещества от месото. Хората ядат животни, но животните от своя страна се хранят с растения. Животът на повечето животни е къс и те страдат от почти всички болести, от които страдат и хората. Следователно, много е вероятно болестите на хората да идват от яденето на месо от заболели животни. Защо тогава хората да не използват за храна направо растенията?” Доктор Милър е бил на мнение, че ние се нуждаем само от житни и бобови растения и зеленчуци, за да получим необходимите ни вещества и да поддържаме добро здравословно състояние.

Повечето хора смятат, че животинският протеин е “по-добър” от растителния, защото той се счита за “завършен” протеин, докато растителният за “незавършен”. Истината е, че някои растителни протеини са “завършени”, и че комбинирането на няколко “незавършени” протеини може да доведе до получаването на “завършен” протеин.

През март 1988 година Американската Диетологична Асоциация (АДА) обявява, че: “Вегетарианските диети са здравословни и подходящи за пълноценно хранене, когато са подходящо планирани.”

Много често погрешно се смята, че хората, които ядат месо, са по-силни от вегетарианците. Експеримент, проведен от професор Ървинг Фишър от Иейл-

ския университет, включващ 32 вегетарианци и 15 консуматори на месо, показал, че вегетарианците са по-издръжливи. Професор Фишър накарал участниците да държат ръцете си протегнати колкото им е възможно по-дълго. Резултатът от опита бил твърде красноречив: от 15 консуматори на месо само двама успели да държат ръцете си протегнати за около 15 - 30 мин; от 32 вегетарианци 22 души издържали 15 - 30 мин., 15 души издържали повече от 30 мин., 9 души повече от час, четирима - повече от два часа и един - повече от три часа.

Много бегачи на големи разстояния спазват вегетарианска диета дълго преди самото състезание. Д-р Барбара Мор, експерт по вегетарианска терапия, завърши 110 мили кросово състезание за 27 часа и 30 минути. Една жена на 56 години счупи всички рекорди поставени от млади мъже. "Искам да покажа как хората следващи пълна вегетарианска диета ще се радват на силно тяло, бистро съзнание и пречистен живот."

Приемат ли вегетарианците достатъчно протеини? Световната Здравна Организация препоръчва 4.5% от дневните калории да идват от протеини. 17% от калориите в пшеницата са под формата на протеини, за карфиола този процент е 45%, а за ориза - 8%. Много лесно може да постигнем богатата на протеини диета без да ядем месо. Като прибавим към това и премахането на заплахата от сърдечносъдови и ракови болести (дължащи се на богата на мазнина храна), вегетарианството очевидно е по-добрия избор.

Доказана е връзката между свръх консумацията на месо и храни от животински произход, богати на мазнини, със сърдечносъдовите заболявания, рака и мозъчните удари. Други болести, които често са пред-

отвратени, а и понякога излекувани от нискомаслената вегетарианска диета, са: камъни в бъбреците, рак на простата, рак на стомаха, диабет, язва, камъни в жлъчката, смущения в червата, артрит, гурели, акне, рак на панкреаса, запек, остеопорозия, пренапрежение, хемороиди, астма, рак на яйчниците и наднормено тегло.

Няма по-голям риск за здравето ви от яденето на месо, с изключение може би на пушенето.

Екологията и околната среда

Отглеждането на животни за месопроизводство има огромно влияние върху околната среда. То води до изсичане на горите, глобално затопляне, замърсяване на водата, недостиг на вода, засушаване, неправилно използване на енергийните ресурси и световен глад. Използването на земя, вода, енергия за производство на месо не е ефективно използване на земните ресурси.

От 1960 година около 25% от горите в Централна Америка са унищожени, за да се създадат пасища за добитъка. Изчислено е, че всеки хамбургер със 112 грама говеждо месо унищожават 5 квадратни метра тропическа гора. Отглеждането на добитък допринася значително за отделянето на три газа, които причиняват глобалното затопляне. В добавка, то е една от главните причини за замърсяването на водните ресурси по света. 10350 литра вода са необходими за производството на всеки 500 грама говеждо месо. Само 122 литра вода са нужни за производството на 500 грама домати, и 584 литра - за 500 грама пшеничен хляб. Почти половината от изразходваната вода в САЩ отива за отглеждане на фураж за добитък.

Много повече хора биха били нахранени, ако ресурсите за отглеждане на животни бяха използвани за отглеждане на зърнени храни, така необходими за изхранването на населението на Земята. Един акър засят с овес дава 8 пъти повече протеини и 25 пъти повече калории, ако овесът се даде директно на хората, а не на добитъка. Един акър, засят с карфиол дава 10 пъти повече протеин, калории и ниацин отколкото един акър земя използван за отглеждането на добитък за месо. Такива статистически данни могат да се изреждат дълго. Световните ресурси биха били използвани по-ефективно, ако площта, използвана за отглеждане на добитък, се използваше за отглеждане на растения за храна.

