

# Sisukord

<b>Sissejuhatus</b> .....	<b>4</b>
<b>Lühikokkuvõte Kõrgeima Meistri Ching Hai eluloost</b> .....	<b>9</b>
<b>Teisepoolse maailma salapära</b> .....	<b>12</b>
Kõrgeima Meistri Ching Hai loeng	
26. juunil 1992, ÜRO saalis, New Yorgis	
<b>Initsiatsioon: Quan Yin Meetod</b> .....	<b>61</b>
<b>Viis Juhist</b> .....	<b>64</b>
<b>Taimetoitluse kasulikkus</b> .....	<b>66</b>
Tervis ja toitumine .....	<b>67</b>
Ökoloogia ja keskkond .....	<b>72</b>
Maailma näljahäda .....	<b>74</b>
Loomade kannatused .....	<b>74</b>
Pühakud ja teised tuntud taimetoitlased .....	<b>75</b>
Meister vastab küsimustele .....	<b>78</b>
<b>Taimetoitus:</b>	
Parim lahendus ülemaailmsele veekriisile .....	<b>91</b>
<b>Väljaanded</b> .....	<b>94</b>
<b>Head uudised taimetoitlastele</b> .....	<b>102</b>
<b>Kuidas meiega ühendust võtta</b> .....	<b>106</b>

### **Väike märkus**

\* Rääkides Jumalast või Ülimast Hingest õpetab Meister meid kasutama soota nimesid vältimaks vaidlusi teemal, kas Jumal on nais- või meessoost.

\* Olles nii kunstnik kui ka vaimne õpetaja armastab Kõrgeim Meister Ching Hai kõiki sisemise ilu väljendusi. See ongi põhjuseks, miks ta kutsub Vietnami “Au Laciks” ja Taivani “Formoosaks”. Au Lac on iidne Vietnami nimi, mis tähendab “õnne”. Nimetus Formoosa väljendab täiuslikumalt selle saare ja selle inimeste ilu. Meister tunneb, et nende nimede kasutamine toob sellele saarele ja ka selle elanikele vaimset ülendamist ja õnne.

*“Ma ei kuulu budismi ega katolismi. Päriten Tõest ja kuulutan Tõde. Seda võib nimetada budismiks või katolismiks, taoismiks või milleks soovite. Ma tervitan neid kõiki.”*

*~Kõrgeim Meister Ching Hai~*

*“Saavutades sisemise rahu saavutame ka kõik muu. Jumala Kuningriigist pärineb täielik rahulolu, nii maiste kui ka taevaste soovide täitumine – meie igavese harmoonia, meie igavese tarkuse ja kõikvõimsa jõu mõistmine. Ilma nendeta ei paku meile mitte miskit mitte kunagi piisavalt rahuldust, pole tähtsust kui palju meil on raha, jõudu või kui kõrge on meie positsioon.”*

*~Kõrgeim Meister Ching Hai~*

*“Meie õpetus on selline – mida iganes sa pead selles maailmas tegema, tee seda kogu südamest. Ole vastustundlik ning mediteeri iga päev. Sa saad rohkem teadmisi, rohkem tarkust, rohkem rahu, et teenida iseennast ja maailma. Ära unusta oma headust. Ära unusta, et Jumal asub su kehas. Ära unusta, et Jumal on su südames.”*

*~Kõrgeim Meister Ching Hai~*

## Sissejuhatus

**L**äbi ajastute on inimkonda külastanud erakordsed isikud, kelle ainsaks eesmärgiks on olnud inimkonna vaimse teadlikkuse tõstmine. Jeesus Kristus oli üks neist, nagu ka Šākjamuni Buddha ja Muhamed. Need kolm on meile hästi teada, aga on veel palju teisi, kelle nimesid me ei tea; mõned õpetasid avalikult ja olid tuntud, samas kui mõned jäid tundmatuks. Neid nimetati eri aegadel eri maades eri nimedega. Nendele viidatakse kui: Meister, Avataara, Valgustunu, Lunastaja, Messias, Jumalaema, Sõnumitooja, Guru, Elav Pühak jne. Nad tulid, et pakkuda meile seda, mida nimetatakse: valgustumiseks, pääsemiseks, enesetunnetuseks, vabanemiseks või ärkamiseks. Kuigi kasutatud sõnad võivad olla erinevad, siis oma olemuselt tähistavad need kõik sama asja.

Külalised samast Jumalikust Allikast, samasuguse vaimse hiilguse, moraalse puhtuse ja jõuga nagu Pühad Õpetajad minevikust, on ka täna siin meiega, kuid vaid vähesed teavad nende kohalolust. Üks neist on ka Kõrgeim Meister Ching Hai.

Meister Ching Hai näib olevat ebatõenäoline kandidaat olemaks laialdaselt tuntud kui elav pühak. Kuna ta on naissoost, siis paljudel budistidel ning teistelgi inimestel

on raske teda tõsiselt võtta, sest nad usuvad müüti vastavalt millelele pole naisel võimalik saada Buddhaks. Ta pärineb Aasiast, kuid paljud Lääne inimesed arvavad, et nende Lunastaja peab välja nägema nagu nemad ise. Siiski, paljud meist, kes me oleme saanud teda tundma ja järgime ta õpetust, teame kes ja mis ta on. Sinule, kes sa puutud Meistriga kokku alles nüüd, soovime meelte avatust ja siirast südant. Samuti kulub sul selleks aega ja tähelepanu, kuid ei midagi muud.

Inimesed kulutavad enamuse oma ajast elatise teenimisele ning maiste vajaduste rahuldamisele. Me töötame, et teha enda ja meile lähedaste inimeste elu nii mugavaks kui võimalik. Vastavalt võimalustele pöörame tähelepanu kas poliitikale, spordile, vaatame televiisorit või jälgime viimati puhkenud skandaali kulgu. Need, kes meist on aga kogenud vahetut sisemist kontakti Jumalikuga, selle armastavat jõudu, teavad, et elus on veel palju muud. On kahju, et see Hea Uudis pole laialt levinud. Lahendus kõigile elu probleemidele istub vaikselt oma aega oodates meie sees. Me teame, et Taevas on vaid hingetõmbe kaugusel. Andke andeks, kui oleme liiga entusiastlikud ja ütleme asju, mis võivad solvata te ratsionaalset meelt. Kuid meil on raske vaikida nähes seda, mida oleme näinud ning teades seda, mida teame.

Meie, kes me peame ennast Kõrgeima Meistri Ching Hai jüngriteks, pakume selle sissejuhatava raamatu sulle lootuses, et see aitab sind tuua lähemale Jumaliku täius-

likkuse adumisele, olgu see siis läbi meie Meistri või kellegi teise.

Meister Ching Hai õpetab meditatsiooni, mõtlustamise ja palvetamise tähtsust. Ta ütleb, et kui tahame olla selles elus tõeliselt õnnelikud, siis peame avastama iseenda Jumalikkuse. Ta ütleb, et valgustumises pole midagi esoteerilist ega kättesaamatut, mis oleks võimalik vaid neile, kes tõmbuvad ühiskonnast eemale. Tema tööks on äratada see Jumalikkus meis nüüd, ajal mil elame tavalist elu. Ta ütleb: **“See on niimoodi. Me kõik teame Tõde. Asi on vaid selles, et oleme selle unustanud. Seega, vahel peab keegi tulema ja meile meie elu eesmärki meelde tuletama- seda, miks peame Tõde teadma, miks peame mediteerima ja miks peame Jumalasse või Budhhasse või ükskõik kellesse, keda usume olevat Universumi Kõrgeima Jõu esindaja olevat, uskuma.”** Ta palub mitte kellegil endale järgneda. Ta pakub vaid omaenda valgustumist kui näidet, et teised võiksid saavutada oma ülima vabanemise.

See brošüür on Kõrgeima Meistri Ching Hai õpetuste tutvustus. Me palume tähele panna, et siin leiduvad Meister Ching Hai loengud, kommentaarid ja tsitaadid on lindistatud, üleskirjutatud ja vahel ka teistest keeltest tõlgitud ning seejärel avaldamiseks toimetatud. Me soovitame, et kuulaksid või vaataksid originaal audio- ja videokassette. Nii saad Meistri õpetustest palju rikkalikuma ettekujutuse. Kõige täiuslikumaks kogemuseks on aga loomulikult vahetult Meistri enda nägemine.

Mõnele on Meister Ching Hai ema, mõnele isa ja mõnele armastatu. Vähemalt ta on kõige parem sõber, kes sul kunagi selles maailmas võiks olla. Ta on siin selleks, et anda, mitte võtta. Ta ei võta oma õpetuste eest vastu mingisugustki tasu. Ainus, mille ta sinult võtab, on su kannatused, mured ja valu. Aga vaid juhul, kui sa peaksid seda tahtma!

*“Meister on see, kellel on võti sinu jaoks, et sinust saaks Meister... et aidata sul mõista, et ka sina oled Meister ja et sina ja Jumal olete Üks. See on kõik...see on ainus Meistri roll.”*

*~ Kõrgeim Meister Ching Hai ~*

*“Meie tee ei ole usk. Ma ei pööra kedagi katolismi, budismi ega ühtegi teise “-ismi.” Ma lihtsalt pakun teile võimaluse tundma õppida iseennast; et saaksite teada, kust te pärit olete; et tuletaksite meelde oma ülesande sellel Maal; et saaksite avastada universumi saladusi; et mõistaksite, miks meie ümber on nii palju kannatusi ja näeksite, mis ootab meid ees peale surma.”*

*~ Kõrgeim Meister Ching Hai ~*

*“Me oleme Jumalast eraldatud, sest meil on nii kiire. Kui keegi räägib sinuga ja telefon muudkui heliseb, aga sa oled hõivatud söögitegemise või teiste inimestega lobisemisega, siis nii ei saa keegi sinuga ühendust. Sama käib ka Jumala kohta. Ta helistab iga päev, aga meil pole tema jaoks aega, me ei võta toru.”*

*~ Kõrgeim Meister Ching Hai ~*



## Lühiülevaade Kõrgeima Meistri Ching Hai eluloost

**M**eister Ching Hai pärineb heal järjel olevast Au Laci perekonnast, ta isa oli kõrgelt tunnustatud loodusravija. Vanemad kasvatasid teda vastavalt katoliiklikele põhimõtetele ning tänu oma vanaemale tutvus ta ka budismi põhitõdedega. Juba varajases nooruses näitas ta üles varaküpset huvi filosoofiliste ja religioossete õpetuste vastu. Talle oli omane ka ebatavaliselt kaastundlik suhtumine kõigi elusolendite vastu.

Kaheksateistkümne aastaselt kolis Meister Ching Hai Inglismaale õppima, ta jätkas õpinguid veel Prantsusmaal ning Saksamaal, kus ta töötas ka Punase Risti heaks ning abiellus saksa teadlasega. Pärast kahte aastat kestnud õnnelikku kooselu jättis ta oma abikaasa nõusolekul abielu, püüdlusega saavutada valgustatust. Nii täitis ta soovi, mida oli endas alates lapsepõlvest kandnud. Erinevate õpetajate juhendamisel, keda tal õnnestus kohata, õppis ta erinevaid meditatsioonitehnikaid ning vaimseid distsipliine. Jõudes arusaamisele, kui jõuetu üks inimene on inimkonna kannatuste leevendamisel, mõistis ta, et parim viis, kuidas teisi aidata on jõuda täieliku mõistmiseni Iseendast. See oli ta ainsaks sihiks kui ta reisis läbi paljude maade, otsides täiuslikku meetodit valgustumise saavutamiseks.

Läbi mitmeid aastaid kestnud teste ja katsumusi leidis Meister Ching Hai viimaks Quan Yin Meetodi ja sai Jumaliku Ülekande Himaalajas. Peale innukat harjutamist saavutas ta Himaalajas veedetud retriidi ajal täieliku valgustumise.

Valgustumisele järgnenud aastatel elas Meister Ching Hai vaikset ning tagasihoidlikku budistliku nunna elu. Olles loomult häbelik hoidis ta Aaret endas peidus senikaua, kuni inimesed palusid ta käest õpetust ja initsiatsiooni. See on tänu ta esimeste Formoosa ja USA jüngrite tungivale soovile ja pingutusele, et Meister Ching Hai on pidanud loenguid üle maakera ja andnud initsiatsiooni kümnetele tuhandetele siirastele vaimsuse poole pürgijatele.

Tänaseks on järjest enam tõetsijaid eri maadest ja kõigist uskudest palunud Meistrilt saada osa ta ülimest tarkusest. Neile, kes siiralt soovivad õppida ja harjutada Vahetu Valgustumise meetodit, mida ta ise kinnitab olevat ülimald- Quan Yin Meetodit, on Meister Ching Hai nõus andma initsiatsiooni ning edasised vaimsed juhised.

*Muresid on täis maailm  
vaid mina olen tulvil Sind!  
Kui Sind asetada keset maailma,  
siis mured kõik kaoksid.  
Kuid kuna muresid täis on maailm,  
siis kohta Sinule ei leia!*

*Müüksin kõik päikesed, kuud ja tähed  
universumis,  
et osta vaid ühte Su kaunitest pilkudest.  
Oo Lõpmatu Kiirguse Meister!  
Ole armuline ja heida mõni kiir mu igatsevale südamele.*

*Maised inimesed lähevad õhtul välja laulma ja tantsima,  
keset maist valgust ja maist muusikat.  
Vaid mina üksi istun õndsalt,  
tulvil sisemist kiirgust ja muusikat.*

*Alates hetkest, mil sain tundma Su Hiilgust, Oo Jumal,  
ei suuda ma armastada enam miskit siin maailmas.  
Emba mind oma Armastava Hiilgusega,  
Igavesti!*

*Aamen*

*Kõrgeima Meistri Ching Hai luulekogust  
"Vaikivad pisarad"*



## Teispoolse maailma salapära

Kõrgeima Meistri Ching Hai loeng

26. juuni 1992

Ühendatud Rahvaste Organisatsiooni saal, New York

**T**ere tulemast Ühendatud Rahvaste Organisatsiooni saali. Palvetagem hetke koos, igaüks omas usus - oleme tänulikud kõige eest, mis meil on ja mida meile on antud. Me soovime ja loodame, et neile, kel pole piisavalt, antaks, nagu on antud meile, ja et põgenikud, sõjaohvrid ja sõdurid, valitsuste ning loomulikult Ühendatud Rahvaste Organisatsiooni juhid kogu maailmas oleksid võimelised saavutama seda, mida nad tahavad, ja et me kõik elaksime koos rahu.

Usume, et saame, mida küsime, sest nii on öeldud Piiblis.  
Täna teid!

Te teate, et tänase loengu teemaks on “Teispoolne maailm.” Ma ei tahaks rääkida siinsest maailmast, sest see on teile niigi tuttav, kuid peale seda maailma on veel palju muudki. Arvan, et kõiki, kes te siia kogunenud olete, huvitab just see “palju muudki.” See pole päris nii nagu

üks mu jüngreid just ütles imede ja millegi fantastilise kohta, mida ei saaks uskuda. Vastupidi, see on midagi väga teaduslikku, väga loogilist ja väga olulist.

Kõik me oleme kuulnud, et erinevate religioonide piiblites või käsikirjades on mainitud, et on olemas seitse taevast, et on olemas erinevaid teadvuse tasemeid, on räägitud sisemisest Jumala Kuningriigist, Buddha-loomusest jne. On öeldud, et teispoolses maailmas on kõik see olemas, kuid vaid vähestel on juurdepääs sellele, mida neis tekstides on lubatud. Ma ei ütleks, et mitte kellelgi, kuid vaid vähestel. Võrreldes maakera rahvastiku arvuga on inimesi, kellel on sisemine ühendus Jumala Kuningriigi ehk siis "teispoolse maailmaga" väga vähe.

Teil, kes te elate Ameerikas on tõenäoliselt palju võimalusi lugeda erinevaid raamatuid, mis kõik jutustavad asjadest teispoolses maailmas. Ja mõned ameeriklaste ning jaapanlaste poolt tehtud filmid pole kaugeltki väljamõeldised. Tõenäoliselt need inimesed on kas lugenud mõnda raamatut, mille autorid on kogunud või on nad ise põgusalt Jumala Kuningriiki kogunud.

Niisiis, milline on Jumala Kuningriik? Milleks vaevata end Jumala Kuningriiga, kui meil on küllalt tegemist juba selleski maailmas? Meil on töö, turvaline kodu ja piisavalt armastusväärseid lähedasi suhteid jne. Täpselt, just nimelt sellepärast, et see kõik on meil juba olemas, peaks meid huvitama ka Jumala Kuningriik.

See kõlab ehk liiga religioosselt kui ütleme “Jumala Kuningriik.” Tegelikult on tegemist vaid teadvuse kõrgema tasemega. Muistsetel aegadel nimetasid inimesed seda Taevaks. Teaduslikus keeles võiksime öelda, et tegu on erineva - kõrgema teadmise tasemega, kõrgema tarkuse tasemega. Ja me peaksime teadma, et meil on võimalik sellele juurde pääseda.

Kas olete kuulnud viimase aja leiutisest Ameerikas, masinast, mis võib viia teid samadhisse? Olete seda proovinud? Ei ole? Seda müüakse Ameerikas. Nelisada või seitsesada dollarit, sõltuvalt sellest, millist taset soovite. Öeldakse, et see on mugavatele inimestele. See pidavat olema neile, kes ei taha mediteerida vaid tahavad kohe samadhit. Kui te pole sellest veel midagi kuulnud, siis võin sellest lühidalt rääkida. Tänu sellele masinale olevat võimalik saavutada vaimne tasakaal, meelerahu ja kõrge IQ. See peaks andma teile palju teadmisi, tarkust, mis omakorda annab suurepärase enesetunde jne. See masin mängib muusikat, mille kuulamiseks on vaja kõrvaklappe ja kasutatakse elektrit, mis tekitavad meeli stimuleerivaid laineid. Võite näha sähvatusi, kuid loomulikult on selleks vaja silmad eelnevalt kinni katta. Kõrvaklapid ja silmaside, ongi kõik mida teil samadhi saavutamiseks vaja läheb. See kõik on väga hea, pealegi vaid nelisada dollarit. Hästi odav! Meie samadhi on aga veelgi odavam – see ei maksa midagi ja on igaveseks. Seda pole vaja laadida ei patareide ega elektriga ja kui masin peaks rikki minema, siis pole vajadust seda parandada.

Nii et juba kunstlik valgus ja muusika võivad muuta inimesed rahulikuks ja targaks - nii need vähemalt peaksid mõjuma. Lugesin lehest, et see peaks nii töötama, ma ise pole seda proovinud. Kui juba sellised kunstlikud asjad suudavad anda meile meelerahu ning tõsta meie IQd, kas suudate siis ette kujutada kui palju “õige” asi aitaks? Õige asi on küll teisel pool siinset maailma, ent kättesaadav kõigile, kes soovivad sellega ühendust saada. Selleks on sisemine taevalik Muusika ja sisemine taevalik Heli. Sõltuvalt muusika võimsusest, sisemise Valguse või sisemise Muusika intensiivsusest, saame tõugata ennast teispoolsusesse, minnes arusaamade sügavamale tasemele.

Ma arvan, et see on nagu füüsika seadus. Kui saata rakett maa külgetõmbejõust väljapoole, siis tuleb seda väga tugeva jõuga tõugata ning edasi lennates kiirgab see valgust. Seega ma arvan, et ka meie saame kiirata Valgust ja kuulda Heli kui läheme kiiresti teispoolsusesse.

Heli on eriline vibratsioonijõud, mis tõukab meid kõrgematele tasemetele. Ja see toimub vaikselt, maksuvabalt ning ei tekita liigseid probleeme ega mingeid ebamugavusi selle kõige “kogejale.” See ongi mooduseks, kuidas minna teisele poole.

Ja mida on teispoolses maailmas paremat kui siin? Seal on kõike, mida suudame ja ei suuda endile ette kujutada. Me saame teada, kui kogeme seda korra ise. Mitte keegi teine ei saa seda meile kirjeldada. Peame ise olema kannatlikud

ning üdini siirad, sest mitte keegi teine ei saaks seda meie eest kogeda. Samamoodi nagu ka keegi teine ei saaks töötada Ühinenud Rahvaste Organisatsioonis nii, et teile selle eest hiljem palka makstaks. Või nagu keegi teine ei saaks meie eest süüa nii, et meie kõht hiljem täis oleks. Seega, õige tee on ise kogeda. Me võime kuulata kedagi, kes on juba kogenud, kuid sellest poleks palju kasu, sest me ikkagi ei mõistaks. Võime kogeda korra, mõned korrad või isegi mõned päevad tänu Jumalat kogenud inimese väele. Sel puhul näeme Valgust ja kuuleme Heli ning see toimub täiesti loomulikult, ilma vähimagi pingutusega, kuid enamasti see ei kesta eriti kaua. Me peame kogema seda läbi iseenda.

Teispool siinset maailma on palju teisi maailmu. Näitena võiks nimetada lääne terminoloogias niinimetatud “Astraalmaailmana” tuntud üle saja erineva tasemega maailma, mis asub meie maailmast natuke kõrgemal. Vastavalt meie arusaamise tasemele on selle iga tase omaette maailm. Sarnaselt nagu keegi alustab õpinguid ülikoolis ning jätkab igal aastal uue kursusega, liikudes edasi kuni lõpetamiseni.

Astraalmaailmas kogeme mitmeid niinimetatud imesid ja tõenäoliselt oleme ka ise nendest imedest väga ahvatletud. Ja tõenäoliselt juhtuvad ka meiega imed. Võime ravitseda haigeid ja vahel näha asju, mida teised inimesed ei näe. Me omame vähemalt kuut erinevat imejõudu. Võime näha üle tavaolukordadest, samuti võime kuulda üle ruumi piiride. Vahemaadel pole meie jaoks enam mingit tähtsust.