Спазването на вегетарианска диета ви позволява да “ходите по-леко” по земята. В допълнение, вие ще се чувствате много по-добре, когато се храните, знаейки че не е нужно някое живо същество да бъде убито за вашата прехрана.

Световният глад

Близко един милиард хора страдат от глад и недояждане на нашата планета. Повече от 40 милиона души умират от глад всяка година, като повечето от тях са деца. Въпреки това, повече от една трета от зърнените храни, произвеждани в световен мащаб, се използват за отглеждане на добитък. В САЩ, например, 70% от зърнените храни отиват за отглеждането на добитък. Ако тези хранителни ресурси се използваха, директно за изхранване на хората, то тогава в света не би имало нито един гладен.

Страданията на животните

Знаете ли, че повече от 100 000 крави биват заклани всеки ден в САЩ?

Повечето животни в западните страни се отглеждат в специални “ферми”. Те са проектирани така, че да се произвеждат максимален брой животни за месо при минимални разходи. Животните са скупчени заедно, обезобразени и третирани като машини, които трансформират фураж в месо. Това е реалност, която повечето от нас никога няма да видят със собствените си очи. Не случайно се казва, че “Едно посещение на кланица, ще те направи вегетарианец за цял живот.”

Лев Толстой е казал: “Докато има кланици, ще има и бойни полета. Вегетарианската диета е тест за хуманност.” Въпреки, че повечето от нас не оправдават убиването, ние, подкрепяни от обществото, сме си създали навика да ядем редовно месо, без ни най-малко да знаем какво е причинено на животните, които ядем.

Примерът на Светците и другите

Още от началото на писмената история на човечеството, ние виждаме, че зеленчуците са били естествената храна на човешките същества. Древните гръцки и староеврейски митове описват, че хората в началото са яли плодове. Древните египетски жреци никога не слагали в устата си месо. Много гръцки философи като Платон, Диоген и Сократ настоятелно проповядвали идеята за вегетарианството.

В Индия, Шакиамуни Буда подчертавал важноста на “ахимса” (ненараняването на живи същества) и предупреждавал своите възпитаници да не ядат месо или в противен случай другите живи същества ще се страхуват от тях. Буда е изказал следните мисли: **“Яденето на месо е само един придобит навик. В началото ние не сме били родени с желание за него.”** **“Хората, които ядат месо премахват от себе си семето на Великото Милосърдие.”** **“Хората, които ядат месо, се убиват и изяждат един друг ... Този живот аз ще те изям, а следващия - ти ще ме изядеш ... и заблудата продължава по този начин. Как тогава, тези хора, биха могли да се измъкнат от Трите Области (на илюзията)?”**

Много таоисти, ранните християни и юдаисти са били също вегетарианци. Това е записано ясно в Библията: **“И Бог рече: Видете, давам ви всяка семеносна трева, която е по лицето на цялата Земя, и всяко дърво, което има в себе си плод на семеносно дърво; те ще ви бъдат за храна.”** (Битие 1:29) Други примери за забраната да се яде месо: **“Месо обаче с живота му, тоест, с кръвта му, да не ядете.”** (Битие 9:4) **“Кой ви каза да убиете бика и козата, за да ми направите жертвоприношение? Изчистете се от тази невинна кръв, за да мога да чуя молитвата ви; в противен случай Аз ще отвърна глава, защото ръцете ви са потънали в кръв. Покайте се, за да ви простя.”** Свети Павел, един от най-известните ученици и сподвижници на Исус, казва в обръщението си към римляните: **“Добре е да не ядеш месо и да не пиеш вино.”** (Римляните 14:21)

Напоследък, историците откриха голям брой древни книги, които хвърлят нова светлина над живота

на Исус и над неговото учение. Исус е казал: **“Хората, които ядат животинска плът се превръщат в свои собствени гробници. Да ви кажа честно, човек, който убие ще бъде също убит. Този, който убива живи същества и яде месото им, яде месото на мъртъвците.”**

Индийските религии препоръчват да не се яде месо. Казано е: **“Хората не могат да се сдобият с месо без да убият. Човек, който наранява живи същества, никога няма да получи божията благословия. Така че, отбягвайте яденето на месо!”** (Индийски религиозни писания)

Свещената книга на Исляма, Корана, забранява **“яденето на мъртви животни, кръв и плът”**.

Великият китайски Зен учител Хан Шан Цу е написал поема, която заклежда яденето на месо: **“Бързо отидете на пазара и купете месо и риба и ги дайте за храна на жена ви и децата ви. Но защо трябва да отнемете живот, за да поддържате вашия? Това е абсурдно. Това няма да ви оприличи с небесата, а ще ви превърне в отпадък на ада!”**

Много известни писатели, художници, учени, философи и изтъкнати личности са били запалени вегетарианци, и са препоръчвали вегетарианството: Шакиамуни Буда, Исус Христос, Айнщайн, Платон, Питагор, Сократ, Шекспир, Овидий, Петрарка, Нютон, Да Винчи, Дарвин, Емерсън, Зола, Ръсел, Шели, индийския поет и носител на нобелова награда Тагор, Толстой, Бърнард Шоу, бившият лидер на Индия и философ Махатма Ганди, елзаския медицински мисионер и теолог Алберт Швайцер, а и нашите съвременници: Пол Нюман, Мадона, принц Чарлс и принцеса Даяна,

Линдзи Вагнер, Пол Макартни, Кандис Бержен и много други.