Me kogeme seda kõike läbi taevalike kõrvade ja taevalike silmade - nii nagu me neid nimetame. Me võime läbi näha inimeste mõtteid, näiteks seda, mida keegi hetkel teha kavatseb jne. Need on vaid mõned näited jõust, mille omandame, kui oleme saavutanud ligipääsu Jumala Kuningriigi Esimesele tasemele. Esimene tase hõlmab endas omakorda mitmeid erinevaid tasemeid, mille kirjeldamiseks jääb sõnadest väheks.

Kui pääsime sinna, siis näiteks peale initsiatsiooni, kui mediteerime ja kui meie tase vastab Esimesele, siis oleme palju võimekamad. Siis areneb välja isegi meie kirjanduslik anne, mille olemasolust meil varem aimugi polnud. Samuti me teame paljusid asju, mida teised meie ümber ei tea. Paljud asjad jõuavad meieni kui kingitused Taevast, mõnikord rahaliselt, mõnikord tööalaselt või mõnel muul moel. Ning me oleme võimelised luuletama või suurepäraselt joonistama - me oleme võimelised tegema nii palju asju, milleks me polnud varem suutelised. Me ei osanud ette kujutadaagi, mida kõike suudame teha. See on siis Esimene tase. Me võime luuletada ja kirjutada kaunis stiilis raamatuid. Näiteks ennem võisime olla küllaltki andetu kirjanik, siis nüüd aga oskame kirjutada sujuvalt ja vabalt. Need kasud, mis saavad meile osaks teadvuse Esimesel tasemel on väga materiaalsed.

Tegelikult pole need Jumala kingitused. Need pärinevad meis endis peituvast Taevast ning vaid seepärast, et oleme need üles äratanud, saavad nad elusaks ning me võime neid kasutada. Niisiis, see oli jutt Esimese taseme kohta.

Minnes edasi kõrgemale tasemele näeme veel palju muudki ning oleme veel paljukski suutelised. Muidugi ei jõua ma aja nappuse tõttu teile kõigest rääkida. Samamoodi pole ju mingit mõtet kuulata ilusaid jutte kookidest ja küpsistest, kui pole võimalust neid proovida. Seepärast püüan vaid tekitada teie pisut “isu” ja kui teil peaks tekkima tahtmine neid proovida, siis see on juba teine jutt. Kui peaksite olema huvitatud, siis võime hiljem pakkuda ka päris toitu.

Läheme nüüd sellest tasemest natuke edasi, Teisele tasemele, mida me lihtsuse mõttes nimetame “Teiseks”. Võrreldes esimesega on meil Teisel tasemel palju rohkem võimalusi, kaasaarvatud imesid. Kõige märkimisväärsemaks saavutuseks, mille Teisel tasemel võime saada on kõneosavus ning oskus väidelda. Mitte keegi ei näi suutvat vastu hakata inimesele, kes on saavutanud Teise taseme, sest tal on fantastiline võime väidelda ja ta mõistus on oma võimete tipus.

Enamus tavamõistusega või väga lihtsa mõtlemisega inimesi pole temaga enam võrdsed, sest ta mõtlemisvõime on avanenud väga kõrgele tasemele. Edasi arenenud pole mitte ainult ta füüsiline aju vaid see on tänu müstilisele Väele, taevalikule Väele, mis on meis kõigis olemas. Nüüd see hakkab avanema. Indias kutsuvad inimesed seda taset “buddhiks”, see tähendab intellektuaalset taset. Saavutades “buddhi,” saab sinust Buddha. Siit pärinebki sõna Buddha ja see tähistab intellektuaalset taset.

“Buddhi” ja “buddha.” Buddha tähendabki just seda. Kuid see pole veel kõik. Ma ei tahtnud teile tutvustada ainult Buddhat, on veel palju enamat.

Niisiis, enamus inimesi nimetavad valgustunud inimest Buddhaks. Kui selle inimese teadmised piirduksid vaid Teise tasemega, siis tõenäoliselt oleks ta enda üle väga uhke. Ta arvaks, et ta on elav Buddha ja kõik ta jüngrid oleksid samuti väga õnnelikud, nimetades teda Buddhaks. Tegelikult aga, kui ta saavutab vaid Teise taseme, kus tal on võime näha ükskõik kelle minevikku, olevikku ja tulevikku ja kus ta omab täiuslikku kõneosavust, siis see pole veel kaugeltki Jumala Kuningriigi lagi.

Mitte keegi ei tohiks uhke olla võime üle lugeda minevikku, olevikku ja tulevikku, sest tegemist on vaid “akaashi kroonikaga”, nagu seda lääne terminoloogias tuntakse. Kõik, kes te tegelete joogaga või praktiseerite mõnda meditatsioonitehnikat teate, mis see on. See sarnaneb Ühendatud Rahvaste Organisatsioonis leiduvale raamatukogule, kus on palju võõrkeelseid raamatuid. Seal võite lugeda araabia, vene, hiina, inglise, prantsuse, saksa jne. keelseid raamatuid. Kui teil on võime lugeda kõigis neis keeltes, siis teate ühtlasi, mis nendes maades toimub. Mõistate? Samamoodi mõistab ka inimene, kes saavutab Teise taseme kõike palju laiemalt. Ta suudab tõlgendada teise inimese sisemust väga selgelt, just nagu oleks tegemist ta enda eluteega.

Teadvuse Teisel tasemel võib aga veel palju enamatki saavutada. Kui keegi on saavutanud Teise taseme, siis see on juba fantastiline. See inimene on juba elav buddha, sest tema buddhi, intellekt on avanenud. Siis teame palju asju, paljut, millest ei saa isegi rääkida. Ja kuna meie intellekt on avanenud, siis juhtuvad meiega, tahame me seda või mitte, kõiksugu imed. Ja me teame, kuidas saada ühendust kõrgema allikaga ning me võime ümber korraldada oma elu, et see oleks ladusam ja parem. Kuna intellekt ehk “buddhi” on avanenud, siis meil on ligipääs kogu vajalikule informatsioonile minevikust või tulevikust ja seega võimalus parandada minevikus tehtud vead. Mõistate? Parandame vea ja muudame oma elu paremaks.

Näiteks kui me ennem ei teadnud, et oleme mõne tahtmatu teoga solvanud naabreid, siis nüüd teame. Väga lihtne! Me ei teadnud ja naabrid olid meie vastu ja püüdsid teha midagi meie seljataga ja meie kahjuks. “Süü” oli võibolla arusaamatus või ehk olimegi midagi valesti teinud. Kuid nüüd me teame, miks see nii juhtus. Seega, see on väga lihtne. Võime minna naabri juurde, talle helistada või korraldada peo ning tema ka sinna kutsuda. Ja nõnda saamegi selgitada arusaamatuse.

Samamoodi kui pääseme intellektuaalsele tasemele mõistame automaatselt, tahan öelda, et vaikselt, kõike ning lahendame sellised probleemid rahulikult ära. Või võtame ühendust jõuallikaga, et saada olukordade lahendamisel abi ja parandada meie elukäiku ja suunda. Nii muudame paljude õnnetuste ja soovimatute või ebasoodsate olu-

kordade kujunemise minimaalseks. Ja, jah! Igatahes kui pääseme Teisele tasemele, siis see on juba võrratu.

See, mida olen teile selgitada püüdnud on väga teaduslik ja väga loogiline. See on vaeleusaam, et jooga või meditatsiooniga tegelev inimene on keegi salapärane tegelane või tulnukas. Tulnukad on nagu meiegi, kuid nad on arenenumad, sest nad teavad kuidas.

Ameerikas me ütleme, et kõik sõltub teadmistest. Seega, me võime kõike õppida. On ju nii? See kõik on kui väljaspool siinset maailma olev teadus, mida ka meie võime õppida. See kõlab ehk pisut kummaliselt, aga kõrgematel tasemetel on asjad palju lihtsamad. Lihtsamad kui lugema õppimine või kõrghariduse omandamine, sest puuduvad igasugused keerukad matemaatilised küsimused ja probleemid.

Teine tase sisaldab endas palju erinevaid tasemeid. Peatun sellel vaid lühidalt, sest ma ei saa kõigist Taeva saladustest üksikasjalikult rääkida. Te veendute selles ise siis, kui liigute edasi koos Meistriga, kes on juba reisinud. See pole saladus. Aga see võtaks liiga kaua aega, kui peatuksime igal tasemel, mis omakorda sisaldavad erinevaid niiöelda alatasemeid ja kui tahaksime neid kõiki uurida, siis kuluks selleks liiga kaua aega. Seega vahel viib Meister sind kiiresti ühelt tasemelt teisele, hästi kiiresti! Sest kui sul pole meisterlikkusega midagi pistmist, siis ei pea sa ka nii palju õppima. Saaksid sellest vaid peavalu. Seepärast viin sind läbi erinevate tasemete tagasi Koju, sest isegi see

võtab palju aega, vahel koguni terve eluaja. Aga valgustatuse saame kohe, vahetult.

See on aga vaid algus, nagu ülikooligi astumine. Te astute ülikooli ja teist saab kohe tudeng, kuigi doktorikraadist olete veel kaugel. Enne kraadi kaitsmist kulub teil neli, kuus või kaksteist aastat. Aga kohe alguses saab teist ülikoolitudeng, kui tegemist on õige ülikooliga. Ning kui olete õpingute alustamiseks esitanud paberid ülikooli, siis te tõesti ka tahate saada tudengiks, kas pole nii? Seega mõlemad osapooled peavad tegema koostööd.

Sarnaselt kui tahame minna teispoolsesse maailma, näiteks vaid lõbu pärast, sest meil pole siin New Yorgis enam kusagile minna. Me teame juba kõike Manhattanist, Long Beachist, “Short” Beachist ja igast teisest rannast. (Naer) Oletame, et tahame reisida tulnukate maale, et näha mis seal toimub. Ja miks ka mitte? Kui me nagunii maksame palju raha selleks, et sõita vaid Miamisse ja Floridasse, et mõnuleda merevees, miks me ei peaks siis vahel tahtma minna väljaspoole seda maailma, et tutvuda naaberplaneetide ja sealsete elanikega. Ma ei arva, et selles oleks midagi imelikku. Ei ole ju? See on vaid pisut kaugemale reisimine, erinevalt tavapärasest füüsilisest reisimisest. See on vaimne, hingeline reisimine. On olemas kahesugust reisimist - väga loogiline ja väga kerge mõista.

Oleme siis nüüd Teisel tasemel. Millest teile veel rääkida? Nii me jätkame elamist siinses maailmas, olles samal ajal teadlikud teistest maailmadest, sest me reisime.

Just nagu olles Ameerika või mõne teise riigi kodanikud, reisite ühest riigist teise, et teada saada, milline naaberriik välja näeb. Arvan, et paljud teist siin Ühinenud Rahvaste Organisatsiooni saalis pole sünnilt ameeriklased. Ei? Jah? Kas mõistate nüüd, et see on sama asi? Me võime reisida teisele planeedile või elu järgmisele tasemele selleks, et paremini mõista. Sest vahemaa on liiga suur, et käija, me ei pääse sinna isegi raketi ega UFOga.

Mõned maailmad on kaugemal kui UFOd suudaksid lennata. UFO! Kindlakstegemata objekt! Lendav objekt, jah! Meis kõigis on olemas vahend, mis on kiirem kui ükski UFO. Selleks vahendiks on meie enda hing, mida mõnikord nimetame ka vaimuks. Me saame sellega lennata, ilma kütuseta, ilma et politseil oleks vaja vahele segada, ilma liiklusummikute ja takistusteta. Ja pole vaja muretseda, et ühel päeval araablased ei müü meile enam õli, (naer) sest meie jõujaam on iseküllastuv. See ei lähe kunagi rikki, välja arvatud juhtudel, kui me ise seda teadlikult kahjustame, kui eirame universumi seadusi, rikkudes Taeva ja Maa harmooniat, kuid sellist olukorda on lihtne vältida. Kui olete huvitatud, siis ütleme teile, kuidas.

Võtame ühe näite, teen lühidalt, sobib? Ma ei ole preester. Ärge muretsege, ma ei vii teid kirikusse. See on vaid näide.

Maailmas kehtivad seadused, mida peaksime teadma. Just nii nagu selleks, et sõita autoga, peame teadma liikluseeskirju. Punase tulega - "Seisa!", rohelise tulega - "Võib sõita!" Sõida vasakule, sõida paremale jne. Kui on tegemist kiirteega, siis mis on lubatud piirkiirus jne. Füüsilises maailmas kehtivad niisiis väga lihtsad seadused. Väljaspool meie maailma, väljaspool seda füüsilist maailma pole aga enam seadusi. Me oleme vabad, vabad kodanikud, kuid selleks, et olla vaba, peame pääsema teisele poole. Ja senikaua kuni elame selles maailmas, peaksime nii palju kui võimalik järgima seadusi, et hoiduda hätta sattumast. Siis on ka meie "masin" korras ja me saame lennata probleemideta kiiremini ja kõrgemale.

Need seadused olid kirjas juba kristlikus Piiblis ja budistide ning hindude pühakirjades. Need on väga lihtsad, nagu näiteks - ära tee liiga oma ligimesele, ära tapa, ära riku abielu, ära varasta, ära tarvita vägijooke ega uimasteid. Tõenäoliselt Buddha teadis, et 20. sajandil leiutatakse kokaiin jms. ning ta keelas selle ära. Uimastite alla käivad ka kõiksugused hasartmängud ja muu, mis köidavad meie meeled füüsiliste naudingute külge ning panevad meid vaimset teekonda unustama.

Kui tahame lennata kiiresti, kõrgele ja ohutult, siis peame järgima seadusi, mis on oma olemuselt sarnased füüsika seadustega. Selleks, et raketid lendaks, peab teadlane arvestama teatud seadusi. See ongi kõik. Kas saate nüüd aru kui palju kordi ettevaatlikumad peame meie olema, kui tahame lennata kõrgemale kui raketid ja kiiremini kui



UFOd. Kuid on veelgi üksikasju, mida võib lahti seletada juhul, kui asi teid huvitab ja see toimub juba initsiatsiooni ajal. Me ei taha teid kogu selle info ja nende juhistega ära tüüdata, mille peale ütleksite et, “Ma tean juba - tean juba, olen lugenud seda Piiblist. Kümme käsku, kas pole?”

Tegelikult paljud meist on lugenud kümmet käsku, kuid pole pidanud paljaks neid järgida või siis pole mõistnud nende sügavamat tähendust. Või ehk soovime mõista kāske omal moel ja mitte nii nagu need tegelikult mõeldud olid. Seepärast pole vahel liigne meenutada või kuulata kümne käsu sügavamat tähendust. Näiteks Vana Testamendi esimesel leheküljel ütles Jumal: **“Ma lõin kõik loomad sinu kaaslasteks ning abilisteks, ning sina, inimene, pead nende üle valitsema.”** Ja siis Ta ütles, et Ta lõi toidu loomade jaoks, igapäevase oma. Kuid Ta ei öelnud, et me peaksime loomi sööma. Ei! Ta ütles: **“Ma annan teile kõik seemet kandvad taimed kogu maal ja kõik puud, mis kannavad vilja, mis on maitsvad süüa ja meelepärased silmale. Need olgu teile toiduks.”** Kuid vaid vähesed pööravad sellele tähelepanu. Ja nii paljud Piibli-järgijad söövad ikka veel liha, mõistmata, mida Jumal tegelikult silmas pidas.

Ja minnes sügavuti teadusvaldkonda saame teada, et inimene pole loodud liha sööma. Kõik, meie keha, soolestik, magu, hambad on teaduslikult loodud vaid taimse toidu vastuvõtmiseks. Pole siis ka ime, et paljud inimesed haigestuvad, vananevad rutem, rasvuvad ja väsivad kiiresti vaatamata sellele, et sündides olid nad nii

sädelevad ja taibukad. Iga päevaga jäävad nad üha loiumaks ning nende enesetunne halveneb üha enam, mida vanemaks nad saavad. See tuleb sellest, et oleme kahjustanud oma “sõiduvahendit”, oma “lendavat objekti”, meie “UFOT.” Seega, kui peaksime tahtma kasutada oma “sõiduvahendit” natuke kauem ja turvalisemalt, siis peaksime selle eest õieti hoolt kandma.

Võtame näiteks auto. Te kõik sõidate autodega. Kui panna autosse vale kütus, mis siis juhtub? Auto sõidaks mõned meetrid ja jääks siis seisma. Te ei süüdistata selles autot, see on teie endi viga, et tankisite kogemata vale kütust. Olukord on samasugune kui kütusesse on segatud vett, kas pole? Auto sõidabki ehk mõnda aega, kuid edasi tulevad juba probleemid. Või kui auto õli on liiga saastunud ja me pole seda vahetanud, siis auto küll sõidaks natuke aega, kuid mõne aja pärast algaksid taas raskused. Ja vahel plahvatab automootor vaid seepärast, et me ei hoolitsenud oma auto eest korralikult.

Samamoodi on meie keha kui sõiduvahend, mida võime kasutada selleks, et lennata igavikku, kõige kõrgema tarkuse tasemeni. Kuid vahel me kahjustame ja kuritarvitame seda. Võime näiteks autoga läbi sõita pika maa, et minna tööle, kohtuda sõpradega, vaadata kauneid paiku, kuid kui me ei hoolitse oma auto eest, tangime vale kütust, ei kontrolli õli või unustame vaadata, kas mootoris on piisavalt vett, siis sellise autoga ei sõida me just väga kiiresti ega kaugele. Siis võime vaid tiirutada oma muruplatsil ja maja tagahoovis. Ega sellest pole viga midagi.

Me vaid raiskame auto algset eesmärki. See on nii raha, aja kui ka meie endi energia raiskamine. Keegi pole selles süüdi. Politsei ei tule ega tee selle eest trahvi. See on vaid oma auto ja raha raiskamine, samas kui võiksite sõita väga kaugele ja näha paljut ning nautida kaunist ümbrust.

Samamoodi on ka meie füüsiliste kehadega. Võime küll elada siinses maailmas, kuid me peaksime samal ajal hoolitsema selle vahendi eest, mis on selles füüsilises kehas, et saaksime lennata teispoolsesse maailma. Just nagu astronaut, kes istub oma raketis. Rakett on talle vahendiks, mille eest tuleb samuti hoolitseda. Selleks, et rakett lendaks turvaliselt ja kiirelt ei tohi rikkuda füüsika seadusi. Kuid tähtis on raketis olev astronaut. Rakett on küll see, mis viib ta sihtkohta, kuid rakett pole põhiline, selleks on astronaut ja lõppsiht. Ja juhul kui ta peaks kasutama raketti selleks, et lennata ümber Long Islandi, siis oleks see aja raiskamine, mõistate? See oleks rahva raha raiskamine.

Seega, meie keha on väga väärtuslik, sest selles asub Meister. On ju ka Piiblis öeldud: **“Eks te tea, et te olete Jumala tempel”** ja **“Teis asub Jumala Vaim.”** Püha Vaim tähendab sama. Kui meis kõigis on Püha Vaim või kõikvõimas Jumal, kas suudate siis mõista kui tähtis see on! Ent paljud inimesed loevad seda lõiku kiiresti, mõistmata selle lause ülevust, püüdmata tabada selle sisu. Seepärast mu jüngritele meeldibki järgida mu õpetusi, sest nad võivad tundma õppida endi sisemist Meistrit ja seda, mis on teispoolses maailmas, erinevalt igapäevasest argi-

rüselusest, raha teenimisest ja kõikvõimalike kehaliste probleemide lahendamisest. Meis on rohkem ilu, rohkem vabadust ja teadmisi. Kõik see on meie, peame teadma vaid õiget moodust, kuidas luua ühendus sellega, mis on meis endis olemas. Asi on selles, et me ei tea, kus on võti. Oleme “maja” ukse kaua aega tagasi lukku keeranud ja sootuks unustanud, et meil selline varandus on. Nii lihtne see ongi.

Niisiis, niinimetatud Meister on see, kes saab aidata meil ust avada ja näidata meile seda, mis juba algselt kuulub meile. Kuid selleks, et kõike meile kuuluvat uurida, peame võtma aega.

Olime siis teel Teise maailma. Kas olete huvitatud jätkama? (Kuulajad: Jah! Jah!) Tahate kõike teada ilma, et ise peaks pingutama? (Meister naerab) Olgu. Vähemasti keegi, kes on seal käinud võiks öelda, milline see teispoolne maailm välja näeb, kui te ise pole seal käinud, on nii? Vähemasti te olete huvitatud ja võibolla tahate isegi edasi minna? Hästi. Ma ei ole Teisest tasemest rääkinud veel kaugeltki kõike, kuid te teate, et ma ei saa istuda siin tervet päeva. Peale Teist maailma võib teil olla rohkem jõudu. Kui olete sihikindlad ja töötate selle nimel, siis võite edasi minna Kolmandasse maailma.

Niinimetatud Kolmas maailm on veel kõrgemal tasemel. See, kes läheb Kolmandasse maailma peab olema vähemalt siinse maailma võlgadest täiesti puhas. Kui võlgname selle füüsilise maailma kuningale midagi, siis me ei pääse

edasi. Just nagu siis, kui oled mõne maa kurjategija ja su nimi on tagaotsitavate nimekirjas, ei pääse sa üle teise riigi piiri. Selle maailma võlad sisaldavad endas seda, mida oleme teinud minevikus ja olevikus ja mida võibolla teeme tulevikus. Kõik võlad peavad saama lahendatud, me läbime justkui tollipunkte ennem kui pääseme edasi teispoolsesse maailma. Olles Teises maailmas hakkame töötama järelejäänud karmaga minevikust ja ka käesolevast elust. Ilma mineviku karmata me ei saaks selles elus eksisteerida.

Meistreid on kahesuguseid. Ühtedel pole karmat, kuid selleks, et siia tulla, peavad nad karma laenama. Teised on nagu meie, tavalised inimesed, kuid nende karma on puhastatud. Igaüks võib olla tulevane Meister. Ja mõnikord tuleb Meister kõrgemast maailmast laenatud karmaga. Kuidas teile karma laenamine tundub? (Meister naerab) See on võimalik.

Näiteks enne kui tulite siia maailma, olite varem siin juba olnud. Olete siin andnud ja võtnud koos teiste selle maailma inimestega mitmeid ajastuid ja aastasadu. Te lähete ikka jälle tagasi Taevasse, elupaikka, mis on väga kaugel, paljusid tasemeid eemal, vähemalt Viierendal tasemel. Viies tase on Meistrite kodu. Sellest kõrgemal on veel tasemeid.

Kui tahame tulla tagasi, näiteks kas kaastundest või Isalt antud ülesandega, siis tuleme siia taas. Ja kuna minevikus oleme olnud inimestega seotud, siis saame laenata nende

karmat. Selles pole midagi head ega ilusat - võtame üle vaid nende karmavõla. Võime laenata osa võlast ning seda siis oma vaimse jõuga vähehaaval tagasi maksta seni, kuni lõpetame oma töö selles maailmas. Selline on teatud tüüpi Meister. On ka veel selliseid Meistreid, kes on siinsest maailmast. Harjutamise tulemusena saavad neist koheselt Meistrid, just nagu nad lõpetaksid kooli. Jah. Ülikoolides on professorid ja õpilased, kes õpivad ja kelledest hiljem saavad professorid, mõistate? On olemas kauaaegseid professoreid ja värskest valitud professoreid, jne. Sarnaselt on olemas ka erinevat tüüpi Meistreid.

Kui tahame edasi minna Kolmandasse maailma, siis peame olema täiesti puhtad kõigist karmajääkidest. Karma seadus on selline: **mida külvad, seda ka lõikad**. Kui istutame apelsiniseemne, saame apelsine; kui õunaseemne, siis õunu. Karma on selline, see sõna on sanskritikeelne vaste põhjusele ja tagajärjele. Piiblis ei räägita karmast, vaid öeldakse: “**Mida inimene külvab, seda ta ka lõikab.**” See on sama asi.

Piibel on Meistri õpetuse lühendatud esitus. Ka tema elu oli lühendatud kujul. Seepärast pole Piiblis palju lahti-seletusi. Ja paljud Piibli versioonid on olnud keelatud, et sobida paremini niinimetatud liikumiste juhtidele, kes ei olnud tingimata vaimselt meelestatud inimesed. Teate ju küll, et inimesed müüvad ja ostavad erineval moel kõike. Vahendajaid on igal elualal. Aga me teame, et ehtne Piibel on natuke teistsugune, natuke pikem, täpsem ja et seda on kergem mõista. Igatahes, kuna me ei saa paljutki tõestada,

siis me ei räägi sellest, et inimesed ei süüdistaks meid Jumala pilkamises. Võime rääkida vaid seda, mida saame tõestada.

Võite küsida minult: “Räägid Teisest, Kolmandast ja Neljandast maailmast, kuid kas sa saad seda tõestada?” Jah, ma saan! Ma võin seda tõestada. Kui kõnnite koos minuga sama rada mööda, siis näete samu asju. Mõistate? Kuid kui ei kõnni, siis ma ei saa teile midagi lubada. See on nii. Seepärast julgen teile neist asjust rääkida, sest on olemas tõendus. Meil on kinnitus sadade tuhandete jüngrite näol üle terve maailma. Saame rääkida asjust, mida teame. Kuid alustuseks peate koos minuga edasi minema. Te ei saa öelda: “Kõnni minu eest ja räägi ning näita mulle kõike.” Ma ei saa seda teha.

Näiteks, kui ma ei oleks teiega koos selles ÜRO ruumis, siis ükskõik kui palju te mulle sellest ruumist ka ei räägiks, ikkagi ei mõistaks ma teid täielikult, kuna ma pole seda ise kogenud. Õige? Peame edasi liikuma koos kellegagi, kes on juba kogenud teejuht. Täna on siin ka mõned eri rahvustest jüngrid, kes on kogenud seda, millest ennist rääkisin - mõned osaliselt, mõned tervenisti.

Peale Kolmandat maailma on veel palju muudki. Olen teile rääkinud vaid mõningaist asjust. See on nagu reisijutt, põimides omavahel lugusid väikeses hulgas ja mitte väga detailselt. Isegi kui loeme raamatut mõne maa kohta, siis see pole sama, mis tegelik maa. Meil on palju reisi-raamatuid erinevate maade kohta, kuid ikkagi meeldib

meile ise kohale reisida. Teame palju Hispaania, Tenerife ja Kreeka kohta, kuid vaid filmide ja raamatute põhjal. Peame ise kohale minema ja vahetult kogema rõõmu kohalolemisest ja pakutavast toidust, imelisest mereveest ja sõbralikest inimestest, atmosfäärist, mida me ei teaks, kui piirduksime vaid raamatute lugemisega.

Oletame nüüd, et olete pääsenud Kolmandasse maailma. Mis edasi? Loomulikult lähete edasi, kõrgemale, Neljandale tasemele. Ja Neljas maailm on juba enam kui ebatavaline. Meile jääb väheks tavakeelest, et kirjeldada seda kõike lihtsatele inimestele, kartes solvata selle maailma kuningat. Sest see maailm on nii ilus, kuigi seal on mõned väga pimedad kohad, pimedamad kui elektrita öö New Yorgis. Kas olete kunagi olnud linnas, mis on täielikus pimeduses? Ilma elektrita. Olete? See on midagi veel pimedamat! Enne kui jõuate valguseni, on seal veelgi pimedam. See on midagi keelatud linna sarnast. Enne kui jõuame Jumala tunnetuseni peatatakse meid seal. Ühes kogenud Meistriga võime sealt läbi pääseda. Muidu me ei leiaks sellises maailmas õiget teed.

Saavutades erinevaid eksistentsi tasemeid kogeme muutusi mitte ainult vaimsel, vaid ka füüsilisel, intellektuaalsel ja igal muul elutasandil. Me tunnetame elu teistmoodi, me kõnnime teistmoodi ja me töötame teistmoodi. Isegi meie igapäevane töö saab uue tähenduse ja me mõistame, miks me just nõnda töötame, miks peame seda tööd tegema või miks peaksime töökohta vahetama. Me mõistame oma elu eesmärgi ja seega pole enam rahutud ega ärritunud. Me



ootame väga rahulikult ja kannatlikult oma ülesande lõppu sellel Maal, sest me teame kuhu edasi suundume. Me teame seda, elades samal ajal siin edasi. Seda tähendabki ütlemine “Surra eluajal.” Ja- jah! Arvan, et mõned teist on midagi sellist juba varem kuulnud, kuid samas ei tea ma ühtegi Meistrit, kes seletaks seda teistmoodi. (Meister naerab) Me peame kogema tegelikku rõõmu, mis tuleb sisemistest kogemustest.

Kui näiteks võtta Mercedes Benz, siis kes saakski kirjeldada seda teisiti? Igaüks, kellel see auto on, räägib samast asjast ja kõik Benzi omanikud mõistavad koheselt millest jutt käib, erinevalt nendest, kellel seda autot pole. Seega, isegi kui ma räägin teile väga lihtsas keeles, siis need asjad, millest ma räägin pole tavalised, neid peab ise kogema - läbi töö, läbi siiruse ja läbi suunamise. Nii see on ohutum. Kuigi ühel juhul miljonist võib juhtuda, et see õnnestub meil üksi, kuid sellega käib kaasas oht, risk ja ebakindlad tulemused. See pole väga turvaline.

Minevikus on mõned siiski proovinud seda üksi teha, näiteks Swedenborg. Või siis Gurdjieff, tema olevat jõudnud edasi ja läbinud üksi kogu raja. Olen lugenud mõningatest inimestest, kes on selle tee ette võtnud, kuid nende reis pole olnud ohtude ning takistusteta. Ja kõik ei saavutanud kõrgeimat taset.

Niisiis, pärast seda taset lähete edasi kõrgemale tasemele. Peale Neljandat lähete edasi Meistrite koju, mis asub Viindal tasemel. Kõik Meistrid pärinevad sealt. Vaata-

mata sellele, et nende tase on Viiendast kõrgem, jäävad nad sinna. See on Meistrite kodupaik. Ja sellest edasi on palju erinevaid Jumala aspekte, mida on raske mõista. Kardan teid eksitada, seega räägin teile sellest ehk mõni teine kord või siis peale initsiatsiooni, kui olete pisut paremini ettevalmistatud. Siis ma räägin teile suurepäraseid asju teie kujutlusvõimest. Kuidas see vahel võib vääralt tõlgendada mitmeid ettekujutusi Jumalast.

### Loengule järgnenud küsimuste ja vastuste osa

**Küsija (K):** Mainisite, et Meister võib laenata inimeste karmat. Kas sel juhul nende inimeste karma kustutatakse? Mis tähtsus on sellel nende inimeste jaoks?

**Meister (M):** Kui Meister peaks seda tahtma, siis ta võib kustutada ükskõik kelle karma. Õigupoolest kustutatakse initsiatsiooni ajal iga jüngri eelmiste elude karma. Ma jätan teile alles vaid käesoleva elu karma, et saaksime jätkata käesoleva eluga, muidu sureksime silmapilkselt. Ilma karmata ei saaks siin elada. Selleks, et inimene oleks puhas, peab Meister kustutama vaid kogunenud karma. Ta jätab natuke karmat alles, et inimene saaks oma eluga edasi minna ja teha seda, mida ta selles elus tegema peab. Ja pärast seda - see lõppeb. Seepärast ta saabki minna, kuidas muidu ta pääseks edasi? Isegi kui ta on puhas selles elus, siis kui puhas? Ja kuidas on lood eelmise eluga, mõistate?

**K:** Mis on teie vaimse praktika eesmärk?

**M:** Mis on eesmärk? Kas ma pole seda öelnud? Reisida teispoolsusse, minna tagasi Jumala Kuningriiki, saada teadlikuks oma tarkusest ning olla parem inimene juba selles elus.

**K:** Kas karma on kõigis maailmades?

**M:** Mitte kõigis vaid kaasaarvatud Teise maailmani, sest meie mõistus, meie aju, arvuti on “valmistatud” Teisel tasemel. Minnes ülevalt alla, kõrgematelt tasemetelt alla sellele füüsilisele tasemele, eeldatavasti selleks, et teha seal mingit tööd, siis näiteks isegi kui Meister läheb Viindalt tasemelt alla füüsilisele tasemele, peab ta minema läbi Teise taseme ja korda seadma selle “arvuti”, et see töötaks siinses maailmas. Just nagu sukelduja, kes sukeldub merre. Selleks peab ta valmis panema maski, hapnikuballooni ja kõik muu tarviliku. Vaatamata sellele, et ta ise ei näegi nii veider välja, siis koos hapnikumaski ja sukeldumisriietega näeb ta välja nagu konn. Vahel näeme sellistena välja ka meie koos oma arvuti ja füüsiliste takistustega. Aga muidu oleme täiesti ilusad. Isegi kui arvate, et olete praegu ilusad, siis tegelikult olete nii koledad, võrreldes sellega, mida te päriselt olete. See tuleb kõigist neist vahendeist, mida peame kandma, et selles maailmas sügavale sukelduda.

Seega selleks, et minna Teisest tasemest ülespoole, peame maha jätma oma arvuti, sest seda pole seal enam vaja. Nii nagu sukelduja, kes kaldale jõudes võtab ära hapnikumaski ja muu sukeldumisvarustuse ja näeb välja just selline nagu ta ennem oli. Jah.

**K:** Ütlesite, et Teise maailma lõpus, enne üles-  
siirdumist, jäetakse kogu karma seljataha, selle peab  
eelnevalt ära lahendama või ära puhastama. Kas see käib  
ka kõigi eelnevate elude karma kohta?

**M:** Jah. Sest pole enam “arvutit”, mis midagi  
salvestaks. Meil on karma vaid seepärast, et meil on see  
arvuti, mõistus, aju, mille ülesandeks on talletada iga  
kogemus selles füüsilises maailmas. Selleks meil see ongi.  
Hea või halb, arvuti ikka salvestab. Seda nimetame  
karmaks. Mis on karma? Vaid kogemused, halvad või  
head, meie reaktsioonid, paljude eelmiste elude koge-  
mused. Ja kuna meil on niinimetatud südametunnistus, siis  
teame, et peaksime olema head, kuid vahel oleme teinud  
halba. Ning halvad teod suruvad meid maha, nagu hunnik  
prügi või reisikohvrid, mis tõmbavad meid alla, tehes  
märke ronimise raskeks. Paljud selle maailma moraali-  
reeglid, kõiksugused seadused, harjumused ja erinevate  
rahvuste tavad seovad meid nõندانimetatud hea ja halva,  
süü ja süütuse arusaamadega. Seepärast kogemegi siinse  
maailma inimestega suheldes head ja halba, süüd ja  
süütust vastavalt erinevate rahvuste tavadele ja harjumus-  
tele, vastavalt selle rahvuse seadustele. Ja sellest saab  
harjumus, et mõtleme nii, et käitume nii, et oleme süüdi, et  
oleme halvad. See kõik on ülessalvestatud siin. See  
paneбки meid taassündima, sidudes meid füüsilise või  
natuke kõrgema maailmaga, kuid mitte piisavalt kõrgega.  
Me ei ole piisavalt vabad. Need arusaamad ja eel-  
arvamused ei lasegi meil tunda end vabalt ja kergelt.

**K:** Kas see, mis tasemeni võime jõuda, on igal uuel eluajal ettemääratud?

**M:** Ei, meil on vaba valik joosta kiiremini või aeglasemalt. Võtame näiteks teie auto. Võite tankida 100 liitrit bensiini, kuid see kui kiiresti sihtkohani jõuate sõltub teist endist. Võite sõita kiiremini või aeglasemalt, see sõltub täiesti teist endist.

**K:** Tahaksin küsida teilt inglite kohta. Mis tasemel nad on?

**M:** Mis tasemel? See sõltub inglitest?

**K:** Kaitseinglid.

**M:** Kaitseinglid võivad olla kaasaarvatud Teise tasemeni. Inglid on madalamal kui inimesed, nendel on vähem mõjuvõimu. Nende ülesandeks on meid teenida.

**K:** Kas nad kõrgemale ei pääse?

**M:** Ei, välja arvatud juhul kui neist saavad inimesed. Nad kõik on inimeste peale nii kadedad, sest inimestes asub Jumal. Meil on kõik võimalused saada üheks Jumalaga, samas kui inglitel see puudub. See on keeruline lugu, võin rääkida sellest mõni teine päev.

Inglid on loodud meie jaoks ja neid on erinevat tüüpi. Näiteks kui midagi on loodud Jumala poolt, siis see on tehtud meie teenimiseks. Ja nad ei tohiks- ei peaks ületama neile ette seatud piiri, kuigi nad võiksid edasi minna. Vahel on midagi loodud ilma, et oleks täpselt paika pandud, kuidas see peaks edasi arenema.

Näiteks oma kodus olete mõned asjad loonud selleks, et teil oleks mugavam. Tegemist võib olla millegi suurepärasega. Näiteks võite vaid toolil istudes panna

põlema tule ja samas selle ära kustutada kogu majas, või kasutada televiisori sisse ja välja lülitamiseks kaugjuhtimispulti, te olete need ise leiutanud. Nende otstarve on vaid teid teenida. See võib mõnes mõttes olla paremgi kui te ise, sest see võib kontrollida kõike, mida inimene ei suudaks. Aga see ei tähenda, et see oleks parem kui inimene ise. Selle ainsaks eesmärgiks on inimest teenida. Isegi kui see on teist parem, kuid tegelikult see pole! Arvuti ei saa kunagi olla inimene.

**K:** Meister Ching Hai, tahaksin teada, et kuigi oleme nüüd selles kehas, kas meil varem oleks olnud võimalus sellest kehast vabaneda? Kas me oleme alati olnud sellises seisundis, või oleme varem olnud paremas seisundis või vaid selles? Mis oleks õige suhtumine või lähenemine, et kiiresti edasi areneda?

**M:** Jätta keha maha ja minna edasi? Jah, me võime nii teha kui teame kuidas. Kehast vabanemiseks ja teispoolsusse minemiseks on palju eri meetodeid. Mõned ei lähe kaugele, teised lähevad väga kaugele ja mõned lähevad lõpuni välja. Vastavalt võrdlusele, mille tegin erinevate meetodite vahel siis kui olin veel noor, on meie meetod parim. See läheb kõige kaugemale, lõpuni välja.

On veel palju teisi meetodeid. Kui peaksid tahtma, siis võid proovida. Erinevate meetodite valik on lai: mõned lähevad Astraalmaailma, mõned koguni Kolmandasse või Neljandasse maailma, kuid vähesed lähevad Viidendale tasemele. Meie meetodi eesmärgiks on viia sind Viidendale tasemele. Pärast seda jätkad reisi üksi.

Teisel pool Viindat taset võime läheneda Jumala eri aspektidele, kuid see pole alati meeldiv.

Me kujutame alati ette, et mida kõrgem, seda parem, kuid see pole alati nii. Näiteks, kui läheme kaunisse paleesse ja meid kutsutakse meistri elutuppa, me istume seal ja meile pakutakse karastusjooke, häid roogasid ja kõike veel. Ning seejärel, kui peaksime tahtma teha majaga lähemalt tutvust, siis riskime peale sattuda prügile ja veel paljudele muudele asjadele. Need pole alati olulised. Võime minna uudistama maja taga asuvat jõujaama, kust võime aga saada elektrilöögi ja hoopistükkis surra. Seega, sügavuti minemine pole alati vajalik ega soovitatav, kuid pelgalt seikluse pärast võime seda teha

**K:** Meister Ching Hai, mul on kaks küsimust. Kust pärinevad eelmiste elude mälestused, kui meil peaksid sellised mälestused olema? Ja teiseks, kuidas on eelmised elud seotud käesoleva elu karma ja praeguste arusaamadega? Kas need moodustavad osa “üleliigsest pagasist?”

**M:** Ja, jah. Need on omavahel väga seotud. Esimene küsimus, kust tuleb eelmiste elude karma? Meie eelmiste elude mälestusi on võimalik lugeda, see on kindel. Meie eelmiste elude mälestused, nagu ütlesin, leiduvad akaashi kroonikas. See on midagi raamatukogu sarnast ja see asub Teises maailmas. See on kättesaadav kõigile, kes sellele tasemele pääsevad. Mitte igaüks ei saa minna Ühendatud Rahvaste Organisatsiooni raamatukokku, kuid näiteks täna mina võin seda teha, sest mind on siia kutsutud loengut pidama. Mitte igaüks ei tohi siia tulla, kuid teile on see lubatud, sest te olete kohalikud, te töötate siin. Seega

sarnaselt, kui meil on ligipääs Teise maailma, siis võime lugeda eelmisi elusid. Ja kui pääseme Esimesse maailma, mõnele osale sellest, siis võime näha vilksatusi mõne inimese eelmisest elust. Kuid see pole väga kõrge tase ja mitte väga täielik kroonika.

Ja kuidas on need eelmiste elude kogemused seotud käesoleva elu karmaga? Võime öelda, et need on kogemused, mida oleme õppinud ja mida vajame selleks, et käesoleva eluga toime tulla. See, mida õppisite minevikus, selle teete tegelikkuseks praegusel eluajal. Samamoodi kui olete minevikus üle elanud liiga palju ebameeldivaid kogemusi, siis nüüd, puutudes kokku mõne märgiga, mis viitab sarnasele olukorrale eelmisest elust, tunnete hirmu. Näiteks kui eelmises elus kukkusite õnnetult trepilt, seejuures ennast tõsiselt vigastades ning see juhtus pimedas, kus polnud kedagi, kes oleks aidanud, siis nüüd, selles elus kui jalutate trepist alla tunned pisut hirmu, eriti kui astmed on järsud ja nende all on pime. Pead endas justkui heitlust, kas minna edasi või mitte. Või kui oled eelmises elus juba õppinud ja jõudnud mõnes teadusvaldkonnas väga kaugele, siis selles elus tunned selle teema vastu ikka veel suurt huvi. Sa oled ikka veel väga huvitatud igasugusest teaduslikust uurimustööst, isegi kui sa pole nüüd teadlane. Kõiksugused sellised asjad.

Seepärast Mozart oli geenius, kui ta oli nelja aastane. Ta läks otse klaveri juurde ja saavutas kuulsuse, mis kestab tänaseni. Ta oli geenius, sest oli harjutanud klaverimängu paljudes eelnevates eludes kuni meisterlikkuseni, kuid siis peale seda ta suri. Veel enne oma



karjääri tipu saavutamist ta suri. Ta armastas muusikat nii väga, et polnud nõus sellest loobuma. Seega ta tuli tagasi ja kõik ta eelmistes eludes õpitud muusikaga seotud kogemused tulid ta juurde tagasi, sest sel hetkel kui ta suri oli temas tugev soov jätkata.

Mõned sellised inimesed õpivad ennem siia maailma tagasi sündimist palju asju Astraalmaailmast või Teisest maailmast. Seepärast nad on äärmiselt andekad teaduses, muusikas ja kirjanduses või ükskõik mis alal, mida teised inimesed ei tea. Nende poolt loodu on ebatavaline, midagi mida teised ei suuda mõista ja mille leiutamisest nad ei oska isegi unistada. Sest nad on neid erinevaid asju näinud, nad on neid õppinud.