Айнщайн е казал: “Мисля, че промените и пречистващите ефекти, които вегетарианската диета оказва на хората са доста благоприятни за човечеството. Следователно изборът на вегетарианската диета е добър за човечеството и може спокойно да бъде предприет.” Това е бил съветът на голям брой известни личности и мъдреци от историята.

Учителят отговаря на въпроси

Въпрос: - *Яденето на животни е убиване на живи същества, не е ли тогава яденето на растения също един вид убийство?*

Учителят: - Яденето на растения е също убийство на живи същества и като такова създава кармична пречка, но кармичният ефект тук е по-малък. Ако човек практикува метода Куан Ин два и половина часа всеки ден, той ще може да се изчисти от кармичния ефект. Тъй като трябва да ядем, за да оцелеем, ние избираме за храна растенията, защото те притежават най-ниско ниво на съзнание и страдат най-малко. Растенията се състоят от 90% вода, така че тяхното ниво на съзнание е толкова ниско, че те не изпитват почти никакво страдание. В добавка, когато събираме зеленчуците ние не ги изкореняваме, а най-вече подпомагаме тяхното размножаване. Градинарите казват, че окастрянето на зеленчуците им помага да растат големи и красиви. В този смисъл, ние носим полза на растенията.

Това е още по-очевидно с плодовете. С уханието си, цветовете и прекрасният си вкус, те привличат хората и повдигат тяхния апетит. По този начин плодо-

вите растения разпространяват своето семе. Ако не откъснем и не изядем плода, той ще презрее и ще падне на земята, където впоследствие ще изгние. Семето ще бъде под сянката на самото растение и в следствие на това няма да покълне. Така, яденето на плодове и зеленчуци е естествена тенденция, която не причинява на растенията никакво страдание.

Въпрос: - *Повечето хора смятат, че вегетарианците са по-ниски и по-слаби, докато тези, които ядат месо - по-високи и по-снажни. Вярно ли е това?*

Учителят: - Вегетарианците не са задължително по-слаби и по-ниски. Ако диетата им е балансирана те също могат да пораснат високи и силни. Както знаете, всички големи животни като слоновете, жирафите, хипопотамите, едрия рогат добитък и т.н. консумират само растения. Те са по-силни от месоядните животни, хрисими са по природа и са полезни за хората. За разлика от тях, месоядните животни са много по-агресивни и безполезни. Ако човешките същества ядат животни, тогава и те ще придобият животински качества и истинкти. Хората, които редовно се хранят с месо, не са непременно високи и силни, но средната продължителност на живота им е сравнително ниска. Ескимосите са хора, които консумират най-вече месо, но имат ли те високи и снажни фигури? Живеят ли продължително? Мисля, че сега вие разбирате това съвсем ясно. Така ли е?

Въпрос: - *Могат ли вегетарианците да ядат яйца?*

Учителят: - Не. Когато ядем яйца ние също убиваме живи същества. Някои казват, че понякога яйцата на пазара не са оплодени, така че като ги ядем ние не убиваме живи същества. Това само на пръв поглед е

вярно. Едно яйце остава неплодено, защото обстоятелствата за неговото оплождане са били премахнати. Така, яйцето не може да изпълни своята естествена функция да се развие до стадий на пиле. Въпреки това, то все още притежава вродената жизнена сила, която е необходима за целта. Ако яйцата не съдържаха тази вродена жизнена сила, как иначе бихме могли да си обясним факта, че яйцеклетките са единствените клетки, които могат да бъдат оплодени? Някои хора отбелязват, че те съдържат изключително важните за организма протеин и фосфор. Но ние можем да си набавим протеин от бобова отвара¹, а фосфор - от различни видове зеленчуци, например картофите.

От древни времена до сега е имало голям брой известни монаси, които не са яли яйца и месо и въпреки това са живели дълго. Учителят Инг Гуанг, например, е ядял по една купичка със зеленчуци и малко ориз на всяко ядене и е доживял до осемдесет годишна възраст. В допълнение, жълтъкът е богат на холестерин, който е един от главните причинители на сърдечно-съдовите заболявания - на първо място по смъртоспособност в САЩ и Формоза (Тайван). Не е чудно, че повечето пациенти са консуматори на яйца.

Въпрос: - *Хората отглеждат домашни животни и птици, например прасета, пилета, патици, едър рогат добитък и др. Защо да не можем да ги ядем?*

Учителят: - И родителите отглеждат децата си. Имат ли право родителите да изядат децата си? Всички живи същества имат правото на живот - никой не трябва да ги лишава от него. Ако хвърлим поглед върху законода-

¹ бобова отвара (или тофу) е протеинов продукт приготвен от соя.

телството на Хонг Конг, ние ще видим, че даже самоубийството е противозаконно. Така че, колко по-незаконно би било убийството на други живи същества?

Въпрос: - *Животните се раждат, за да ги ядат хората. Ако не ги изяждаме, те ще напълнят света. Не е ли така?*

Учителят: - Това е абсурд. Преди да убивете някое животно, питате ли го дали иска да бъде убито и изядено от вас? Всички живи същества желаят да живеят и се страхуват да умрат. Ние не искаме да бъдем изядени от някой тигър, тогава защо животните трябва да бъдат изяждани от хората? Различни видове животни са съществували на този свят дори преди появата на човечеството. Била ли е Земята пренаселена тогава? Живите същества поддържат естествено екологично равновесие. Недостига на храна и ограничените пространства водят до бързо намаляване на броя на популацията. Това я поддържа на едно подходящо ниво.

Въпрос: - *Защо би трябвало да съм вегетарианец?*

Учителят: - Аз съм вегетарианка, защото Бог, който е вътре в мен, го иска. Разбирате ли? Яденето на месо е против закона на Вселената - нежеланието ни да бъдем убити. Така например, ние не искаме да ни убият, не искаме и да ни ограбят. Но ако правим това на другите хора ние всъщност действаме против себе си и това ни кара да страдаме. Всяка вреда, която причините на другите, ще ви накара да страдате. Вие не бихте охапали себе си и не би трябвало да се самонаранявате. В същия смисъл, не трябва да убивате, защото това е против принципа на живота. Разбирате ли? Това ни кара да страдаме, затова и не го правим. Това не означава, че по този начин се ограничаваме,

напротив, ние разпростираме живота си към всички видове живот. Нашият живот няма да бъде ограничен от тялото ни. Ние ще приемем живота на всички други живи същества като част от нашия живот. Това ни прави по-величествени, по-щастливи и неограничени. Разбирате ли?

Въпрос: - *Бихте ли поговорили за вегетарианското хранене и как то може да доведе до световен мир?*

Учителят: - Да. Виждате ли, повечето войни в света се водят поради икономически причини. Икономическите проблеми на една страна се изострят, когато има глад, недостиг на храна или липса на подходящо разпределение на хранителните ресурси между различните страни.

Ако отделите известно време за да проучите фактите за вегетарианската диета и прочетете няколко списания на тази тема, вие ще разберете това добре. Отглеждането на животни и добитък за месо доведе нашата икономика до колапс във всеки един аспект. То доведе до появата на глад из целия свят и най-вече в страните от третия свят. Това не го твърдя аз, а един американски гражданин, който е проучил въпроса и е написал книга. Във всяка книжарница можете да намерите книги с проучвания относно вегетарианството и производството на храна. Прочетете “Диета за една нова Америка” от Джон Робинс. Той е милионер, известен производител на сладолед. Отказал се от сладоледа, за да стане вегетарианец и да напише книга за вегетарианството, която е против фамилените му традиции и бизнес. Робинс загубил много пари, престиж и бизнеса си, но го направил, в името на истината. Книгата е много хубава. Има голям брой книги

и списания, които могат да ви предоставят богата информация и факти за вегетарианската диета - как и какво тя може да допринесе за световния мир. Ние опропастихме хранителните си ресурси с изхранването на добитъка. Знаете колко много протеин, лекарства, водни запаси, работна ръка, коли, камиони, строителство на пътища, колко хиляди акри земя се хвърлят на вятъра, преди една крава да стане подходяща за ядене. Разбирате ли? Всичките тези ресурси могат да се разпределят по равно между развиващите се страни и тогава бихме решили проблема с глада. Така че, ако една страна се нуждае от храна, тя вероятно ще нападне някоя друга страна, за да спаси населението си. Това води след себе си една дълга верига от причини и възмездия. Разбирате ли? **“Каквото посееш, това ще пожънеш.”** Ако убием някого за храна, по-късно ние ще бъдем убити за храна под друга форма на съществуване в някое следващо прераждане. Колко жалко! Ние сме толкова интелигентни и цивилизовани, и въпреки това повечето от нас не знаят защо съседните ни страни страдат. Това е заради нашето небце, вкус и стомах. За да нахраним едно тяло, убиваме толкова много същества, караме толкова много хора да страдат. Ние все още не говорим за животните, дори. Разбирате ли? Тази вина, съзнателно или несъзнателно, тежи на съвеста ни. Тя ни кара да заболяваме от рак, туберкулоза и други неизлечими болести, включително и СПИН. Попитайте се, защо страната ви, Америка, страда най-много? Тя е на първо място в света по заболявания от рак, защото американците ядат големи количества говеждо месо. Те ядат повече месо, от която и да е друга страна. Попитайте се защо в Китай или комунистическите страни няма много заболявания от

рак. В тях просто не се яде толкова много месо. Разбирате ли? Това, което ви казвам е според проучванията, не си го измислям аз. Така че, не ме дръжте отговорна.