On olemas kahepoolne õppimine - kas sellest maailmast või teispoolsest maailmast. Need, kes on andekad ja hiilgavad nagu geeniused, on asjatundjad teispoolses maailmas nagu Astraalmaailmas või Teises maailmas, mõnikord koguni Kolmandas maailmas, kui nad peaksid otsustama sealt tagasi tulla. Nad on võrratud. Need on geeniused

**K:** Rääkige lähemalt, mida kujutab endast teie poolt antav initsiatsioon? Ja kui keegi on juba initsiatsiooni saanud, siis milles seisneb initsiatsioonijärgne igapäevane harjutamine?

**M:** Kõigepealt, see kõik on täiesti tasuta ja ilma kohustusteta, kuid kui peaksid tahtma edasi minna, siis pead siduma ennast ise. Tingimustest nii palju, et varasemad kogemused pole vajalikud. Eelnevaid teadmisi ükskõik missuguse jooga või mõne meditatsioonitehnika kohta

pole samuti vaja. Aga sa pead siduma ennast eluaegse taimetoitlusega. Sobilikud on kõik piima- ja juustutooted, kuid pead loobuma munade söömisest. Kõik muu, mis ei ole seotud tapmisega sobib.

Muna ei ole lubatud, sest sellega on seotud pooltapmine, kuigi see on viljatu. Sellel on soodumus ligi tõmmata negatiivseid jõude. Seepärast paljud musta või -valgemaagia harrastajad või voodoo-inimesed, niinimetatud voodoo-inimesed kasutavadki mune inimestele needuse pealepanemisel. Kas teadsite seda? (Keegi vastab: Jah) Teadsite? Vähemalt võin anda teile otsese tõendi, kui just mitte otsese valgustatuse. (Naer)

Initsiatsiooni ajal koged Jumala Valgust ja Heli. Hinge muusika tõstab sind üles teadvuse kõrgemale tasemele. Siis sa tajud samadhi maitset - sügavat rahu ja rõõmu. Ja pärast seda, kui oled tõsiselt huvitatud, jätkad harjutamist kodus. Juhul kui ei ole, siis ma ei saa sind sundida, ma ei saa sind enam tüüdata. Kui jätkad ja tahad, et ma sind aitaksin kogu reisi ajal, siis olen valmis aitama. Kui sa aga ei taha minu abi, siis jääb nii. Ja kaks ja pool tundi meditatsiooni iga päev. Ärka üles vara hommikul, ennem magama minemist mediteeri kaks tundi ja võibolla pool tundi lõunaajal. Loengu vaheajal, kui mind siin pole, on teil tunnine lõunapaus. Võite kuhugile peitu minna ja mediteerida. See teeb juba ühe tunni. Ja õhtul mediteerige veel üks tund või pool tundi ning hommikul ärgake üles tund aega varem kui muidu.

Muutke oma elustiil korrapärasemaks, kulutage vähem aega televiisori vaatamisele, lobisemisele ja telefoniga rääkimisele, lehtede lugemisele. Nii jääb teile

palju rohkem aega. Jah, tegelikult meil on palju aega, kuid me kulutame selle vahel mõttetult ära. Just nagu siis kui laseme auto mootoril töötada tagaaias, selle asemel et sõita sellega Long Islandile. Kas olete selle vastusega rahul? Pole muid tingimusi peale juba mainitute - kui et seote ennast eluaegse harjutamisega. Ja iga päev kogete erinevaid muutusi paremuse suunas ja erinevaid imesid, mitte et te seda sooviksite. See juhtub ngunii. Kui olete tõsiselt pühendunud, siis tõesti kogete, mida tähendab ütlemine “Taevas maapeal”. Nii on sajad tuhanded jüngrid peale paljusid aastaid ikka veel minu juures vastu pidanud, sest neil on järjest paremad ja paremad kogemused, sest nad suhtuvad sellesse tõsiselt ning nad tõesti harjutavad.

**K:** Palun rääkige teadvuse olemusest.

**M:** Teadvuse olemusest, hästi. Seda on raske kirjelda, kuid võite kasutada oma intelligentsust selle ettekujutamisel. See on kui tarkus, sa nagu teaksid midagi paremini kui kunagi varem. Jah, sa tead midagi, mis on teispoolses maailmas ja sa tead midagi siinsest maailmast, mida sa varem ei teadnud ja sa mõistad paljusid asju, mida varemalt ei mõistnud. See on teadvus.

Samuti kui avad selle teadvuse või nõndanimetatud tarkuse, siis tõesti mõistad, kes sa oled ja miks sa siin oled ja mis on veel olemas peale seda maailma ja kes on veel olemas teisel pool, peale meie maiste inimeste. Mõistate? On veel palju asju. Teadvuse tase hõlmab endas justkui erinevate arusaamade tasemeid, just nagu kooli lõpetamine. Mida rohkem õpid, seda enam tead, kuni lõpetamiseni.

Raske on lahti seletada midagi nii abstraktset, kuid ma proovin. See on midagi teadlikuse taolist. Teadlikust on raske kirjeldada. Kui siirdud erinevatele, kõrgematele teadvuse tasemetele, siis su teadlikus on erinev. Sa tead asju teistmoodi, sa tunned teistmoodi. Sa tunned end olevat täielikus rahus, vaikuses ja õndsalt. Sul ei ole enam muresid ja igapäevases elus muutub kõik sulle selgeks. Sa tead, kuidas erinevate olukordadega toime tulla ja kuidas probleeme paremini lahendada. See on kasulik juba füüsilisel tasemel! Ja seda, kuidas sa end sisimas tunned, tead vaid sina ise. Neid asju on raske seletada. See on nagu siis kui oled abielus naisega, keda armastad - seda, kuidas sa end tunned tead vaid sina ise. Mitte keegi teine peale sinu ei saa seda sinu eest tunda.

**K:** Austatud Meister, suur tänu nende teadmiste eest, mida olete meiega jaganud. Loodan, et võite vastata sellele küsimusele, mis on mind vaevanud. Miks on tänapäeval nii palju Meistreid andmas meile võimalust kiiresti õppida, samas kui muistsetel aegadel oli see nii raske? Kas te võiksite sellele vastata?

**M:** Jah, muidugi. Sest praegusel ajal on sidevahetus parem. Me teame Meistrite kohta rohkem, mitte et varem neid oleks vähem olnud, või et nad oleksid kättesaamatamad olnud. Muidugi on tõsi, et mõned Meistrid on inimestele kättesaadavamad kui teised. See sõltub täiesti Meistri enda valikust ja tahtest anda, või ta seotusest inimestega üldises mõttes. Kuid siiski, igal ajastul on olnud Meistreid; üks, kaks, kolm, neli või viis Meistrit, sõltuvalt selle ajastu vajadustest. Praegusel ajal oleme aga

teadlikumad paljude erinevate Meistrite, võibolla erineval tasemel Meistrite olemasolust. Tänapäeval meil on vedanud, et saame kasutada massimeediat, televisiooni, raadiosaateid ja raamatuid, mida prindime miljonites, tuhandetes miljonites koopiates väga kiiresti.

Kui oleksime vanasti tahtnud trükkida raamatut, siis oleks alustuseks pidanud maha saagima terve puu, koorima ja raiuma seda algeliste kirvestega, mis oleksid võinud iga hetk katki minna. Kirvest oleks pidanud teritama kivide ja igasuguste muude asjadega ja puust välja lõikama iga sõna teise järel. Ja suure koguse Piiblite transportimiseks oleks vaja läinud tervet konvoid, suuri koormaautosid, kui need üldse olid sel ajal olemas. See ongi põhjuseks, miks me nüüd teame nii paljusid Meistreid.

Jah, meil on tõesti vedanud. On väga hea, et teil on võimalik valida seda, mida tahate. Keegi ei saa teid petta öeldes: “Mina olen parim.” Võite võrrelda ja kasutada oma tarkust, mõistust hinnangu tegemisel. “Ahaa, tema on parem.” “Ahaa, mulle meeldib hoopis tema rohkem.” “Too naine näeb kole välja.” “Oh, ta on nii kole.” (Naer)

**K:** Kuna rääkisite juba erinevate Meistrite vahel valimisest, kas annaksite initsiatsiooni kellegile, kes on juba teiselt Meistrilt initsiatsiooni saanud?

**M:** Teeksin seda vaid juhul kui see inimene tõesti usub, et ma olen suuteline viima teda kõrgemale tasemele ja kiiremini. Muidu aga on parem jääda oma Meistri juurde, eriti kui tuntakse tugevat seost ning sügavalt usutakse Meistrisse. Kui usud, et su praegune Meister on

parim, siis ära vaheta teda. Kui sa aga ikka veel kahtled ega pole veel kogenud eelnevalt mainitud Valgust ja Heli, siis võiksid proovida. Jah, sest Valgus ja Heli on tõelise Meistri standardseks mõõdupuuks. Mul on kahju seda öelda, kuid Meister, kes pole suuteline sulle edasi andma vahetut Valgust ja Heli, ei ole tõeline Meister. Tee Taevasse on varustatud Valguse ja Heliga.

Samamoodi nagu selleks, et merre sukelduda peate olema varustatud hapnikumaski ja kõige muuga. Erinevateks eesmärkideks on erinevaid asju. Seepärast näete kõigi pühakute peakohal kiirtepärga (halot). See on Valgus. Kui harjutad seda meetodit, siis kiirgad samasugust Valgust, mida on näha Jeesust kujutatud maalidel. Inimesed võivad seda näha. Sensitiivsete võimetega inimesed võivad näha teie Valgust. Seepärast on maalidel Jeesuse ja Buddha ümber kujutatud Valgust. Kui oled avanenud, siis võid näha seda Valgust kõrgel tasemel harjutajate ümber. (Meister suunab oma tarkuse silmale) Paljud inimesed võivad seda näha. Kas keegi siinolijatest on seda näinud? Sina? Mida sa nägid?

**K:** Ma võin näha aurasid.

**M:** Jah, aga aurad on midagi muud kui Valgus. Aurasid on erinevaid värve: mõnikord musti, mõnikord kohvipruune ja mõnikord kollased või punased, sõltuvalt inimese temperamendist sel hetkel. Nähes aga tugeva vaimse auraga inimest teate kohe, et see on teistsugune. Kas pole nii?

**K:** Mul ei olegi õiget küsimust. Tegelesin mõnda aega raja-joogaga ja arvan, et nägin ka aurasid, kuigi mul polnud eriti teadmisi.

**M:** Ja kas sa ei näe neid enam? Kas sa näed neid ainult vahel?

**K:** Ei, nüüd ma ei mediteeri enam.

**M:** Seepärast sa siis kaotasidki oma jõu. Sa peaksid jälle mediteerima. Kui sa ikka veel usud sellesse teesse, siis peaksid mediteerima. See aitab sind teatud ulatuses, see ei teeks liiga.

**K:** Ma lugesin teid tutvustavast voldikust, et on Viis Juhist. Peale initsiatsiooni peab elama nende Viie Juhise järgi.

**M:** Ja, jah. Need on universumi seadused.

**K:** Ma ei saa aru, mida tähendab “seksuaalne väärkohtlemine?”

**M:** See tähendab seda, et kui oled juba abielus, siis palun ära unista kellestki teisest. (Naer) Väga lihtne. Ela lihtsat, komplikatsioonidevaba elu ja väldi vaidlusi tunnete üle. Jah, sest see teeb teistele inimestele haiget. Me ei tee teistele haiget, isegi mitte emotsionaalselt. Seda see tähendabki. Me püüame vältida konflikte. Me püüame vältida emotsionaalsete, füüsiliste ja vaimsete kannatuse põhjustamist teistele, eriti aga neile, keda väga armastame.

Kui sul on juba teine suhe, siis ära sellest oma partnerile räägi. See teeb rohkem haiget kui sa seda ütled. Lahenda see rahulikult ja vaikselt ära ning ära pihhi seda oma partnerile. Vahel inimesed arvavad, et kui neil on suhe, siis on väga tark ja aus tegu minna koju ja kõik üles

tunnistada. See ei ole nii. See pole hea. Oled teinud juba vea, miks tuua seda veel koju teistele muredele lisaks? Kui partner ei tea, siis ta ei tunne end nii halvasti. Teadmine ise teeb juba haiget. Seega, me püüame selle probleemi lahendada ja seda enam mitte korrata. Parem on partnerile sellest mitte rääkida, sest see teeks talle haiget.

**K:** Olen märganud, et paljudel vaimsetel Meistritel on väga hea huumorimeel. Milline on huumori ja vaimse praktika vaheline seos?

**M:** Oh, ma arvan, et nad tunnevad ennast õnnelikult ja lõõgastunult. Nad võtavad kõike ümbritsevat kerge südamega. Nad võivad naerda endi ja teiste üle, naerda elu naeruväärsete asjade üle, samas kui paljud on selle külge nii pingsalt klammerdunud, võttes kõike nii tõsiselt.

Kui mõnda aega harjutame, siis "laseme end vabaks", me ei ole enam nii tõsised. Kui peaksime homme surema, siis sureme; kui peaksime homme olema elus, siis elame. Kui jääme kõigest ilma, siis jääme kõigest ilma; kui meil on kõik olemas, siis meil on kõik olemas. Peale valgustumist on meil piisavalt tarkust ja suutlikust, et enda eest hoolt kanda igas olukorras ning me ei karda enam midagi. Meis olnud hirm ja rahutus kaovad. Seepärast tunnemegi end nii vabalt. Me tunneme ennast erapooletuna selles maailmas. Ükskõik, mida saavutame või millest ilma jääme, sel pole meie jaoks enam nii suurt tähtsust. Kui peaksime palju saavutama, siis see on vaid kasuks inimestele, me anname edasi; ja see on kasuks ka meile lähedastele inimestele. Muidu me aga ei arva, et me elu oleks nii tähtis, et läbi teha kõiksugused pingutused ja



kannatused selle alalhoidmiseks. Kui suudame seda hoida, siis see on kah hea, kuid see ei tähenda, et istume terve päeva voodis ja mediteerime, vaid me teeme tööd.

Näiteks mina ikka veel töötan. Elatise teenimiseks ma maalin ja teen käsitööd. Ma ei taha kellegi käest võtta annetusi. Ja isegi mu sissetulek on piisavalt suur, et saan teisi aidata. Saan aidata põgenikke, katastroofi ohvreid jne. Miks me ei peaks töötama? Meil on peale valgustumist nii palju annet, võimekust ning elu on meie jaoks nii lihtne. Me tunneme, et pole enam põhjust muretsemiseks ja laseme ennast loomulikult vabaks. Nii saabki alguse huumorimeel. Ma arvan, et see on nii. Kas mina olen teie arvates humoorikas? (Kuulajad: Jah) (Naer ja applaus) Siis võibolla olen mõni Meister või mis? (Naer) Loodame, et see on nii, et te pole raisanud kahte tundi selleks, et kuulata valgustamata inimese juttu.

**K:** Küsimus, mida meie, otsivad hinged alati küsime ja mille vastuseks saame teooriad ja lugusid, kuid nüüd tahaksin teada, mida teil oleks öelda. Esiteks, kes me oleme? Kes mina olen? Kuidas ma sattusin sellisesse raskesse olukorda, et pean tagasi Koju minema? Kuidas ma Kodust lahkusin ja miks on oluline tagasi Koju minna? Rääkisite tagasi minemisest Viidendale tasemele ja sellest, et pole oluline edasi minna. Aga kui on olemas veel kõrgemaid tasemeid, siis mis on nende mõte? Mis seost see omab minuga, kui sinna pole vajalik minna?

**M:** Nüüd läheb asi naljaks (Naer ja applaus) Olgu. Küsimusele “kes ma olen?” saad vastuse Zen'i-meistritelt, neid on New York paksult täis. Vaata telefoniraamatu

kollastelt lehekülgedelt ja vali üks välja. (Naer) Mina ei ole sellele spetsialiseerunud.

Ja teiseks, “miks sa siin oled?” Võibolla sellepärast, et sa tahad siin olla. Või kes saaks sundida meid siin olla, meid kes me oleme Jumala lapsed. Niinimetatud Jumala lapsed on kui Jumal ise, kas pole nii? Ei? Prints on mõnes mõttes sarnane kuningale, vähem või rohkem, või tulevasele kuningale. Ta saab olla kusagil vaid siis, kui ta tahab seal olla. Igatahes, meil on vaba tahe valida, kas tahame kogeda ennast olles Taevas või kusagil mujal. Arvatavasti oled aegade algusest peale valinud siin olemise, et õppida midagi seikluslikku, midagi hirmutavat. Mõnedele inimestele meeldivad õudust tekitavad kogemused.

Näiteks prints võib olla palees, kuid ta võib seigelda ka võsastikus, sest talle meeldib loodust avastada. See võib nii olla. Võib ka nii olla, et me olime nii tüdinud, küllastunud Taevast, sest kõik oli valmis tehtud ja meid teenindati kuni palee ukseni ja me tahtsime midagi ise teha. Just nagu kuninglikus peres, vahel nad tahavad ise süüa teha, ilma et teenrid juures oleksid. Nad määrivad iseendid ja kogu ümbruse ketshupi ja õliga kokku, sest nende meelest on see lõbus. Ei näe just väga kuninglik välja, kuid neile see meeldib.

Näiteks mul on inimesed, kes juhivad minu jaoks autot. Ükskõik kuhu lähen, nad tahavad kõikjal olla mu autojuhid. Kuid vahel ma tahan ise juhtida. Ma sõidan ringi oma väikese suitsuvaba kolmerattalisega, millel on elektrimootor ja mis sõidab vaid kümme kilomeetrit tunnis. Mulle meeldib sellega ringi liikuda. Ükskõik kuhu

ma ka lähen inimesed märkavad mind, aga vahel ma tahan minna kuhugile, kus mind ei tunta. Olen väga häbelik, välja arvatud siis kui pean loengut pidama, sest sellest on saanud kohustus alates ajast, mil inimesed mind “välja kaevasid” ja tuntuks tegid. Mul ei õnnestu nii tihti eest ära põgeneda, kuid vahel siiski, kaheks-kolmeks kuuks. Just nagu ärahellitatud naine, kes jookseb oma abikaasa juurest ära. See on minu valik.

Võibolla ka sina oled valinud olla mõnda aega siin. Ja võibolla on nüüd õige aeg, et sa tahad minna, sest oled õppinud sellest maailmast juba küllalt ja tunned, et pole enam midagi, mida tahaksid siin õppida ning oled reisimisest väsinud. Sa tahad puhata. Mine Koju, kõigepealt puhka ja vaata siis, kas tahaksid veel minna ühele uuele seiklusele või mitte. See on kõik, mida hetkel võin öelda.

Ja miks sa peaksid Koju minema? Ja miks Viies ega mitte Kuues? See sõltub sinust endast. Peale Viieandat võid minna ükskõik kuhu ise tahad. Edasi on veel palju tasemeid. Aga Viieendale tasemele jääda on palju mugavam, palju neutraalsem. Edasi üles minna oleks liiga võimas. Mõnda aega võid ju minna, kuid ehk sooviksid ennem siiski puhata.

Näiteks sul on ilus maja, kus on puhketoad jne., kuid vaatamata sellele sa ei tahaks seal igavesti puhata. Nagu ka kõrgel mäestikul olles, mida kõrgemal oled, seda ilusam seal on, kuid see pole õige koht puhkamiseks. Samamoodi on elektriruumis olev generaator lärmakas, kuum ja hädaohtlik. Sa ei pea seal tingimata olema, kuigi see on maja tarbeks hädavajalik.

Jumalas on palju selliseid külgi, mida me ei suuda ettekujutada. Me kujutame alati ette, et mida kõrgemal tasemel oleme, seda enam seal on armastust, kuid on olemas erinevat armastust. On olemas vägivaldset armastust, tugevat armastust ja ka mahedat ning neutraalset armastust. See sõltub sellest, kuidas suudame seda taluda. Jumal annab meile erineval tasemel armastust. Erinevatele tasemetele on omane erineval tasemel Jumala armastus. Aga mõnikord see on liiga tugev ja tundub justkui meid kistaks tükkideks.

**K:** Ma näen enda ümber nii palju hävingut - keskkonna hävingut, julmust loomade suhtes. Kuidas te sellesse suhtute ja mida soovitaksite inimestele, kes püüavad ennast siit maailmast vaimsel teel vabastada. Mis aitaks neil ümbritsevaga toime tulla? Kas sellest piisaks, et siirdume siinsest maailmast teispoolsusesse ja jätame selle maailma maha või arvate, et seni kaua kuni oleme siin peaksime aitama leevendada kannatusi? Kas see teeks head?

**M:** See teeks. Vähemalt meile, meie teadvusele on sellest kasu, sest siis me tunneme, et oleme midagi teinud ja oleme andnud endast parima kaasolendite kannatuste leevendamisel. Mina teen kõike seda sama. Ükskõik, mida küsite, ma teen seda, olen teinud ja teen edaspidigi.

Olen juba varem öelnud, et meie rahad on jagatud erinevate organisatsioonide või erinevate hädas olevatele maade vahel. Ma ei tahaks kiidelda, kuid kuna te juba küsisite, siis näiteks me aitasime eelmisel aastal Filipiine Pinatubo vulkaanipurske tagajärgedega toime tulemisel. Ja

me aitasime üleujutuse ohvreid Vietnamis ja Hiinas jne. Ja me püüame aidata Vietnami põgenikke ÜRO piiril, eeldusel et ÜRO tahab meie abi, kuid me püüame. Me aitame neid rahaliselt ja samuti ka ümberkolimisel, kui ÜRO seda lubab- ÜRO õnnistusel.