Въпрос: - *Какви са духовните ползи от приемането на вегетарианската диета?*

Учителят: - Радвам се, че зададохте този въпрос, защото това означава, че вие се концентрирате или обръщате внимание на духовната полза. Повечето хора са загрижени за своето здраве, диета и фигура, когато говорят за вегетарианската диета. Духовните аспекти на тази диета са, че тя е много чиста и неагресивна. Когато Бог е казал: **“Не убивайте!”**, той не е забранил само убиването на хора, а и убиването на всички други живи същества. Бог е казал, че е създал животните, за да ни бъдат приятели и да ни помагат. Той ги е оставил под нашите грижи. Той е казал: грижете се за тях, властвайте над тях. Ако вие имахте поданици, бихте ли ги убили и изiali? Тогава вие ще се превърнете в царе, които не властват над никого. Сега вие разбирате това, което е казал Бог. Ние трябва да изпълняваме Божийте заповеди. Няма нужда да му задаваме въпроси. Той е говорил прекалено ясно, но кой друг може да разбере Бог освен самия той? Така че, вие самите трябва да станете Бог, за да разберете Бог. Приканвам ви да станете отново богоподобни, да бъдете себе си, а не някой друг. Да медитирате върху Бог не означава, да се прекланяте пред него. Това означава, че се превръщате в Бог. Разберете, че вие и Бог сте едно. Не е ли казал Исус: **“Аз и баща ми сме едно!”** Ако той е казал, че той и баща му са едно, ние и неговият баща можем също да станем едно, защото ние също сме деца на

Бог. Исус също е казал, че това, което той може да направи, ние можем да го направим дори по-добре. Така че, ние може би сме по-добри и от Бог, кой знае? Защо да се прекланяме пред Бог, когато не знаем нищо за него? Защо да използваме сляпата вяра? Ние, преди всичко трябва да знаем пред какво се прекланяме, също както, когато се женим, би трябвало да познаваме момичето, с което встъпваме в брак. В днешно време не е нормално да се оженим преди да сме излизали заедно известно време. Защо тогава трябва да се прекланяме пред Бог със сляпа вяра? Ние имаме правото да искаме Бог да се появи пред нас. Ние имаме правото да изберем Бога, който искаме да следваме.

Така че, сега виждате, че от Библията е ясно, че трябва да бъдем вегетарианци. Заради здравето си, трябва да бъдем вегетарианци. Поради научни и икономически съображения, трябва да бъдем вегетарианци. За да се научим на истинско милосърдие, трябва да сме вегетарианци. Също, за да спасим света, би трябвало да сме вегетарианци. В едно проучване бе казано, че ако хората на Запад, в Америка, ядат вегетарианска храна веднъж седмично, това би спасило 16 милиона гладуващи годишно. Така че, бъдете герои - станете вегетарианци. Именно поради тези причини, даже и ако не следвате учението ми и не практикувате същия метод, умолявам ви да бъдете вегетарианци, заради вас самите и заради света!

Въпрос: - *Ако всички ядат растения това няма ли да доведе до недостиг на храна?*

Учителят: - Не. Използването на определен участък земя за отглеждане на растения дава 14 пъти повече храна отколкото, ако същия участък се използва за

добиване на фураж за животните. Растенията, придобити от един акър земя, осигуряват 800 000 калории. Ако те се използват за изхранване на добитък, месото на тези животни ще осигури само 200 000 калории. Това означава, че ние губим 600 000 калории. Така че, вегетарианската диета очевидно е по-икономична и ефикасна от месната.

Въпрос: - *Добре ли е за вегетариянеца да яде риба?*

Учителят: - Добре е, ако искате да ядете риба. Но ако искате да бъдете вегетарианец, трябва да знаете, че рибата не е растение.

Въпрос: - *Някои хора казват, че е важно човек да бъде добросърдечен, но, че не е нужно човек да бъде вегетарианец. Има ли нещо вярно в това?*

Учителят: - Ако някой е истински добросърдечен, защо тогава той продължава да яде плътта на някое друго същество? Виждайки страданието му, той не би трябвало да може да яде месото му. Яденето на плът не е милосърдно, така че, как може един добър човек да го прави? Веднъж учителят Лин Чи казал: **“Убий тялото му и изяж месото му! В света няма по-жесток, по-злобен, по-брутален и по-лош от такъв човек. Как може той да се осмели да твърди, че има добро сърце?”** Менсий също е казал: **“Ако го виждате живо, вие не можете да понесете да го видите умиращо. Ако чуете стенанията му, не може да понесете да ядете месото му. Така че, истинският джентълмен стои далече от кухнята.”** Човешкият интелект е по-висш от животинския. Затова ние можем да използваме оръжия, за да подчиним животните и да отнемем тяхния живот, вследствие на което те умират с омраза. Човек, който тормози малките и слаби създания, няма право

да се нарича джентълмен. При убиването на животните, тях ги връхлита агония, страх и негодувание, водещи до образуването на токсини, които остават в месото им, за да навредят на тези, които ще го изядат. Освен това, нивото на съзнание на животните е по-ниско от нашето и това ще повлияе на нашето духовно развитие.