Jah, me teeme kõike seda, mida olete palunud ja samuti seepärast, et kuna oleme siin, siis me sama hästi võiksite korrastada oma ümbrust nii palju kui võimalik. Seepärast aitamegi kannatajaid, aidates tõsta ka maailma moraalsel taset. Aitame nii vaimselt kui füüsiliselt. Mõned inimesed ei taha minu poolt pakutud vaimset abi, nad tahavad vaid füüsilist abi, seega me aitame neid füüsiliselt. Selleks, et meil oleks võimalik niimoodi aidata, pean ma raha teenima. Ma ei taha elada inimeste annetustest.

Kõik mu mungad ja jüngrid peavad töötama, just nagu teie. Lisaks sellele me aitame veel vaimselt ja aitame leevendada ka maailma kannatusi. Me peame seda tegema. Ei ole nii, et istume terve päeva samadhis ja naudime iseennast. Vaid väga isekas Buddha (valgustunud olend) teeks nii. Me ei taha siia sellist.(Naer)

**K:** Rääkisite tasemest, kus ollakse teadlik sellest, et on olemas jõud, mis tulenevad sellest teadlikusest. Ent kui oled teadlik nendest jõududest, kuid ei tea samas, kas sul need on? Sa võid isegi tunda nii nagu tegelikult tunned. Kuidas nendele ligi pääseda, või on see üldse võimalik? Kui sa ligi ei pääse, siis kuidas mitte muutuda kannatamatuks olukorras, mis su ümber toimub? Sa justkui näeksid olukorda, mis võtab aeglaselt maise kuju, samas kui tead, et võiksid vaid palvetada või teha midagi muud,

mis tooks parema ja kiirema lahenduse. Mida see tähendab ja kuidas sellele palvega juurde pääseda, et kõik lõppeks hästi? Kas saite aru, mida ma silmas pean?

**M:** Sain küll, sain küll. Pidasite silmas, et kui meil on jõud muuta olukordi ja kui olukorrad meie ümber liiguvad edasi kas bürookraatlikul või aeglasel moel, siis kuidas seda taluda. Kas oli nii? Või kas peaks lihtsalt palvetama või tegema mõne viguri või näitama näpuga ja vajutama nupule? Õige? Ei, minul on piisavalt kannatust, sest me peame töötama selle maailmaga selleks, et vältida kaose tekkimist. Jah.

Näiteks laps ei saa joosta nii kiiresti kui sina. Mitte et sul oleks kiire, või et tahaksid joosta ja sinu pärast laps komistab ja kukub. Seega, me peame olema kannatlikud. Isegi kui meil on jõudu, et joosta, me kõnnime koos lapsega. Olen vahel pettunud ja kannatamatu, kuid isegi mina pean õppima kannatlikkust. Pean põgenike nimel kummardama nii ühe kui teise presidendi ees, isegi kui me tahame aidata neid rahaliselt. Annaksime kõik, mis meil on, miljonid dollarid või isegi biljonid. Me peame minema läbi bürookraatliku süsteemi. Anna Caesarile see, mis Caesarile kuulub.

Ma ei raputa pead ega näita näpuga Ühendatud Rahvaste Organisatsiooni peale, et neid jooksmata panna. Ei! Ei! Maagilisi jõude kasutades põhjustaksime selles maailmas õnnetusi. Asjad peavad minema loomuliku rada mööda. Aga me võime tõsta inimeste teadlikust vaimse tervendamise, vaimse tarkuse ja mõistmisega. Anname neile teadmise, et nad tahavad seda teha ja koostöötada. See on parim viis, ilma maagiliste abivahenditeta. Ma ei

kasuta mitte kunagi tahtlikult maagilisi jõude ükskõik missuguse elu olukorra juures. Imed lihtsalt juhtuvad vaimsuse harjutajate ümber. See on väga loomulik, kuid mitte tahtlik. Me ei suru asjade käigule peale. Sellest pole kellegile kasu. Laps ei oska veel joosta. Kas vastus rahuldab teid?

Kui mõni mu vastustest ei peaks teile sobima, siis olge hea ja öelge, sest ma võin edasi seletada. Kuid ma arvan, et te olete väga arukad inimesed, kõige valitumad ja arukamad kõikidest rahvustest. Seepärast me ei lähe liiga üksikasjalikuks. On veel lisaküsimusi?

Muuseas, on hea, et meil on Ühinenud Rahvaste Organisatsioon. Tänu sellele võime kõrvaldada paljud maailma konfliktid ja sõjad, isegi kui me ei saa neid täielikult ära kaotada. Ma lugesin teie raamatuid Ühinenud Rahvaste Organisatsiooni kohta, "Igaühe Ühinenud Rahvaste Organisatsioon." Olen jälginud mõnda Ühinenud Rahvaste Organisatsiooni projekti. Ma hindan väga teie pingutust ja efektiivsust pantvangide päästmisel sealt, kust teised ei saaks päästa ja kust kogu maailma vägi ei suudaks päästa. Ja üks Ühinenud Rahvaste Organisatsiooni volinik tegi seda. Ja palju teisi asju, seoses põgenike probleemidega ja katastroofijärgse tegevusega.

Olen kuulnud, et Ühinenud Rahvaste Organisatsiooni vastutusel on üle 12 miljoni põgeniku, on nii? See on palju tööd, kui mõelda sõdade ja kõige muu peale. Seega on hea, et on olemas Ühinenud Rahvaste Organisatsioon. See on väga hea.

**K:** Aitäh Meister Ching Hai tarkuse jagamise eest. Minu küsimus on kiiresti kasvava maailma rahvastiku arvu ja sellega kaasneva keskkonnaprobleemi ja sellele lisanduva toiduvajaduse kohta. Kuidas kommenteeriksite rahvastiku kiiret kasvu? Kas see on maailma karma? Või kas see loob tulevikus teatud tüüpi karma?

**M:** See on ka väga hea, et siin maailmas on järjest rohkem inimesi. Miks mitte? Rohkem tunglust, rohkem müra, rohkem nalja, kas pole nii? (Naer) Asi pole tegelikult selles, et oleksime ülerahvastatud, vaid me pole ühtlaselt jaotunud. Inimesed kogunevad vaid teatud aladele ja ei taha kolida teistesse kohtadesse. Selles on asi. On veel palju hõredalt asustatud alasid, mis ei ole kasutusel. Palju puutumatuid saari ja ääretuid tasandikke, mis on rohelised kasvavast metsast ja täiesti tühjad. Kuid näiteks inimestele meeldib koonduda New Yorki, (Naer) sest siin on lõbusam. Kui valitsus, või mis tahes riik saaks luua inimestele töökohti ja arendada tööstust ning oleks erinevat rakendust erinevates kohtades, siis inimesed läheksid ka sinna. Inimesed koonduvad ühtekokku, sest nii on lihtsam tööd leida ja nii on turvalisem. Kui turvalisus, kindlustatus ja töövõimalused oleksid olemas ka mujal, siis inimesed läheksid ka sinna. Nad läheksid kindlustatuse, elatise pärast. See on väga loomulik.

Seega asi pole selles, et peaksime kartma ülerahvastatust. Me peaksime olema paremini organiseeritud, et saaksime anda inimestele rohkem töövõimalusi, majutust ja kindlust. Siis oleks igalpool ühtemoodi. Maailm ei oleks kunagi ülerahvastatud.



Ja mis puudutab teie toiduga seotud küsimust, siis peaksite paremini teadma, sest Ameerikas on nii palju teavet selle kohta, kuidas maailma säästa. Üheks parimaks vahendiks on taimetoitlus. Selle abil saaks ära toita kogu maakera rahvastiku. Me raiskame nii palju taimetoitu, energiat, elektrit ja ravimeid loomade ülalpidamiseks. Mõistate? Samas kui nii saaks otseselt toita inimesi. Ja paljud Kolmanda Maailma rahvad müüvad allahinnatult edasi oma valkudega rikastatud taimset toitu. Sellest pole aga palju abi. Kui jagame kõik toiduvarud võrdselt, mida taimetoitlus väga hästi võimaldab, siis nii me ei aita mitte ainult iseennast ja loomi, vaid kogu maailma.

Ühes uurimuses juba öeldi, et kui igaüks sööks taimetoitu, siis poleks maailmas enam nälga. Ja samuti me peame organiseerima. Ma tunnen ühte inimest, kes oskab teha riisikliidest toitvat sööki ja isegi piima. Me rääkisime temaga sellest eelmine kord. Ta ütles, et võib 300 000 dollariga ära toita 600 000 inimest Sri Lankas- vaeseid, alatoidetuid, emasid. See oleks tõesti võrratu. Mujal maailmas me kasutame loodusvarasid valesti. Küsimus ei ole selles, et neid oleks liiga vähe. Jumal ei paneks meid siia nälgima. Tegelikult me ise näljutame ennast.

Seega, me peame ümber mõtlema, ümber organiseerima ja selleks on vaja paljude riikide valitsuste õnnistust. Nad peavad õnnistama meid täieliku aususe, puhtuse ja väärikusega ning valmidusega teenida inimesi, selle asemel, et teenida iseennast. Kui meil on kõigi maade valitsuste õnnistus, siis pole enam probleemi.

Me vajame head juhtkonda, head majanduslikku organisatsiooni, häid juhte ja ausaid valitsusi. See võib

juhtuda kiiremini, kui paljud inimesed või enamus inimesi saaksid vaimsemaks. Siis nad teaksid, kuidas hoida korda, ja nad teaksid moraalijuhiseid. Nad teaksid siis, kuidas olla aus, puhas, ja kuidas kasutada oma tarkust. Siis nad saaksid mõelda paljudele asjadele, mida teha ja kuidas meie elusid ümber organiseerida.

**K:** Minu arvates näib see olevat väga raske, sest enamus keskkonnale tekitatud kahju on seotud kasvava rahvastiku vajadustega rohkemateks elualdeks, kodudeks, eluks - nii nagu elame 20dal sajandil - elades ja tahtes elada. Näiteks võime võtta Brasiilia džunglid ja sealsete vihmametsade hävitamise. Maa, mida ümber kujundatakse ja sellest tulenevad üleujutused. Ja need on otseselt seotud maailma ülerahvastatuse probleemiga.

**M:** Jah, loomulikult on selles maailmas kõik omavahel seotud. Ainsaks lahenduseks on asju selgitada alustades juurest, mitte lehtedest. Juureks on vaimne tasakaal. Mõistate? (Applaus)

Kõik, mida tegema peame, on edastada vaimset sõnumit ja hoidma ise vaimset tasakaalu. See on see, millest inimestel vajaka jääb. Sellest pole midagi kui ühendame ennast elektrimasinaga ja saame pisut valgust, rahustavat muusikat ja samadhit. Kui pole aga moraalselt korda, siis kasutatakse jõudu valel eesmärkidel, suutmata seda kontrollida.

Seepärast oma rühmas me õpetame inimestele kõigepealt juhiseid. Juhised on olulised. Me peame teadma, kuhu läheme ja kuidas kasutame oma väge. Vägi ilma armastuse, kaastunde, moraalsete väärtuste õige

mõistmiseta on kasutu. Sellest saab must maagia-kuritarvitamine. Seda tähendabki must maagia.

Valgustatust on lihtne saada, kuid seda on raske hoida. Meie teel, juhul kui ei olda tõeliselt distsiplineeritud ja moraalselt ette valmistatud, võib Meister osa sinu väest ära võtta, et sa ei saaks seda kuritarvitada ega teha halba ühiskonnale. See ongi erinevus. Meistril on võim ja vägi.

Mul on väga hea meel kõigi teie poolt esitatud küsimuste üle. Väga arukad küsimused!

Inimesed teevad nii, sest neil pole piisavalt tarkust, nad kuritarvitavad maad nagu te mainisite, või teevad midagi vaid seepärast, et neil puudub tarkus. Seega, juureks on tarkus, vaimne praktika. Saage valgustatuks!

Täna teid tähelepanu eest! Kõike head!

*"Initsiatsioon ei ole tegelikult initsiatsioon...sa vaid tuled siia ja lased mul aidata iseennast. Ma ei ole tulnud siia, et teha teist jüngreid...Olen tulnud, et aidata teil saada Meistriteks."*

*~Kõrgeim Meister Ching Hai~*

*"Igaüks teab juba, kuidas mediteerida, kuid te mediteerite valedele asjadele. Mõned mediteerivad ilusatele tüdrukutele, mõned rahale, mõned ärile. Iga kord kui suunad kogu südamest tähelepanu ühele asjale, siis see ongi meditatsioon. Mina pööran tähelepanu vaid seesmisele väele, kaastundele, armastusele ja Jumala halastusele."*

*~Kõrgeim Meister Ching Hai~*

*"Initsiatsioon tähendab uue elu algust uues korras. See tähendab, et Meister on võtnud sind vastu saamaks üheks Pühakute ringis. Siis sa pole enam tavaline inimene, sa oled ülendatud. Muistsetel aegadel nimetati seda "ristimiseks" või "Meistri juures varjupaiga leidmiseks."*

*~Kõrgeim Meister Ching Hai~*

## Initsiatsioon: Quan Yin Meetod

**K**õrgeim Meister Ching Hai annab Quan Yin Meetodi initsiatsiooni igale siirale tõetsijale. Hiinakeelne väljend “Quan Yin” tähendab mõtisklemist heli vibratsioonile. Meetod hõlmab endas mõtisklemist Sisemisele Valgusele ja Sisemisele Helile. Maailma religioonide vaimses kirjanduses on neid sisemisi kogemusi juba muistsetest aegadest korduvalt kirjeldatud.

Näiteks kristlaste Piiblis on öeldud: “Alguses oli Sõna, ja Sõna oli Jumala juures, ja Sõna oli Jumal” (Joh 1). See Sõna on sisemine Heli. Seda on nimetatud ka selliste nimedega nagu Logos, Shabd, Tao, Helivoog, Naam ja Taevalik Muusika. Meister Ching Hai on öelnud: “See vibreerib kõiges elavas ja hoiab üleval kogu maailma-ruumi. See sisemine meloodia võib ravida terveks kõik haavad, täita kõik unistused ja kustutada kõik maised janud. See on kõikvõimas ja kõike hõlmav armastus. Ühendus oma Sisemise Heliga toob meelerahu ja rõõmu südamesse, sest me pärineme sellest Helist. Olles kord seda Heli kuulnud, muutub kogu meie olemus, meie vaated elule muutuvad palju paremaks.”

Sisemine Valgus - Jumala Valgus, on sama valgus, millele viitab sõna “valgustatus”. Selle intensiivsus võib ulatuda

õrnast kumast mitmete miljonite päikeste särani. Läbi sisemise Valguse ja Heli saame tundma Jumalat.

Quan Yin Meetodi initsiatsioon ei kujuta endast ei esoteerilist rituaali ega uude usku astumise tseremooniat. Initsiatsiooni ajal antakse täpsed juhised meditatsiooniks Sisemisele Valgusele ja Sisemisele Helile ning Meister Ching Hai edastab “vaimse ülekande”. Esmane kokkupuude Jumaliku lähedusega toimub täielikus vaikuses. Selle “ukse” avamiseks ei pea Meister Ching Hai füüsiliselt kohal viibima. Vaimsel ülekandel on oluline osa Quan Yin Meetodist ning meetodi harjutamine ilma Meistrilt saadud initsiatsioonita ei too edu.

Sisemist Heli ja Sisemist Valgust võib kogeda juba kohe initsiatsiooni ajal, mispärast seda nimetatakse ka “äkiliseks” või “vahetuks valgustumiseks”.

Kõrgeim Meister Ching Hai annab initsiatsiooni igasuguse tausta ja usuliste vaadetega inimestele. Selleks ei pea muutma oma käesolevat usku või uskumisi. Sind ei paluta astuda ühegi organisatsiooni liikmeks ega osaleda milleski või teha midagi, mis ei sobiks su praeguse elulaadiga.

Kuid siiski, sul palutakse hakata taimetoitlaseks. Eluaegne pühendumine taimetoitlusele on vajalik eeldus initsiatsiooni saamiseks.

Initsiatsioon on tasuta.

Ainukesteks initsiatsioonijärgseteks nõueteks on igapäevane Quan Yin Meetodi harjutamine ja Viie Juhise järgimine. Juhised on juhtnöörideks, mis aitavad sul hoiduda endale või teistele elusolenditele kahju tegemast. Igapäevane meditatsioonipraktika süvendab ja tugevdab algset valgustumise kogemust ning aitab lõpptulemusena saavutada Ärkamise ja Valgustumise kõrgeimad tasemed. Ilma igapäevase harjutamiseta sa peaaegu kindlasti unustad oma valgustatuse ja laskud tagasi tavateadvuse tasemele.

Meister Ching Hai eesmärgiks on õpetada meid olema iseseisev. Ta õpetab meetodit, mida igaüks võib harjutada üksi, ilma abivahendite ja lisavarustusega. Ta ei otsi endale järgijaid, kummardajaid või jüngreid, ega taha ülal pidada liikmemaksuga organisatiooni. Ta ei võta kellegi käest vastu raha, kingitusi ega kummardusi, mistõttu pole vajadust neid talle pakkuda.

Ta hindab sinu puhtsüdamlikkust igapäevases elus ja meditatsiooni harjutamisel.

## Viis Juhist

1. Ära tapa tundvaid olendeid.\*
2. Ära räägi seda, mis pole tõsi.
3. Ära võta seda, mida pole pakutud.
4. Ära kasuta kedagi seksuaalselt ära.
5. Ära kasuta uimastavaid aineid.\*\*

\* Selle juhise järgimine eeldab pühendumist taimetoitlusele või piima (lakto)-taimetoitlusele. Seega ei loomaliha, linnuliha, kala ega mune (viljastatud või viljastamata).

\*\* See tähendab loobumist igasugustest mürkidest nagu alkohol, narkootikumid, tubakas, hasartmängud, porno- graafia ning hoidumine liiga vägivaldsete filmide vaatamisest või vastava kirjanduse lugemisest.



*”Täiesti jumalik inimene on terviklik inimene. Terviklik inimene on täiesti jumalik. Praegu oleme vaid poolikult inimesed. Me teeme kõike kõhklusega, egora. Me ei usu, et see on Jumal, kes korraldab kõik meile rõõmuks ja kogemiseks. Me hoiame lahus patu ja vooause. Me teeme igast kärpsest elevandi ja vastavalt sellele hindame iseennast ja teisi. Me kannatame omaenda poolt seatud piirangute pärast milline Jumal peaks olema. Mõistate? Tegelikult Jumal on meis endis, aga me piirame Teda. Me tahame ennast hästi tunda ja mängida, kuid me ei tea kuidas. Me ütleme vaid teistele: “Ah! Sa ei tohiks seda teha,” ja me ütleme iseendile: “Ma ei tohiks seda teha. Ma ei või seda teha. Miks ma peaksin olema taimetoitlane?” Jah, ma tean. Mina olen taimetoitlane, sest Jumal minus tahab seda.”*

*~Kõrgeim Meister Ching Hai~*

*”Kui meie teod, sõnad ja mõtted on puhtad, isegi vaid sekundiks, siis kõik jumalad, kaitseinglid toetavad meid. Sel hetkel kogu universum kuulub meile ja toetab meid ning meid ootab troon, et me sellele taas tõuseksime.”*

*~Kõrgeim Meister Ching Hai~*

## Taimetoitluse kasulikkus

**Q**uan Yin Meetodi initsiatsiooni saamise eelduseks on enda sidumine eluaegse taimetoitluse või laktotaimetoitlusega. Sellise menüü puhul on lubatud nii taimset päritolu toidud kui ka piim ja piimatooted, kuid kust kõik loomsed saadused, kaasaarvatud munad on välja jäetud. Selleks on mitmeid põhjusi, milledest kõige olulisem pärineb Viiest Juhisest, mille kohaselt me ei tohi võtta tundva olendi elu ehk “**Ära tapa.**”

Elusolendite mitte tapmine ning mõnel muul moel neile kahju tekitamisest hoidumine on neile selgelt kasulik. Vähem selge on aga tõsiasi, et teistele kahju tekitamisest hoidumine on võrdselt kasulik meile endile. Miks? Karma seaduse pärast, “**Kuidas külvad, nii ka lõikad.**” Tappes ise või lastes kellegil teisel oma lihahimu rahuldamiseks tappa loote karma võla, mis tuleb aga lõpuks tagasi maksta.

Seega tegelikult on taimetoitus kui kingitus, mille endale saame teha. Me tunneme ennast paremini ja meie elu kvaliteet paraneb, sest karmavõlgade koorem väheneb. Ja meile pakutakse võimalust siseneda uude peenesse ja taevalikku sisemaailma. See on seda väikest hinda, mida maksma peame väärt! Põhjusi, miks olla taimetoitlane on mitmeid. Need on seotud nii tervise ja toitumise, öko-

loogia ja keskkonna, eetika ja loomade kannatuste kui ka maailmas valitseva näljahädaga.

## Tervis ja toitumine

Inimese evolutsiooni käsitlevad uurimused on näidanud, et meie eellased olid loomult taimetoitlased. Inimkeha oma ülesehituselt ei ole loodud loomset toitu tarbima. Seda näitas ühes oma võrdleva anatoomia essees dr. G.S. Huntingen Columbia Ülikoolist. Ta juhtis tähelepanu sellele, et kiskjatel on lühike peen- ja jämesool. Nende jämesool on iseloomulikult sirge ja sile, samas kui taimetoidulistel loomadel on pikk nii peen- kui jämesool. Liha madala kiudaine ning kõrge valgusisalduse tõttu ei vaja kiskjad toidu seedimiseks palju aega, mispärast nende soolestik ongi taimetoiduliste loomade omast pikkuselt lühem.

Inimestel on sarnaselt taimetoidulistele loomadele nii pikk peen- kui jämesool. Meie soolestik on ligikaudu kaheksa ja pool meetrit pikk. Peensool on mitmeid kordi tagasi voltunud ja selle seinad on kurrulised, mitte siledad. Kuna meie soolestik on pikem kui kiskjalistel, siis püsib söödud liha selles kauem aega. Selle tulemusena võib liha roiskuda, põhjustades mürkide teket. Näidatud on nende mürkide seost käärsoolevähi tekkel, samuti on teada nende koormav mõju maksale, mille ülesandeks ongi organismi mürgistest jääkidest vabastada. Liigne koormus maksale võib põhjustada maksatsirroosi ja isegi maksa-vähki.