Въпрос: - Възможно ли е да бъдем “пригодни вегетарианци” (хора, които не отбягват напълно месото. Те, например, могат да ядат зеленчуците от ястия съдържащи месо и зеленчуци)?

Учителят: - Не. Ако, например, потопим храна в съд с отровна течност и след това я извадим от нея, как мислите: ще стане ли тя отровна или не? В Маха-Пара-Нирвана Сутра, Махакасиапа пита Буда: **“Когато просим и ни дадат зеленчуци премесени с месо, можем ли да ядем тази храна? Как може да изчистим тази храна?”** Буда отговаря: **“Храната трябва да се измие с вода и месото да се отдели от зеленчуците - чак тогава тя може да се яде.”** От този диалог става ясно, че дори зеленчуци премесени с месо не бива да се ядат, освен ако не ги измием първо с вода. Какво да говорим тогава, относно яденето на месо? Виждате, че Буда и последователите му са се придържали към вегетарианската диета. Въпреки това има хора, които се опитват да очернят Буда като казват, че е бил “пригоден вегетарианец” и че когато хората му давали месо, той го ядял. Това е пълна глупост. Тези, които твърдят това, или са чели прекалено малко свещените книги, или просто не могат да ги разберат. Над 90% от населението на Индия са вегетарианци. Когато хората видят просяци облечени в жълто, те знаят, че трябва да им предлагат само вегетарианска

храна, да не говорим, че повечето хора и без това нямат месо.

Въпрос: - *Преди много години чух следното изказване от един Учител: "Буда яде свински крак и след това получи диария и умря." Вярно ли е това?*

Учителят: - Това въобще не е вярно. Буда е умрял, защото е ял един вид гъби, чието название буквално преведено от езика на брамините означава "свински крак". Но това не е истински свински крак. Също както ние наричаме един вид плодове "лонган" (На китайски това буквално означава "драконово око"). Има много видове зеленчуци, които не носят наименования типични за растения, но в действителност те наистина са вегетарианска храна. Например "драконовото око". Така и тази гъба на езика на брамините се нарича "свински крак" или "свинска радост" - и двете имена имат връзка със свине. Този вид гъба е била трудна за намиране в древна Индия и е била считана за голям деликатес. Затова хората я предложили на Буда в знак на преклонение. Тя вирее под земята и за да я намерят, хората трябва да я търсят с помощта на старо прасе, което много обича да яде този вид гъби. Прасетата откриват гъбата по миризмата ѝ, след което, те започват да ровят с краката си в калта, за да я намерят и изядат. Затова я наричат "свински крак" или "свинска радост", като и двете имена се отнасят за една и съща гъба. Поради невнимателния превод и понеже хората не разбрали от къде идва това наименование, следващите поколения са били объркани и са смятали Буда за "див, месояден човек". Това наистина е жалко.

Въпрос: - *Някои почитатели на месната храна казват: "Ние купуваме месо от месаря, така че, животното не е*

убито от нас. Следователно, няма проблеми ако го ядем.” Мислите ли, че това е правилно?

Учителят: - Това е пагубна грешка. Знайте, че месарите убиват животни, защото хората искат да ядат месо. В Ланкаватара Сутра, Буда е казал: **“Ако нямаше никой, който да яде месо, нямаше да има и убийство. Следователно, яденето на месо и убийството на живи същества, са един и същ грях.”** Поради убийството на прекалено много живи същества, ние страдаме от природни бедствия и собственоръчно причинени бедни. Войните също са причинени от прекалено много убиване.

Въпрос: - Някои хора казват, че докато растенията не могат да произвеждат отровни вещества, като уреата или урокиназата, тези, които отглеждат плодове и зеленчуци използват големи количества пестициди, които са вредни за нашето здраве. Това така ли е?

Учителят: - Ако фермерите използват пестициди и други високо токсични химикали като ДДТ, то това може да доведе до рак, безплодие и заболявания на черния дроб. Токсини като ДДТ могат да проникват в мазнината, затова обикновено те се натрупват в животинската мазнина. Яденето на месо означава, че вие поемате тези висококонцентрирани пестициди и други отрови, складиращи в животинската мазнина, които са се натрупвали през цялото съществуване на животното. Тези натрупвания са около 13 пъти повече отколкото в плодовете, зеленчуците или зърнените храни. Ние можем да измием пестицидите, с които са напръскани растенията, но не можем да отделим пестицидите в животинската мазнина. Процесът на натрупване се осъществява, защото тези химикали са кумулативни. По

този начин, консуматорите, които са на края на хранителната верига, понасят най-голямата вреда.