Lihäs leidub palju urokinaasi nimelist valku ning uureat, mis koormavad neere ja võivad kahjustada nende tööd. Poolekilosés lihatükis on neliteist grammi urokinaasi. Kui panna elusrakud urokinaasi lahusesse, siis nende rakkude metaboolne funktsioon nõrgeneb. Veelgi enam, lihas ei ole tselluloosi ehk kiudainet, mille puudujääk võib põhjustada kõhukinnisust. On teada, et kõhukinnisus võib olla üheks võimalikuks pärasoolevähi ja hemorroidide tekke põhjuseks.

Lihäs leiduv kolesterool ja küllastatud rasvhapped põhjustavad südameveresoonkonna haigusi, mis on peamiseks surmapõhjuseks Ameerika Ühendriikides ja nüüd ka Formoosas.

Teisel kohal on vähk. Katsed on näitanud, et liha küpsetamisel ja grillimisel tekib keemiline ühend (metüülkolantreen), mis on tugev vähitekitaja. Hiirtel, kellele seda antakse areneb vähktõbi nagu näiteks luukasvaja, verevähk, soolevähk jne.

Uurimused on näidanud, et hiirepoegadel, keda toidab rinnavähiga hiir, areneb samuti rinnavähk. Kui inimese vähirakke süstiti loomadele, siis ka nendel arenes vähk. Kui liha, mida iga päev sööme pärineb selliseid haigusi põdevatelt loomadelt, siis tõenäosus, et saame need haigused endale on suur.

Enamus inimesi usub, et liha on kvaliteetne - puhas ja ohutu, et seda on eelnevalt kontrollinud. Tegelikult aga

tapetakse iga päev müügiks liiga palju lehmi, sigu, kodulinde, et neid kõiki jõutaks kontrollida. Väga raske on kindlaks teha, kas tükk liha on vähiga nakatunud, rääkimata siis iga üksiku looma kontrollimisest. Kaasaja lihatööstuses lõigatakse loomal lihtsalt pea maha, kui sellel mõni probleem peaks olema, või kui viga peaks olema jalas, siis lõigatakse see ära. Vaid kõlbmatud kehaosad lõigatakse ära, ülejäänud müüakse maha.

Kuulus taimetoitlane dr. J.H. Kellogg's on öelnud: "Süües taimetoitu me ei pea muretsema selle pärast, mis haigusesse meie toit suri. See teeb söögikorra nauditavaks!"

Tähtsusetat pole seegi asjaolu, et loomadele antakse kas toiduga või süstitakse antibiootikume ning teisi ravimeid, nagu steroide ja kasvuhormoone. Kindlaks on tehtud, et nende loomade liha söövate inimeste organism omastab need ravimid. On võimalus, et lihas olevad antibiootikumid nõrgendavad inimestele mõeldud antibiootikumide mõju.

Mõned inimesed arvavad, et taimetoit pole piisavalt toitev. Ameerika kirurgia ekspert dr. Miller praktiseeris nelikümmend aastat Formoosas. Ta rajas seal haigla, kus kõik toidud olid taimsed nii töötajatele kui patsientidele. Ta ütles: "Hiir on selline loom, kes võib ära elada nii taimsest kui loomsest toidust. Kui eraldada kaks hiirt, kellest ühele antakse taimset toitu ja teisele liha, siis näeme, et nende kasv ja areng on sarnane, kuid taimetoitu saav hiir elab

kauem ja on haigustele vastupidavam. Pealegi, kui hiired peaksid haigestuma, siis taimetoitu saav hiir paraneb kiiremini”, lisades “kaasaegse teaduse poolt meile antav meditsiin on aja jooksul tublisti paranenud, kuid see võib ravida vaid haigusi, samas kui toit tagab meile tervise.” Ta rõhutas: “Taimedest pärinev toit on palju vahetumaks toiduallikaks kui liha. Inimesed söövad loomade liha, kes toituvad taimedest. Paljudel loomadil on lühike eluiga ja neil on peaaegu kõik haigused, mis on ka inimkonnal. Väga tõenäoline on, et inimkonna haigused pärinevad nakatunud loomade liha söömisest. Seega, miks inimesed ei võiks otse taimedest toituda?” Dr. Milleri arvates vajame hea tervise tagamiseks vaid teravilju, ube ja köögivilju.

Paljude arvates on loomne valk võrreldes taimse valguga väärtuslikum. Seda loetakse täisväärtuslikuks valguks, samas kui viimast mitteväärtuslikuks. Tegelikult aga mõned taimsed valgud on täisväärtuslikud ning toidu kombineerimisega võime tagada täisväärtusliku valgu valiku mitmeid mitteväärtuslike valke sisaldavaid saadusi kombineerides.

1988. aasta märtsis teatas Ameerika Toitlustuse Organisatsioon oma seisukoha, vastavalt millele on sobilikult kombineeritud taimetoit tervislik ning toitumuslikult mitmekesine.

Sageli arvatakse ekslikult, et segatoidulised inimesed on tugevamad kui taimetoitlased. Yale Ülikooli prof. Irving

Fisher tegi katse, milles osales 15 lihasööjat ja 32 taimetoitlast. Ta näitas, et taimetoitlased on suurema vastupanuvõimega. Ta lasi inimestel hoida käsi ettesirutatuna nii kaua kui võimalik. Testi tulemus oli väga selge. 15st segatoidulisest osalejast vaid 2 suutsid hoida oma käsi ettesirutatuna viisteist või kolmkümmend minutit, samas kui 32 taimetoitlase seast 22 inimest hoidsid oma käsi ees viisteist või kolmkümmend minutit, 15 inimest rohkem kui kolmkümmend minutit, 9 rohkem kui tund aega, 4 rohkem kui kaks tundi ja üks taimetoitlane suutis oma käsi nii hoida rohkem kui kolm tundi

Paljud pikamaajooksjad toituvad enne pingutustnõudvaid võistlusi taimetoidust. Taimetoidu teraapia ekspert dr. Barbara More läbis 165 km pikkuse raja kahekümne seitsme tunni ja kolmekümne minutiga. Viiekümne kuue aastane naine murdis kõik noorte meeste poolt püstitatud rekordid: “Ma tahan enda näol näidata, et inimestel, kes söövad täistaimset toitu on tugev keha, selge meel ja puhas elulaad.”

Kas taimetoitlane saab toiduga piisavalt valku? Vastavalt Maailma Tervise Organisatsiooni soovitusel peaks 4.5% päevastest kaloritest tulema valgust. Nisus on valgu kujul kaloreid 17%, brokkolis 45% ja riisis 8%. Lihavaba valgurikast menüüd koostada on väga lihtne. Seega taimetoitlus on selgelt parim valik, pakkudes veel lisakasusidki. See aitab ära hoida mitmeid haigusi, muuhulgas südame-

haigusi ja erinevat tüüpi vähktõvesid, mida põhjustavad eelkõige kõrge rasvasisaldusega toidud.

Tõestatud on seos liha ning teiste suurtes kogustes küllastatud rasvu sisaldavate loomset päritolu toiduainete ületarbimise ja südamehaiguste, rinnavähi, käärsoolevähi ja ajurabanduse vahel. Teiste haiguste seas, mida sageli madala rasvasisaldusega taimetoiduga ära saab hoida ja vahel ka ravida - on neerukivid, eesnäärmevähk, suhkurtõbi, maohaavandid, sapikivid, ärritatud soole sündroom, liigesepõletik, igemepõletik, akne, pankreasevähk, soolevähk, hüpoglütseemia, kõhukinnisus, divertikuloos, kõrgvererõhutõbi, osteoporoos, munasarjavähk, hemorroidid, ülekaalulisus ja astma.

Peale suitsetamise pole meie tervisele suuremat ohtu kui lihasöömine.

## Ökoloogia ja keskkond

Loomade kasvatamisel liha saamiseks on omad tagajärjed. See toob kaasa vihmametsade hävimise, globaalse temperatuuri tõusu, vee saastatuse, vee puuduse, kõrbestumise, energiavarude väärkasutamise ja maailma näljahäda. Põllumaa, vee, energia ja inimeste jõupingutuse kasutamine lihatootmiseks pole just tõhus moodus Maa loodusvarude kasutamiseks.

Alates 1960dast aastast on Kesk-Ameerika vihmametsadest mahapõletatud ja mahasaagitud 25% selleks, et



luua karjamaasid veisefarmidele. Hinnangute järgi iga neljas unts (25,6 grammi) hamburgerit, mis on tehtud kunagise vihmametsa maaalal üleskasvanud veiselihast, hävitab 55 ruutmeetrit troopilist vihmametsa. Lisaks, veiste kasvatamine mõjutab otseselt kolme olulise globaalset soojenemist põhjustava gaasi tootmist; see on ühtlasi ka peamiseks vee reostumise põhjuseks, sest kilo liha tootmiseks kulub ligikaudu 18 tonni vett.

Palju enam inimesi saaks söönuks kui loodusvarusid, mida muidu kasutatakse veiste ülalpidamiseks, kasutatakse vilja tootmiseks inimeste toitumise eesmärgil. Aaker maad, millel kasvatakse kaera annab 8 korda rohkem valku ja 25 korda rohkem kaloreid, kui seda toidetakse loomade asemel inimestele. Aaker maad, mida kasutatakse brokkoli kasvatamiseks annab 10 korda rohkem valku, kaloreid ja niatsiini, võrreldes maaga, kus kasvatatakse veiseid. Selliseid statistikaid on veel palju. Maakera loodusvarad oleksid palju efektiivsemalt jaotatud kui põllumaa, mida kasutatakse lihatootmiseks, muudetakse viljapõldudeks, et toita inimesi.

Taimetoidu söömine annab sulle võimaluse olla säästlikum meie planeeti vastu. Võttes vaid seda, mida vajad ja ühtlasi vähendades üleliigset tarbimist tunned ennast ka paremini, sest sa tead, et ükski elusolend ei pea surema iga kord kui sa sööd.

## Maaailma näljahäda

Ligikaudu biljon inimest kannatab meie planeedil nälja ja alatoitluse käes. Igal aastal sureb nälga üle 40 miljoni inimese ja enamuse nendest moodustavad lapsed. Sellest hoolimata kasutatakse enam kui kolmandikku maailma viljasaagist loomade toitmiseks. Ameerika Ühendriikides söödetakse lihloomadele koguni 70% kasvatatud viljast. Kui me toidaksime lihloomade asemel inimesi, siis ei jääks keegi nälga.

## Loomade kannatused

Kas te teate, et Ühendriikides tapetakse iga päev rohkem kui 100 000 lehma?

Enamus läänemaade loomi kasvatatakse suurfarmides. Sealsed tingimused on loodud selleks, et minimaalsete kuludega saada tapmiseks maksimaalset arvu loomi. Loomad on kokkupressitud, moonutatud ning neid koheldakse kui masinaid sööda lihaks konverteerimisel. See on tegelikkus, mida enamus meist mitte kunagi oma silmadega ei näe. Öeldud on, et “ühest külaskäigust tapamajja piisab, et teha sust taimetoitlane kogu eluks!”

Lev Tolstoi on öelnud: “Nii kaua kui on tapamaju, nii kaua on ka lahinguvälju. Taimetoitlus on inimlikkuse hõppetest.” Vaatamata sellele, et enamus meist ei poolda aktiivselt tapmist, on ühiskonna toel väljakujunenud

harjumus - süüa regulaarselt liha, ilma tegeliku teadlikkusest, mida nende loomadega, keda sööme, tehakse.

## Pühakud ja teised tuntud taimetoitlased

Alates inimkonna ülestähendatud ajaloost on näha, et inimeste igapäevaseks toiduks on olnud taimne toit. Muistsetes Kreeka ja Heebrea müütides räägitakse inimestest, kes sõid puuvilju. Iidsed Egiptuse preestrid ei söönud kunagi liha. Paljud suured Kreeka filosoofid nagu Platon, Diogenes ja Sokrates pooldasid kõik taimetoitlust.

Indias rõhutas Šākjamuni Buddha Ahimsa - vägivallatuse printsiibi tähtsust, vastavalt millele hoidutakse elusolenditele haiget tegemast. Ta manitses oma järgreid, et need ei sööks liha, sest vastasel juhul elusolendid kardaksid neid. Buddha tegi järgnevaid tähelepanekuid: **“Lihäsöömine on vaid omandatud harjumus. Me ei ole sündinud ihaga selle järele. Lihäsööjad inimesed lõikavad ära oma sisemise Suure Halastuse seemne. Lihäsööjad inimesed tapavad ja söövad teineteist... selles elus ma söön sind ja järgmises elus sa sööd mind... ja see kestab alati nii. Kuidas nad küll pääseksid välja Kolmest Maailmast (Illusioonide maailmast)?”**

Paljud varajased taoistid, kristlased ja juudid olid taimetoitlased. Piiblis on kirjas, mida Jumal ütles: **“Ma olen loonud teile söögiks kõikisuguseid teravilju ja kõikisuguseid puuvilju; kuid metsloomadele ja kõigile**

**lindudele toiduks olen ma loonud rohu ja lopsakad taimed**” (Moosese 1:29). Veel Piiblis olevad näiteid, mis keelavad liha söömist: **“Te ei tohi süüa liha, millel on veri, sest veres on elu”** (Moosese 9:4). Jumal ütles: **“Kes käskis teil tappa härja ja kitse, et tuua mulle ohvrit? Peske endilt maha see süütu veri, et ma kuuleksin teie palveid, või muidu ma pööran enda pea ära, sest teie käed on verised. Kahetsege, et ma võiksin teile andestada”** (Jesaja 1:11-16). Apostel Paulus, üks Jeesuse jüngritest ütles oma kirjas roomlastele: **“Õige on hoiduda liha söömisest ja veini joomisest”** (Pauluse kiri roomlastele 14:21).

Viimasel ajal on ajaloolased avastanud mitmeid iidseid raamatuid, mis on toonud uut valgust Jeesuse elu ning tema õpetuste kohta. Jeesus ütles: **“Inimestest, kes söövad loomaliha saavad nende endi hauad. Ma ütlen teile ausalt, mees kes tapab, saab ise tapetud. Mees, kes tapab elavat ja sööb ta liha, sööb surnud mehe liha.”**

Ka India religioonides hoidutakse liha söömisest. Öeldud on, et **inimesed ei saa liha ilma tapmiseta**. Inimene, kes teeb liiga tundvale olenditele ei saa kunagi Jumalalt õnnistust - **Sestap hoidu liha söömast!** (Hindu juhis)

Islami pühakiri Koraan keelab **surnud loomade liha ja vere söömise**.

Suur Hiina Zen'i meister Han Shan Tzu on kirjutanud äärmiselt lihasöömisvastase luuletuse: **Tõtta turule ostma**

**liha ja kala ja süüda seda oma naisele ja lastele. Kuid miks peaks võetama nende elud selleks, et alal hoida sinu oma? See on mõistmatu. See ei anna sulle poolehoidu Taevas, vaid teeb sust sette Põrgus!**

Paljud tuntud kirjanikud, näitlejad, teadlased, filosoofid ja silmapaistvad inimesed olid taimetoitlased. Järgnevalt ülesloetletud inimesed on taimetoitluse innukalt omaks võtnud: Šäkjamuni Buddha, Jeesus Kristus, Vergilius, Horaatio, Platon, Ovid, Petrarch, Pütaagoros, Sokrates, William Shakespeare, Voltaire, Isaac Newton, Leonardo Da Vinci, Charles Darwin, Benjamin Franklin, Ralph Waldo Emerson, Henry David Thoreau, Emile Zola, Bertrand Russell, Richard Wagner, Percy Bysshe Shelley, HG Wells, Wells, Albert Einstein, Rabindranath Tagore, Lev Tolstoi, George Bernard Shaw, Mahatma Gandhi, Albert Schweitzer; ja viimasel ajal ka Paul Newman, Madonna, printsess Diana, Lindsay Wagner, Paul McCartney ja Candice Bergen - need on vaid mõned nimed paljudest.

Albert Einstein ütles: “Ma arvan, et taimetoitlusega kaasnevad muutused ja selle puhastav mõju inimesele on väga kasulik ka kogu inimkonnale. Seepärast on taimetoitluse poolt valimine inimestele nii paljulubav kui ka rahumeelne.” Selline on olnud paljude tähtsate tegelaste ja mõttetarkade üleüldine nõuanne läbi aegade!

## Meister vastab küsimustele

**K:** Loomaliha söömine võrdub elusorganismi tapmisega, kuid kas taimede söömine pole samuti tapmine?

**M:** Taimede söömine on samuti elusa tapmine ja sellega kaasneb karmatõke, kuid selle mõju on minimaalne. Kui praktiseerida Quan Yin Meetodit kaks ja pool tundi päevas, siis võib sellest karma takistusest vabaneda. Kuna selleks, et elada peame nagoonii sööma, siis valime toidu, mis on madalaima teadvusega ja mis kannatab vähem. Taimed koosnevad 90% veest, seega nende teadvusetase on väga madal, et üldse kannatusi tunda. Veelgi enam, süües köögivilju me aitame kaasa aaseksuaalsele paljunemisele, lõigates maha oksid ja lehti. Lõpptulemus võib olla taimetele isegi kasulik. Seepärast ütlevadki aednikud, et taimede kärpimine aitab neil kasvada suureks ja kauniks.

Veelgi ilmsem on see puuviljade puhul. Küpsev puuvili meelitab meid ligi seda sööma isuäratava lõhna, kauni värvi ja suurepärase maitsega. Sel moel saavutavad viljapuud oma eesmärgi - nende seemneid levitatakse üle suure maaala. Kui me aga ei korja ega söö küpseid puuvilju, siis need riknevad, kukuvad maha ning mädanevad ära. Nende seemneid kõrvetab päike ja need kuivavad ära. Seega, juur- ja puuviljade söömine on igati loomulik ja neid süües me ei kahjusta taimi kohe kuidagi.

**K:** Enamus inimesi arvavad, et taimetoitlased on lühemad ja kõhnemad, samas kui lihasööjad on pikemad ja suuremad. Kas see vastab tõele?

**M:** Taimetoitlased pole ilmtingimata peenemad ja lühemad. Süües tasakaalustatud toitu võivad nad samuti pikaks ja tugevaks kasvada. Teate ju, et kõik suured loomad nagu elevandid, veised, kaelkirjakud, jõehobud, hobused jne. toituvad vaid taimedest. Nad on kiskjatest tugevamad, väga õrnad ja inimkonnale väga kasulikud. Aga lihasööjad loomad on äärmiselt vägivaldsed ja ka kasutud. Kui inimesed söövad liiga palju liha, siis nad muutuvad vastuvõtlikuks loomade instinktidele ja omadustele. Liha söövad inimesed pole tingimata pikad ja tugevad, ning ka nende keskmine eluiga on lühike. Kas eskimod, kes on peaaegu täielikult lihasööjad, on väga pikad ja tugevad? Kas nendel on pikk eluiga? Ma arvan, et sellest saate ise väga hästi aru.

**K:** Kas taimetoitlased võivad süüa mune?

**M:** Ei. Mune süües me samuti tapame tundvaid olendeid. Mõned ütlevad, et poodides saadaval olevad munad on viljastamata, mis tähendab, et nende söömine pole tapmine. See on vaid näiliselt õige. Muna jääb viljatuks vaid seepärast, et vajalikud tingimused selle viljastamiseks on ära lõigatud, seega muna ei saa täita oma eesmärki areneda kanaks. Kuigi pole toimunud vajalikku arengut, siis see ikkagi sisaldab endas algset elu alget. Me teame, et munades on algne elu alge; miks muidu on munarakud ainukesed rakud, mida on võimalik viljastada? Mõned juhivad tähelepanu sellele, et munas on vajalikke

toitaineid, inimorganismile olulisi valke ja fosforit. Kuid valku on võimalik saada ka ubadest ja fosforit võib saada paljudest köögiviljadest nagu kartulist.

Me teame, et iidsetest aegadest kuni tänapäevani on elanud munkasid, kes ei söönud ei liha ega mune ja ikkagi elasid kaua. Näiteks Ying Guang Meister sõi igaks söögikorraks vaid kausitäie puuvilju, natuke riisi ja elas ikkagi kaheksakümne aastaseks. Pealegi, munakollases on palju kolesterooli, mis on peamiseks südameveresoonkonna haiguste põhjuseks nii Formoosas kui Ameerika Ühendriikides. Pole siis ka ime, et enamus sealseid patsiente söövad ka mune.

**K:** Inimene kasvatab koduloomi ja kodulinde nagu sigu, veiseid, kanu, hanesid jne. Miks me ei tohi neid süüa?

**M:** Vanemad kasvatavad oma lapsi, kas vanematel on õigus neid süüa? Igal elusorganismil on õigus elule ja mitte keegi ei tohiks neilt seda õigust võtta. Kui vaatame Hong Kongis kehtivaid seadusi, siis vastavalt nendele pole isegi enda tapmine seadusega lubatud. Seega, kui palju seadusevastasem oleks teiste elusolendite tapmine?

**K:** Loomad sünnivad selleks, et inimesed neid sööksid. Kui me neid ei söö, siis nad võtavad enda alla kogu maakera. Kas pole nii?

**M:** See on absurdne. Enne kui tapate looma, kas küsite ta käest, kas ta tahab saada tapetud ja teie poolt söödud? Kõik elusorganismid tahavad elada ja kardavad surma. Me ei tahaks olla söödaks tiigrile, miks siis loomad peaksid



tahtma olla söödaks meile, inimestele? Inimesed on eksisteerinud maapeal vaid mõned kümned tuhanded aastad, kuid paljud loomaliigid olid olemas juba enne inimeste saabumist. Kas Maa oli siis üleasustatud? Elusorganismid säilitavad loodusliku ökoloogilise tasakaalu. Toidunappus ja ruumipuudus tooks kaasa drastilise populatsiooni languse ja see hoiaks populatsiooni suuruse sobival tasemel.

**K:** Miks ma peaksin olema taimetoitlane?

**M:** Mina olen taimetoitlane, sest minus olev Jumal tahab seda. Mõistad? Lihasöömine on vastuolus üldprintsipiiga mitte tappa. Me ei taha ju, et meid tapetaks või röövitaks. Tehes seda teistele toimime vastu iseendile ja see paneb meid kannatama. Kõik, mida teed vastu teise elusolendi tahet, paneb sind kannatama. Sa ei suudaks ju iseennast hammustada ega pussitada. Sarnaselt, sa ei tohiks tappa, sest see on vastuolus elu põhimõttega. Me ei tee seda, sest see põhjustaks meile kannatusi. See ei tähenda aga, et me ennast seepärast kuidagigi piiraksime, vastupidi - me avardame ennast kõikvõimalikule elule. Nii pole meie elu piiratud vaid selle kehaga, vaid ulatub üle loomade ja kõigi elusolendite. See teeb meid suur-sugusemaks, õilsamaks, õnnelikumaks ja ka piiritumaks.

**K:** Kas te räägiksite taimetoitlusest ja sellest, kuidas see toetaks maailma rahu?

**M:** Jah. Enamuse meie maailmas toimuvate sõdade põhjused on eelkõige majanduslikud. Olgem ausad. Mõne riigi majanduslik kitsikus kasvab tungivaks kui seal

valitseb nälg, toidupuudus või ebavõrdne toidujaotamise süsteem. Kui teil oleks aega ja te loeksite ajakirjandusest taimetoitlust käsitlevaid teaduslikke fakte, siis teaksite seda väga hästi. Veiste ja muude loomade lihaks kasvatamine on põhjustanud meie majandusele pankrotti igas mõttes. See on põhjustanud nälga kogu maailmas, vähemalt Kolmanda Maailma maades.

See ei ole mina, kes seda ütleb, vaid Ameerika kodanik, kes tegi sellist laadi uurimuse ja avaldas selle raamatuna. Võite minna ükskõik millisesse raamatupoodi ja lugeda taimetoitlust käsitlevaid raamatuid. Võite lugeda John Robbinsi raamatut "Toit uuele Ameerikale." Ta on väga kuulus jäätise-miljonär, kes loobus kõigest selle nimel, et hakata taimetoitlaseks ning kirjutada taimetoitlust käsitlev raamat. Ta ei lasknud ennast segada sellest, et see oli vastu ta perekonna ja äri traditsioonidele. Ta kaotas palju raha, mõjuvõimu ja äri, kuid ta tegi seda Tõe nimel. See on väga hea raamat. On veel palju teisi raamatuid ning ajakirju, kust saate küllaldaselt infot ja fakte taimetoitluse kohta, ning samuti selle kohta, kuidas see võib toetada rahu maailmas.

Selleks, et ära toita kariloomi oleme pankrotti ajanud oma toiduvarud. Kas te teate kui palju valku, ravimeid, vett, inimtööjõudu, autosid, teede ehitusi ja kui palju sadasid tuhandeid aakreid maad on kulutatud selleks, et veis oleks üheks eineks piisavalt hea? Mõistate? Kui seda kõike võrdselt jagada arengumaadele, siis suudaksime lahendada näljaprobleemi. Seega olukorras, kus ühe riigi toiduvarud on otsakorral, see tõenäoliselt tungib teise

riigi aladele, et päästa omi inimesi. Pikemas perspektiivis on aga nii loodud halb ajend ja kättemaks. Mõistate?

**Kuidas külvad, nii ka lõikad.** Kui tapame kedagi söögiks, siis hiljem tapetakse meid samal eesmärgil, mõnel muul moel järgmine kord, järgmises põlvkonnas. Sellest on nii kahju. Me oleme nii arukad, nii haritud ja sellele vaatamata enamus meist ikkagi ei mõista, miks naabermaad kannatavad. See on meie maitse, meie isu, meie kõhu pärast.

Ühe inimese toitmiseks tapame nii palju loomi ja hoiame näljas nii palju kaasainimesi, rääkimata siis veel loomadest. Mõistate? Sel moel see süü, teadlikult või alateadlikult, kaalub alla meie teadvuse. See paneb meid kannatama vähi, tuberkuloosi ja teiste ravimatute haiguste käes nagu ka AIDS. Küsige endilt, miks teie maa, Ameerika kannatab kõige rohkem? Kõrgeim vähi esinemise sagedus maailma on siin, sest ameeriklased söövad palju loomaliha. Siin süüakse rohkem liha kui kusagil mujal. Küsige endilt, miks ei ole Hiinas ja kommunistimaades vähi esinemise tase nii kõrge? Nendel pole nii palju liha. Mõistate? Seda ütleb teaduslik uurimus, mitte mina. Ärge süüdistage mind.

**K:** Millised on mõned vaimsed kasud, mida saame olles taimetoitlased?

**M:** Mul on heameel, et küsisite seda sel moel, sest see näitab, et keskendute ja hoolite vaimsetest kasudest. Taimetoitlusega seonduvast läheb enamusele inimestele korda tervis, toitumine ja kehakuju. Taimetoidu vaimseteks külgedeks on selle puhtus ja vägivallatus.

**Sa ei tohi tappa.** Kui Jumal seda meile ütles, siis Ta ei pidanud silmas mitte ainult inimesi vaid kõiki elusolendeid. Kas Ta ei öelnud, et Ta lõi kõik loomad meile sõpradeks, abilisteks? Kas Ta ei öelnud, et me peame loomade eest hoolitsema ning nende üle valitsema? Kui oleksite valitseja, kas siis tapaksite ja sööksite oma alluvaid? Sel juhul saaks teist kuningas ilma alluvateta. Nüüd siis mõistate, miks Jumal nii ütles. Me peame seda järgima. Selles kahtlemiseks pole vähimatki põhjust. Ta ütles seda väga selgelt, kuid kes muu mõistaks Jumalat peale Jumala enda?

Seega selleks, et Jumalat mõista peate saama Jumalaks. Kutsun teid saama taas Jumala-sarnaseks, saama iseendaks, mitte kellekski muuks. Jumalale mediteerimine ei tähenda seda, et kummardate Jumalat, see tähendab, et teist saab Jumal. Te saate teadlikuks, et teie ja Jumal olete üks. **“Mina ja Isa oleme üks,”** kas Jeesus ei öelnud nii? Kui ta ütles, et Tema ja Ta isa on üks, siis meie ja Ta isa võime samuti üks olla, sest ka meie oleme Jumala lapsed. Jeesus ütles ka, et mida Tema suudab teha, seda võime meie teha isegi paremini. Seega, me võime olla isegi paremad kui Jumal, kes teab!

Milleks kummardada Jumalat, kui me ei tea Jumalast mitte kui midagi? Milleks uskuda pimesi? Kõigepealt peame teadma, keda me kummardame, sarnaselt nagu enne abiellumist tahame teada, kes see tüdruk on, kellega kavatsime abielluda. Tänapäeval on tavaks, et enne abiellumist käijakse kohtamas. Seega, miks peaksime kummardama Jumalat pimedas usus? Meil on õigus nõuda

Jumalal ennast meile ilmutada ja lasta meil Teda tunda. Meil on õigus valida, millist Jumalat tahaksime järgida.

Seega nüüd mõistate, et Piiblis oli väga selgelt ära seletatud, miks peaksime olema taimetoitlased. Me peaksime olema taimetoitlased kõigi tervislike, kõigi majanduslike ja kõigi kaastundlike põhjuste pärast. Me peaksime olema taimetoitlased ka selleks, et päästa maailma.

Ühes teadusuurimuses öeldi, et kui lääneinimesed, Ameerikas, oleksid taimetoitlased vaid korra nädalas, siis saaksime igal aastal päästa kuusteist miljonit nälgivat inimest. Seega, ole kangelane, ole taimetoitlane. Kõigi nende põhjuste pärast, isegi kui te ei järgi mind või ei harjuta sama meetodit, palun olge taimetoitlased iseendi hüvanguks, kogu maailma hüvanguks.

**K:** Kui igaüks toituks taimedest, kas see tooks kaasa toidupuuduse?

**M:** Ei. Tüki maa kasutamine vilja kasvatamiseks annab neliteist korda rohkem toitu kui sama maa kasutamine loomade sööda kasvatamiseks. Igal aakril kasvavad taimed annavad 800 000 kalorit energiat. Siiski, kui neid taimi kasutada selleks, et sööta loomi, siis loomalihana saame vaid 200 000 kalorit energiat. See tähendab, et töötlemise käigus on kaduma läinud 600 000 kalorit. Seega taimetoitlus on ilmselgelt palju efektiivsem ja ka majanduslikult kasulikum kui lihasöömine.

**K:** Kas taimetoitlasele on sobilik kala süüa?

**M:** Loomulikult võite kala süüa kui see teile maitseb. Kuid kui tahate süüa taimetoitu, siis kala pole taim.

**K:** Mõned inimesed ütlevad, et tähtis on olla heasüdamlik, kuid ei pea ilmtingimata olema taime-toitlane. Kas sel ütlemisel on mõtet?

**M:** Kui keegi tõesti on heasüdamlik, siis miks ta ikka veel sööb teise elusolendi liha? Nähes neid nii palju kannatamas, kuidas ta suudab nende liha süüa! Liha-söömine on halastamatu, kuidas küll heasüdamlik inimene saab nii teha?

Meister Lien Ch ütles kunagi: **“Tapa ta keha ja söö ta liha. Selles maailmas pole kedagi jõhkramat, pahatahtlikumat, julmemat ja õelamat kui seda on inimene.”** Kuidas üldse selline inimene saab väita end olevat heasüdamlik?

Ka Mencius on öelnud: **“Kui näed teda elusana, siis sa ei suuda näha teda surnuna ja kui kuuled teda ägamas, siis sa ei suuda süüa ta liha; seega õige härrasmees hoidku köögist eemale.”**

Inimesed on loomadest intelligentsemad. Me saame kasutada relvi, mis teevad loomad meie ees kaitsetuks, mistõttu nad surevad vihaga. Meest, kes laseb väikesi ja nõrku olevusi, pole õige kutsuda härrasmeheks. Hukkamise hetkel on loomad hirmust, vihast rabatud. See reaktsioon kutsub nende kehas esile mürkide tootmise, mis jääb lihasse ning on ohtlik neile, kes seda söövad. Kuna loomade vibratsiooni sagedus on inimeste omast madalam, siis nad mõjutavad meie vibratsioone, kahjustades nii meie tarkuse väljakujunemist.

**K:** Kas tohib olla niinimetatud “mugav taimetoitlane?” (“Mugavad taimetoitlased” ei hoidu rangelt lihast. Nad söövad ka köögivilju, mis on eelnevalt liha sisaldavast segasalatist väljavõetud.)

**M:** Ei. Näiteks kui midagi söödavat panna mürgilahusesse ja see sealt siis välja võtta, mis te arvate, kas see on nüüd mürgine või mitte? Mahaparinirvana suutras küsis Mahakasyapa Buddhalt: **“Kui me palume ja meile antakse köögivilju, mis on segatud lihatükkidega, kas tohime seda siis süüa? Kuidas saaksime toitu puhastada?”** Buddha vastas: **“Peate eraldama taimed lihast, pesema neid veega ja alles seejärel tohite neid süüa.”**

Eelnevast dialoogist võime näha, et ei saa süüa isegi lihaga segatud köögivilju, enne kui neid on pestud veega, rääkimata siis ainult liha söömisest! Seepärast on väga lihtne mõista, et nii Buddha kui ta jüngrid olid kõik taimetoitlased. Ja siiski, mõned inimesed laimasid Buddhat, väites nagu Ta oleks olnud “mugav taimetoitlane,” kes võttis pakutu vastu, isegi kui tegemist oli lihaga. Selline jutt on täiesti alusetu. Nii on öelnud need, kes on väga vähe pühakirju lugenud, või pole mõistnud, mida neis öeldakse.

Indias on üle 90% inimestest taimetoitlased. Kui nähakse kollastes rüüdes kerjuseid, siis teavad kõik, et neile pakutakse taimetoitu, rääkimata sellest, et enamusel inimestel polegi liha, mida pakkuda!

**K:** Kunagi ammu kuulsin ühte Meistrit ütlemas, et Buddha olevat söönud seajalga, millest Ta sai kõhu-lahtisuse ja mille tagajärjel Ta suri. Kas see on tõsi?

**M:** Absoluutselt mitte. Buddha suri hoopis teatud seene söömise tagajärjel. Kui tõlkida otse brahmanite keelest, siis seda seent nimetatakse “seajalaks,” kuid tegemist pole ehtsa seajalaga. See on samamoodi nagu kutsume ühte teatud tüüpi puuvilja “longaniks” (hiina kirjanduses tähendab see “draakoni silma.”) Paljudel juur- ja puuviljadel on sellised võõrapärased nimed nagu näiteks taimel, mida kutsutakse “draakoni silmaks.” Tulles tagasi selle seene juurde, siis brahmanite keeles nimetatakse seda seent “seajalaks” või “sea rõõmuks.” Mõlemad omavad seost seaga. Iidses Indias oli seda seent raske leida, sest see kasvas maa all. See oli haruldane delikatess, mida inimesed pakkusid kummardades Buddhale. Selle seene leidmiseks kasutati sigade abi, sest neile maitstes see väga. Sead leidsid selle üles lõhna järgi, kaevasisid jalaga maast välja ja sõid ära. Siit pärinebki nimetus “sea rõõm” või “seajalg.” Tegelikult need mõlemad nimed käivad ühe ja sama seene kohta. Hoolimatu tõlge ning samuti asjaolu, et inimesed ei mõistnud päriselt selle tähendust ongi põhjustanud valearusaama, mille järgnevad põlvkonnad on omaks võtnud ning ekslikult Buddha lihasöövate inimeste sekka asetanud. See on tõesti kahetsusväärne lugu.

**K:** Mõned lihaarmastajad ostavad liha lihuniku käest ja seega ise looma ei tapa. Nad ütlevad, et sel moel saadud liha kõlbab süüa küll. Kas teie arvate, et nii on õige?



**M:** See on täiesti väär arusaam. Peate mõistma, et lihunikud tapavad loomi, sest inimesed tahavad liha süüa. Lankavatara suutras ütles Buddha: “**Kui poleks kedagi, kes liha sööks, siis poleks vajadust ka tappa.**” Seega lihasöömine ja elusolendite tapmine on samavõrdne patt. Nii paljude elusolendite tapmine ongi põhjuseks, miks meil on looduskatastroofid ja inimeste poolt põhjustatud hädad. Liigne tapmine on sõdade põhjuseks.

**K:** Kuigi taimed ei tooda mürgiseid aineid nagu uureat ja urokinaasi, siis mõnede inimeste arvates on meie tervisele kahjulikud puu- ja juurviljade kasvatamisel kasutatavad putukamürgid. Kas see on tõsi?

**M:** Kui põllumehed kasutavad putukamürke ja teisi väga mürgiseid kemikaale nagu DDTd, siis see võib põhjustada vähki, viljatust ja maksahaigusi. Mürkidel nagu DDT on soodumus kuhjuda rasvkoesse, kuhu see loomadel tavaliselt ka talletatakse. See tähendab seda, et liha süües omastate kõik need äärmiselt kontsentreeritud putukamürgid ja muud mürgid, mis looma eluea jooksul ta rasvkoesse olid kogunenud. Võrreldes puu- ja juurviljade ning teraviljadega võib see vahe olla kuni kolmteist korda suurem. Puuviljadele pritsitud putukamürkideist saame lahti neid puhastades või koorides, kuid me ei saa eemaldada juba looma rasvasse kuhjunud putukamürke. Kuna putukamürkidel on soodumus aja jooksul ladestuda, siis need on talletunud looma rasvkoesse. Seega kõige rohkem ohustatud on toiduahela ülemisel lülil olevad tarbijad.

Iowa Ülikoolis tehtud uurimus näitas, et inimeste organismist leitud putukamürgid pärinesid peaaegu täielikult loomalihas. Vastavalt sellele uurimusele on putukamürkide tase taimetoitlaste organismis, võrreldes lihasööjatega enam kui poole võrra madalam. Tegelikult leidub lihas lisaks putukamürkidele veel teisigi mürke. Loomade kasvu kiirendamiseks lisatakse nende söödale kemikaale, või siis selleks, et nende liha värv, maitse ja tekstuur oleksid paremad, samuti ka selleks, et tagada liha parem säiluvus jne.

Näiteks ainuüksi nitraatidest pärinevad säilitusained on väga mürgised. 18. juuli 1971 aasta New Yorgi Times'is kirjutati: "Suureks varjatud ohuks lihasööjate tervisele on lihas peituvad nähtamatud saasteained nagu bakterid lõhes, putukamürkide, säilitusainete, hormoonide, antibiootikumide ja teiste keemiliste lisandite jäägid." Lisaks, loomi vaktsineeritakse, mille jäägid võivad säiluda lihas. Seda kõike arvesse võttes on juurviljas, pähklites, ubades, maisis ja piimas leiduv valk palju puhtam kui lihast saadav valk, mis omab 56% ulatuses vees lahustu-matuid kõrvalaineid. Uurimused näitavad, et kõik need inimese poolt loodud lisandid võivad põhjustada igasugu-seid haigusi, kaasaarvatud vähki ning loote väärarenguid. Seega, rasedale on täiesti kohane süüa puhast taimetoitu, et tagada loote õige füüsiline ja vaimne tervis. Juues piisavalt piima saate küllaldaselt kaltsiumi; ubadest saate valgu ning juur- ja puuviljadest vajalikud vitamiinid ja mineraalained.

# Taimetoitlus:

## Parim lahendus ülemaailmsele veekriisile

**S**elleks, et elada vajavad kõik elusorganismid vett. Stockholmi Rahvusvaheline Veeinstituut (SIWI) teatas aga, et meie planeedi veevarude liigtarbimine on tekitanud olukorra, kus see nii väärtuslik loodusvara võib saada harulduseks tulevaste põlvkondade jaoks. Allpool on ära toodud mõned jahmatavad faktid SIWI igaaastaselt Maailma Veenädala konverentsilt, mis toimus 16.-20. augustil 2004. aastal.

\* Juba mitmeid kümnendeid on toidu tootmine ületanud rahvastiku kasvu. Täna on maailma veevarud lihtsalt lõppemas.

\* Teravilja söödal üleskasvanud lihloomad vajavad ligikaudu 10 000-15 000 kg vett iga kg toodetud liha kohta. *(See vastab efektiivsussuhtele vähem kui 0.001%. Kui mõni tööstusharu toimiks sellisel tasemel, siis see vahetataks kiiresti välja!)*

\* Selleks, et saada teraviljahelbeid, kulub 400-3000 kg vett iga toodetud kg teravilja kohta *(see on vaid 5% sellest, mis muidu kuluks liha tootmisele).*

\* Kuni 90% kasutatavast veest kulub toidu kasvatamiseks.

\* Riigid nagu Austraalia, kus vett juba napib, on hakanud seda *eksportima* liha kujul.

\* Arengumaades kasutavad liha söövad inimesed 5000 liitrit vett iga päev, võrreldes 1000-2000 liitriga, mida kasutavad taimetoitlased (allikas: ajakiri "Guardian" 8/23/2004).

Teemakohane, kuid mitte SIWI raportist pärinev tähelepanek on, et järjest suuremad alad Amazoni vihmametsadest on maha saagitud selleks, et saada põllumaid, kus kasvatada sojaubasid, mida toidetakse veistele. Palju kasulikum oleks kui nende sojaubadega toidetakse vahetult inimesi!

Nagu paljud jüngrid mäletavad, siis Meister käsitleb liha-tootmise mõju keskkonnale oma loengus "Taimetoitluse kasulikkus," mis on ära toodud tutvustavas brošüüris "Vahetu valgustumise võti." "Loomade kasvatamisel liha saamiseks on omad tagajärjed. See toob kaasa vihmametsade hävimise, globaalse temperatuuri tõusu, vee saastatuse, vee puuduse, kõrbestumise, energiavarude väärkasutamise ja maailma näljahäda. Põllumaa, vee, energia ja inimeste jõupingutuse kasutamine lihatootmiseks pole just tõhus moodus Maa loodusvarude kasutamiseks."

Selleks, et oluliselt vähendada ülemaailmset tarbitava vee hulka, vajab inimkond uut lähenemist maailma äratoitmiseks. Taimetoitlus annab selleks sobiva võimaluse.

Samasisulisi aruandeid leiad ka järgnevatelt kodulehekülgedelt:

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

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

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

*Kui Meistri armastus puudutas mu hinge  
sündisin ma uueks.  
Ära küsi mult põhjust  
See pole loogiline, see on ARMASTUS!*

*Olen kogu loomise eestkõneleja  
Häälitsedes vabalt  
Nende muredest ja valust  
Elu elu järel, igavesti keerlevas surmarattas  
Palveta, kaastundlik Meister  
Rutta! Peata see!*

*Su õnnistused voolavad üle kõige  
Üle hea ja halva, ilusa ja inetu,  
siira ja vääritu,  
Kõigile samamoodi!  
Oo Meister, ma ei suudaks kunagi laulda sulle ülistuseks  
Su Armastust hoian ma südames,  
Ja magan sellega iga öö.*

*Kõrgeima Meistri Ching Hai luulekogust  
“Vaikivad pisarad”*

## Väljaanded

Ülendamiseks meie hinge ning pakkumaks inspiratsiooni igapäevaseks eluks on saadaval rikkalik valik Kõrgeima Meistri Ching Hai õpetusi raamatute, audio- ja videokassettide, DVDde, MP3de ja CDde plaatide näol. Lisaks juba avaldatud raamatutele ja kassettidele on mitmekesine valik Meistri õpetusi täiesti tasuta kättesaadaval ka internetis. Näiteks mitmetel veebilehekülgedel on link sagedasti ilmuvale veebiajakirjale “Uudiste Ajakiri” (vaata “Quan Yin veebileheküljed” sektsiooni). Internetis on üleval ka Meistri luuletusi, aforisme ning samuti loenguid audio- ja videofailidena.