Експерименти в Университета в Айова показват, че почти цялото количество пестициди в човешкия организъм идва от месото. Установено бе, че нивото на пестициди при вегетарианците е по-малко отколкото при хората, консумиращи месо. В действителност, освен пестициди, в месото има и други токсини. При отглеждането на животните голяма част от храната им се състои от химикали, които стимулират растежа им или променят цвета, вкуса или качеството на месото им и го съхраняват. Така например, консервантите, получени от нитрати, са изключително токсични. На 18 юли 1971г. Ню Йорк Таймс съобщи: “Прикритите опасности за здравето на консуматорите на месо са невидимите замърсители в месото, като салмонела, остатъци от пестициди, консерванти, хормони, антибиотици и други химикали.” Освен всичко това, животните биват инжектирани с ваксини, които остават в организма им. В този аспект, протеинът в плодовете, орехите, бобовите и житните растения и млякото, е по-чист от протеина в месото, който притежава 56% неразтворими във вода замърсители. Едно изследване показва, че тези, произведени от хората вещества, могат да доведат до рак и други заболявания и дори до увреждане на зародиша. Така че, най-вече за бременни жени е подходящо да се хранят с вегетарианска храна, за да се осигури физическо и духовно здраве на плода. Пиенето на големи количества мляко ще ви достави необходимия калций, от бобовите растения ще получите протеин, а от плодовете и зеленчуците - витамини и минерали.

Когато Любовта на Учителя докосна душата ми
Аз се преродих.

Но не питайте за причината:

Защото причината не е логика на Любовта!

Аз съм говорителя

На цялото творение.

Изразявайки на глас

Мъките и болките им

От живот на живот във вечно въртящото
се колело на смъртта.

Моля те Състрадателни Учителю

Побързай! Сложи край на това.

Твоята Благословия пада върху всеки и всичко.

Върху добрия и лошия, красивия и грозния,

Върху този, който я заслужава и този,

който не я заслужава,

Върху всички и всеки еднакво!

О, Учителю, никога не бих могла да те възхваля достатъчно.

Твоята Обич аз пазя в гърдите си,

И спя с нея всяка нощ.

из “Тихи сълзи”

от The Supreme Master Ching Hai

Издания

Т олям брой книги на английски език, в това число: три тома с лекции на Учителя Ching Hai, един том с въпроси и отговори на Учителя, тринадесет фотоалбума и една книга с поезия, са на разположение в главния офис във Формоза както и във всички центрове на Международната Асоциация по света. Освен това, притежаваме богата сбирка от аудио и видео записи на лекциите на Учителя, нейни фотографии във всякакви размери, а и също издаваме собствено списание на английски, китайски, тайландски, испански, френски, корейски, португалски, индонезийски и езика на Аулак.

Тази въведителна книжка се предлага безплатно на много езици.

Всички публикации се предлагат срещу стойността им, която е различна в зависимост от мястото на доставка. Ако искате да купите някое от нашите издания, моля, свържете се с местния ни център или представител. Ако няма такъв в околността, вие можете да поръчате директно от главния ни офис във Формоза. Подробни каталози има на разположение по желание.

Книги

Ключът към Незабавното Просветление

сборник от лекции на Учителя

английски (книги 1-5); корейски (книги 1-3); испански и немски (книга 1-2); тайландски (книги 1-7); езика на Аулак и китайски (книги 1-8); френски, португалски, полски, индонезийски и японски (книга 1)

Ключът към Незабавното Просветление: Въпроси и Отговори

сборник с въпроси и отговори от лекции на Учителя

английски, български, френски, корейски, немски, португалски (книга 1); китайски (книги 1-2); езика на Аулак (книги 1-4)

Ключът към Незабавното Просветление: кореспонденция между Учителя и възпитаници

сборник писма

издадени на езика Аулак и испански (книга 1); китайски (книга 1-2)

Ключът към Незабавното Просветление: Моите чудесни преживявания с Учителя

впечатления на възпитаници

езика на Аулак и китайски (книги 1-2)

Ключът към Незабавното Просветление: Специално издание (7-дневно уединение)

сборник лекции на Учителя от 1992 г., 7-дневно уединение в Сан Ди Мен, Формоза, издаден на английски език

Тихи сълзи

книга с поеми написани от Учителя английски, немски и френски в едно издание; китайски, английски и езика на Аулак в едно издание; испанско издание; португалско издание; филипинско издание

То Во Ту

сборник с поеми на Учителя, написани на езика на Аулак

Албум с произведения на изкуството

сборник със снимки на различни произведения на изкуството, създадени от Учителя: дворцови ветрила, “дълголетни” фенери и абажури, картини, глинени произведения...

Аз дойдох, за да ви заведа у Дома

сборник със цитати и духовни лекции от Учителя издаден на английски, български, френски, корейски, немски, португалски, китайски, езика на Аулак, турски .

Афоризми

сборник със цитати от Учителя английски и китайски в едно издание; немски и френски в едно издание; испанско издание

Аудио и видеокасети

Почти всички лекции и интервюта на Учителя, а също така и разговорите с поветени, са записани на аудио или видео касети. Някои от записите на английски език са изброени по-долу:

Но.	Тема
E1	Тао, Звукът, Словото
E2	Нека мирът започне от нас
E3	Най-добрият път към Царството на Бог
E4	Пригответе се сега за края на нашето пътуване
E5	Намерете подходящ Учител за вашето Просветление
E6	Раят е създаден от вътрешната ни сила
E7	Дефиницията на Чистата Земя
E8	Да бъдем Учител е наша естествена наклонност
E9	Любовта е могъща
E10	The Supreme Master Ching Hai разговаря с последователите на Хари Кришна
E11	Начинът да постигнем царството на Бог е чрез Просветление
E12	Любовта означава да споделяш същата гледна точка
E13	Каква е причината за войните и мира
E14	Напредвайки към осъзнаване на Бог
E15	Стойността на морала
E16	Всичко е създадено от човешкото въображение
E17	Да бъдеш едно с Бог
E18	Създайте постоянен Рай за нас и за поколенията ни
E19	Да правим, без да правим
E20	Водещи света към нова ера
E21	Влиянието на положителната и отрицателната енергия
E22	Апел за бежанците от Аулак, копнеещи за дом
E23	Тайната на Отвъдния свят
E24	Как да водим обикновен и щастлив живот
E25	Злото започва от устата

- E26 Отдаването на Божията воля е свобода
 E27 Върховният метод, водещ до освобождение
 E28 Как страданието може да ни доведе до щастие
 E29 Ние сме Върховния Учител
 E30 Най-висшето ниво на приятелството
 E31 Бъдете практични и духовни
 E33 Трябва да открием своето истинско Аз
 E34 Просветлението е ключовият отговор на всичко
 E35 Да убеждаваш хората, използвайки чудотворна сила, означава да пречиш на естествения развой на събитията
- E36 Нека Бог върши делата си чрез нас
 E37 Отвъд интелекта
 E38 Преоткрийте Върховната Сила вътре във вас
 E39 Учението за Небесната Мелодия
 E40 Без принадлежности означава без страх
 E41 Духовното Учителство означава Всеотдайна Любов
 E42 Любовта е единствената религия
 E43 Грешката е майка на съвършенството
 E44 Бъдете Учител на себе си
 E45 Щастливият живот е най-добрият подарък към Учителя
- E46 Разчитайте на себе си
 E47 Мислите ни привличат сходни на тях неща
 E48 Източникът на всички религии е един и същ
- ES1 Да открием вътрешната си сила
 ES2 Как Учителят събира карма от учениците си
 ES3 Общуването с Бог, което всеки от нас може да постигне
- F1 Осъзнайте истината чрез вътрешна мъдрост
 F2 Свържете се отново с всемогъщата сила, за да станете едно цяло
- G1 Възвърнете си езика на Бог
 G2 Ние трябва да донесем Рая в нашия ежедневен живот

Легенда:

E=Английски, ES=Английски и испански, F=Английски и френски, G=Английски и немски

Касети и компакт дискове с музика

- 1. Будистко пеене** (1), (2), (3)
- 2. Свещено пеене:** Алилуя
- 3. Музика и Песни от Аулак:**
Мандолина и Китайска цитра (Гу-Ценг)
- 4. Стихове рецитирани от Учителя:**
написани на езика на Аулак
- 5. Сбирка на музика, композирана от Учителя** (1)-(9):
Цимбал, Арфа, Пиано, Китайска цитра, Електронно Пиано и др.
- 6. Песни композирани от Учителя:**
Видеокасета с духовни песни на Учителя, изпълнявани от Нея

Фотоалбуми

сборник със снимки от живота на Учителя
Том 1-13: с означения на английски и китайски език

Как да се свържете с нас

Учениците и последователите на Учителя Ching Hai са основали множество центрове и асоциации по целия свят. Главният офис и издателски център е във Формоза:

***The Supreme Master Ching Hai
International Association in China***
*P.O. Box 9, Hsihu, Miaoli Hsien,
Formosa (Taiwan), Republic of China*

За България:

***Международна асоциация
„СУПРИМ МАСТЪР ЧИНГ ХАЙ - България“***

София
Руслан Стайков
тел./факс: (+359 2) 857-53-58
GSM: 0885 255 406
e-mail: quanyinsofia@gmail.com

Пловдив
Миглена Божикова
тел.: (+359 32) 940 726
e-mail: chinghai plovdiv@mail.bg

Нашите сподвижници са хора, посветени в метода Куан Ин, които доброволно помагат на тези, които искат да получат посвещение или да научат нещо повече за учението на Учителя Ching Hai. Те могат да отговорят на въпросите ви и да ви помогнат при избора на най-подходящите за вас аудио и видео касети или издания. Освен това, вие можете да се осведомите от тях относно бъдещи лекции на Учителя Ching Hai и други дейности.

Ежемесечни издания, информация и новини търсете чрез Интернет на адрес:

[http //www.godsdirectcontact.org](http://www.godsdirectcontact.org)
[http //www.godsdirectcontact.com](http://www.godsdirectcontact.com)
[http //www.godsdirectcontact.net](http://www.godsdirectcontact.net)