Teiseks üle maailma laialdaselt levinud väljaandeks on Meistrit tutvustav brošüür, mida on tõlgitud enam kui 50 keelde ning mis on internetis tasuta saadaval. Tutvustava brošüüri koopia võid allalaadida ühelt järgnevatelt veebilehekülgedelt:

[www.godsdirectcontact.org/sample/](http://www.godsdirectcontact.org/sample/) (USA)

[www.direkter-kontakt-mit-gott.org/booklet/index.htm](http://www.direkter-kontakt-mit-gott.org/booklet/index.htm) (Austria)

[www.godsdirectcontact.org.tw/eng/publication/sample/sample.htm](http://www.godsdirectcontact.org.tw/eng/publication/sample/sample.htm)  
(Formoosa)

## Raamatud

Mõne Meistri raamatu kättevõtmine keset kiiret argipäeva võib osutada tõeliseks elupäästjaks. Tema sõnad on meie tõelise Mina meeldetuletajaks. Pole vahet, kas lugeda ta vaimseid loenguid kogumike sarjast “Vahetu valgustumise võti” või äärmiselt kaastundlikku luulekogu “Vaikivad pisarad” - tarkusepärle leidub küllaldaselt neis mõlemas. Järnevalt toodud nimekirjas on sulgudes ära märgitud erinevates keeltes saadaval olevate raamatute köited. Lisateave saamiseks, kuidas neid või teisi Meistri raamatuid endale soetada, vaata palun alapeatükki “Publikatsioonide endale muretsemine”.

**Vahetu valgustumise võti: Kõrgeima Meistri Ching Hai loengute kogumik.** Saadaval aulaci (1-14); hiina (1-8); inglise (1-5); prantsuse (1); soome (1); saksa (1-2); ungari (1); indoneesia (1-5); jaapani (1-3); korea (1-11); mongoolia (4&6); portugali (1-2); poola (1-2); hispaania (1-3); rootsi (1); tai (1-6) ja tiibeti (1) keeles.

**Vahetu valgustumise võti – küsimused ja vastused.** Saadaval aulaci (1-4); hiina (1-3); tšehhi (1); inglise (1-2); prantsuse (1); saksa (1); ungari (1); indoneesia (1-3); jaapani (1); korea (1-3); portugali (1); poola (1) ja vene (1) keeles.

**Vahetu valgustumise võti – eriväljaanne/7-päevane retriit:** 1992. aastal San Di Munis, Formoosas toimunud 7-päevase retriidi Meistri loengute kogumik. Saadaval inglise ja aulaci keeles.

**Vahetu valgustumise võti – eriväljaanne/1993. aasta Maailma loengute sari:** (6 köites) 1993. aasta Kõrgeima Meistri Ching Hai Maailma loengute sarja loengute kogumik.

**Kirjad Meistri ja jüngrite vahel:** inglise (1), hiina (1-3), aulaci (1-2) ja hispaania (1) keeles.

**Meister räägib lugusid.** Saadaval inglise, hiina, hispaania, aulaci, korea, jaapani ja tai keeles.

**Vaikivad pisarad:** Meistri luuletuste kogumik. Saadaval mitmekeelse väljaandena saksa/prantsuse ja inglise/hiina keeles; samuti hispaania, portugali, korea ja filipiini keeles.

**Jumal hoolitseb kõige eest – illustreeritud jutustusi tõest, kõnelejaks Kõrgeim Meister Ching Hai:** aulaci, hiina, inglise ja saksa keeles.

**Liblika unistus:** Meistri luuletuste kogumik. Saadaval aulaci ja inglise keeles.

**Vana aeg:** Meistri luuletuste kogumik. Saadaval inglise keeles.

**Kuldsed mälestused:** Meistri varajased luuletused. Saadaval aulaci keeles.

**Kadunud mälestused:** Meistri varajased luuletused. Saadaval aulaci ja inglise keeles.

**Jäljed eelmisest elust:** Meistri varajased luuletused. Saadaval inglise keeles.

**Jumala otsene kontakt - tee rahuni.** 1999. aastal toimunud Kõrgeima Meistri Ching Hai Euroopa loengute sarja loengute kogumik. Selles raamatus Meister seletab lahti sõja ja siinse maailma kannatuste tagamaid. Ta rõhutab, et ainus viis, kuidas inimkond saavutaks rahu, on läbi vahetu kontakti Jumalaga – “Järgides õiget teed saame kohe kindlasti Maa tulevikku muuta!” Iga Meistri loeng sisaldab endas sõnumit, mis puudutab inimeste südameid. Saadaval inglise ja hiina keeles.

**Olen tulnud sind koju viima:** Meistri tsitaatide ja vaimsete õpetuste kogumik. Saadaval bulgaaria, tšehhi, inglise, prantsuse, saksa, kreeka, ungari, itaalia, indoneesia, korea, poola, hispaania, türgi, vene ja rumeenia keeles.

**Aforismid:** igavese tarkuse kalliskivid Meistrilt. Saadaval mitmekeelse väljaandena inglise/hiina, hispaania/portugali ja prantsuse/saksa ning vaid korea keeles.

**Ülim köök** - rahvusvaheline taimetoiduköök/ valik koduseid retsepte. Üle kogu maailma jüngerite poolt soovitatud kulinaarseid hõrgutisi. Saadaval inglise/hiina keeles.

**Ühtne rahu maailm läbi muusika:** intervjuude ja muusikaliste etteastete kogumik Los Angelesis, Kalifornias toimunud Heategevus



Kontserdilt. Saadaval mitmekeelse väljaandena inglise/aulaci/hiina keeles.

## Audio- ja videokassetid

Meistri videokassetide vaatamine võib taastada meie välja-vaated elule ning olla meie tõelise Mina meeldetuletajaks. Tarkusega, mis on sageli edastatud läbi huumori, toovad Meistri sõnad ja žestid naeratuse suule ja soojuse meie südamesse. Väga nauditav on ka audiokasseti versiooni kuulamine nendest loengutest ja Meistri vestlustest jüngritega.

Väike valik saadaval olevaid kassette on ära toodud allpool. Lisainformatsiooniks nende ja teiste kassetide endale soetamise kohta vaata palun “Publikatsioonide endale muretsemine” osa.

**Palve maailma rahu eest:** loeng Ljubljanas, Sloveenias.

**Ole iseenda Meister:** rühmameditatsioon Teksases, USA-s.

**Nähtamatu vahekäik:** loeng Durbanis, Lõuna-Aafrikas.

**Inimväärikuse tähtsus:** rühmameditatsioon New Yorgis, USA-s.

**Ühendades ennast Jumalaga:** loeng Lissabonis, Portugalis.

**Kuidas armastada oma vaenlast:** rühmameditatsioon Santimenis, Formoosas.

**Pöördu tagasi lapsepõlve süütusesse:** loeng Stockholmis, Rootsis.

**Tee leidmaks varandust iseendas:** rühmameditatsioon Chiang Mais, Taimaal.

**Koos võime valida helgema saatuse:** loeng Varssavis, Poolas.

**Iga hinge valikud:** rühmameditatsioon Los Angeleses, USA-s.

**Kõnni mööda armastuse teed:** rühmameditatsioon Londonis, Inglismaal.

**Lase teistel uskuda Jumalasse nagu nad tahavad:** rühmameditatsioon Los Angeleses, USA-s.

## Muusikakassetid ja CDd

Meistri muusikaliste kingituste seas meile on nii budistlikud laulud, luuletused kui ka muusika originaalseadeid, mida esitatakse traditsioonilistel instrumentidel nagu Hiina kandlel või mandoliinil.

Paljud muusikaseaded on saadaval nii kasseti kui CD näol. Lisainformatsiooniks nende ja teiste heliteoste endale soetamise kohta vaata palun “Publikatsioonide endale muretsemine” osa.

**Budistlikud laulud:** Kõrgeima Meistri Ching Hai poolt esitatud meditatiivsed laulud. Vol 1, 2, 3.

**Püha laul:** Halleluja

**Eelmise elu jäljed:** Meistri poolt esitatud luuletused. Vol 1, 2, 3.

**Tee armastuse legendideni:** Meistri poolt esitatud luuletused. Vol 1, 2, 3.

**Meistri poolt loodud muusika kogumik:** (Vol 1-9) Originaalseaded esitatuna simbelil, harfil, klaveril, Hiina kandlel, digitaalsel klaveril ja teistel muusikariistadel.

## DVDd

Kood	Pealkiri	Koht
240	Juhatades Maa uude ajastusse	Hsihu, Formoosa
260	Teispoolse maailma salapära	ÜRO., USA
389	Kõrgeima Meistri Ching Hai laulud ja seaded- MTV	
467	Selle maailma kannatused pärinevad meie teadmatusesest	Singapur
493	Oska hinnata initsiatsiooni väärtust	Hamburg, Saksamaa
582	Vaimsel teel ole kindlameelne	Austraalia
608	Vaimse täiustumise meetodid	Washington DC, USA
638	Too endast välja parim	Florida Keskus, USA
665	Rahustades meeled	Istanbul, Türgi
665a	Rahustades meeled	Istanbul, Türgi
667	Ole Jumala tõrvikandja	Johannesburg, Lõuna-Aafrika
670	Meie täiuslik loomus	Florida, USA
671	Olla valgustunud	Tel Aviv, Iisrael
673	Ületa emotsioonid	Kaplinn, Lõuna-Aafrika

674	Kõndides naerus ja armastuses	Kaplinn, Lõuna-Aafrika
676	Maailma Uskude Parlament	Kaplinn, Lõuna-Aafrika
677	Ingli naeratus	Bangkok, Taimaa
680	Üle olemasolu tühjusest	Bangkok, Taimaa
688	Armastus on elu tegelik olemus	Malaisia
689	Valgustumine ja teadmatus	Nepaal
692	Kuulates sisemiselt meie Enda-loomust	Taoyuan, Formoosa
693	Tarkus & keskendumine	Tokio, Jaapan
694	Elu jätkub igavesti	Seoul, Korea
695	Vaimne & intellektuaalne vahetus	
	Konverents Akadeemia Sinicas, Formoosas	
696	Vabadus teispoole keha ja meeli	Young Tong, Korea
705	Ärgates üles unenäost	Seouli Keskus, Korea
709	Õhtu staaridega	Los Angeles, USA
701	Jagades Suurt Õpetust	Yong Dong, Korea
711	Hotell nimega Elu	Fresno, Kalifornia, USA
718	Armastus on alati hea	Florida Keskus, USA
.....	jne.	

## Publikatsioonide endale muretsemine

Kõik publikatsioonid on saadaval ligilähedaste hindadega. Kui soovid neist mõnda endale osta või tellida, siis kõigepealt palun uuri järele oma kohalikust keskusest või kontaktisiku käest, kas see on kättesaadav. Saadaval olevate publikatsioonide nimekirja võid saada kohalikust keskusest või külasta järgnevat kodulehekülge:

[www.godsdirectcontact.com/publications](http://www.godsdirectcontact.com/publications)

Lisaks, mitmetes online “Uudiste Ajakirja” väljaannetes on ära toodud viimati avaldatud raamatute ja kassettide nimekiri. Suurepäraseks kohaks, kus tutvuda Meistri publikatsioonidega on ka spetsiaalselt selleks üles seatud tutvustav laud retriitidel, kust saab otsese ülevaade Meistri raamatutest, kassettidest, piltidest, maalingutest ja iluehetest.

Vajadusel võid teha tellimuse ka otse Formoosas asuvast peakontorist (P.O.Box 9, Hsihu, Miaoli, Formosa, ROC). Vastavalt soovile on saadaval ka detailne kataloog.

## **Quan Yin'i veebileheküljed**

Lisateave saamiseks publikatsioonide ning samuti Quan Yin Meetodi kohta külasta palun järgnevaid veebilehekülgi:

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

Nendelt veebilehekülgedelt võid kergesti edasi minna teistele Quan Yin'i veebilehekülgedele.

*“Leia üles oma Igavene Aare ja sa saad ammutada seda selle Ammendamatust Allikast. See tähendab lõputuid õnnistusi! Mul pole sõnu, millega seda reklaamida. Võin seda vaid ülistada, lootes, et usute mu ülistust, et mu energia puudutab teie südant, tõstes teid üles sellesse rõõmsasse tundesse - siis te usute. Pärast initsiatsiooni te tõesti teate mu sõnade tähendust. Mul ei ole ühtegi teist moodust, kuidas seda Suurt Õnnistust teile edastada, seda Õnnistust, mille Jumal mulle kinkis, andes mulle õiguse seda tasuta edasi jagada.”*

*~ Kõrgeim Meister Ching Hai ~*

*“Me võtame end ümbritsevatelt inimestelt osa karmat kui vaatame nende peale, kui mõtleme nendele, kui jagame raamatut või sööme koos jne. Nii me õnnistame inimesi ja vähendame nende karmat. Seepärast me harjutamegi, et levitada Valgust ja peletada eemale pimedust. Õnnistatud on need, kes annavad meile osa oma karmast. Meil on hea meel neid aidata.”*

*~ Kõrgeim Meister Ching Hai ~*

*“Me räägime kogu aeg mõttetusi. Me justkui ei suuda olla ilma rääkimata. Me peame võrdlema, hindama, samastama, me peame kõigele nime andma. Aga Kõiksus, kui tegemist on tegeliku Kõiksusega - te ei suudaks sellest isegi rääkida. Te ei saaks sellest rääkida. Te ei suudaks sellest isegi mõelda. Te ei suuda seda ette kujutada. Sest pole midagi. Mõistate?”*

*~ Kõrgeim Meister Ching Hai ~*

# Head uudised taimetoitlastele

## Vajalik taimne ualgu

**L**isaks sellele, et taimetoitus on suureks toeks meie uaimsele arengule, on see ka äärmiselt tervislik. Väga oluline on aga tähelepanu pöörata sellele, et toit, mida sööme oleks tasakaalustatud, ning et saaksime kätte vajaliku ualgu koguse.

Walke on kahesuguseid: loomseid ja taimseid. Taimset ualgu saame näiteks sojaubadest, kikerhernestest ja hernestest. Taimetoitus ei tähenda uaid praetud köögiviljade söömist. Alati peaks olema lisatud taimne ualgu, et sööuaw toit oleks organismile tõesti toiteu.

Dr. Miller oli taimetoitlane kogu oma eluaja. Ta oli arst ja ravis uauseid Hiina Vabariigis 40 aastat. Ta oli uendunud selles, et hea tervise tagamiseks peame sööma terauiju, puuuiju ja köögiiju. Ta nimetas tofut “luudeta lihaks”. Ta märkis: “Kuna sojauba on väga toiteu, siis oletades, et juhul kui inimesed sööksid uaid ühte tüüpi toitu ja selleks oleksid sojaoad, siis nii nad oleksid suutelised uastu pidama kauem.”

Taimetoidu ualmistamine kujutab endast samasugust protsessi nagu liha sisaldaua toidu tegemine, erineuus seiseneb uaid selles, et liha asemel kasutatakse taimset ualgu sisaldauaid tooteid nagu taimseid kanatükke, taimset sinki wõi taimseid lihatusükke. Näiteks selle asemel, et ualmistada “pruunistatud liha selleriga” wõi “mereuetika suppi munaga,” wõime teha seda kui “pruunistatud taimset-liha selleriga” wõi “mereuetika suppi ubadega.”

Kui sul on raskusi oma kodukohas taimset ualgu sisaldauate toodete leidmisel, siis wõid wõtta ühendust lähima Kõrgeima Meistri Ching

Hai Assotsiatsiooni keskusega ja me saadame sulle infot su kodule lähimate varustajate ja taimetoidu restoranide kohta.

Kui sind peaks huvitama, kuidas taimetoitu valmistada, siis soovitame sul vaadata raamatut “Ülim köök,” mis on välja antud Kõrgeima Meistri Ching Hai Rahvusvahelise Assotsiatsiooni poolt, või mõnda teist taimetoidu valmistamist käsitlevat raamatut.

Üle maailma paiknevate taimetoidu restoranide nimekirja saamiseks külasta palun järgnevat kodulehekülge:

<http://www.GodsDirectContact.com/vegetarian/veg.html>

Järgnevas nimekirjas on ära toodud mõned taimetoidu restoranid ja taimetoitu müüvad firmad.

## Taimetoidu restoranid üle kogu maakera (nende omanikeks on kaasjüngrid)

### **Aafrika** Lõuna-Aafrika

#### **Johannesburg**

Nimi: Nkele Healthy Eatery

Address: 79 Pritchard Street,  
Johannesburg, Lõuna-Aafrika (Metodisti  
kirikus)

Tel: 27-83-964-8527

### **Ameerika** USA

#### **New York**

Nimi: Viga Vegetarian Food

(taimetoidupood)  
Address: 57-05 136 Street Flushing,  
New York 11355,  
Tel/Fax: 1-718-886-3707

#### **Arizona**

Nimi: Vegetarian House  
Address: 3239 E. Indian School Rd,  
Phoenix AZ 85018  
Tel: 1-602-264-3480

### **Oregon**

Nimi: Sarang Korean Vegetarian  
Restaurant

Address: 706 SW Hurbert St., Newport,  
OR 97365,  
Tel: 1-541-265-5803

### **Kalifornia-Los Angeles**

Nimi: Au Lac Vegetarian Restaurant

Address: 16563 Brookhurst Street,  
Fountain Valley, CA 92708 USA  
(Orange County's)  
Tel: 1-714-418-0658

### **Oakland**

Nimi: Golden Lotus Vegetarian Restaurant  
Address: 1301 Franklin St. Oakland, CA  
94612 USA  
Tel: 1-510-893-0383

**San Francisco**

Nimi: Golden Era Vegetarian Restaurant  
Address: 572 O'Farrell Street, San Francisco, CA 94102  
Tel: 1-415-673-3136

**San Jose**

Nimi: The Supreme Master Ching Hai International Association Vegetarian House  
Address: 520 East Santa Clara Street, San Jose CA 95112  
Tel: 1-408-292-3798  
<http://Godsdirectcontact.com/vegetarian/>

**Massachusetts Boston**

Nimi: Quan Yin Vegetarian Restaurant  
Address: 56 Hamilton Street, Worcester MA 01604 USA  
Tel: 1-508-831-1322

**Texas - Austin**

Nimi: Veggie Heaven  
Address: 1914A Guadalupe Street, Austin, Texas 78705,  
Tel: 1-512-457-1013  
<http://www.veggieheaven.org>

**Houston**

Nimi: Quan Yin Vegetarian Restaurant  
Address: 10804-E Bellaire Blvd, Houston TX 77072 U.S.A  
Tel: 1-281-498-7890

**Dallas**

Nimi: Suma Veggie Cafe  
Address: 800 E Arapaho Rd, Richardson, TX 75081  
Tel: 1-972-889-8598

**Georgia**

Nimi: Cafe Sunflower  
Address: 5975 Roswell Rd. Suite 353, Atlanta GA 30328  
Tel: 1-404-256-1675

**Ohio**

Nimi: Food For Thought  
Address: 212 East High Street, Lisbon OH 44432 USA  
Tel/Fax: 1-330-424-9608

**Washington**

Nimi: Teapot Vegetarian House  
Address: 125 15th Ave E, Seattle WA 98112, USA  
Tel: 1-206-325-1010

**Puerto Rico San Juan**

Nimi: Lucero de Salud de Puerto Rico  
Address: 1160 Americo Miranda Ave., San Juan, Puerto Rico

**Mehhiko**

Nimi: LA GULA DE GULIS  
Address: Bravo #847 Entre Canal y Esteban Morales C.p.9170 Veracruz, Mehiko  
Tel: (52) 0129-14-0621

**Brasiilia San Paul**

Nimi: Sabor Supremo Vegetarian Restaurant  
Address: Rua Quintino Bocaiuva, 247 Centro Sao Paulo, SP. Brasiilia. 01004-010  
Tel: 55-11-3115-5481

**Peru Lima**

Nimi: Sabor Supremo I  
Address: Av. Villaran 840 Surquillo Lima-34  
Tel: 51-1-4482590

**Costa Rica**

Nimi: Restaurante Chocolate Caliente  
Address: Del Banco Nacional de San Pedro 100 mts Sur y 10 mts Oeste, San Jose, Costa Rica  
Tel: 506-280-9821



**Euroopa Saksamaa**

**München**

Nimi: VINA - Vegetarian snackbar  
Address: Westendstrasse 134, 80339  
Muenchen  
Tel/Fax: 49-89-54075146

**Prantsusmaa Pariis**

Nimi: Tien Hiang  
Address: 20, rue Nationale, 75013  
Pariis, Prantsusmaa  
Tel/Fax: 33-1-45829954

**Hispaania Valencia**

Nimi: The Nature Vegetarian Restaurant  
Address: Plaza Vannes, 7 (G.V.Ramon y  
Cajal, 36, dcha), 46007 Valencia,  
Hispaania  
Tel: 34-96-394-0141

**Okeania Austraalia**

**Melbourne**

Nimi: Wholly Vegetarian Cafe  
Address: 11 Brighton Street Richmond  
Vic 3121 Austraalia  
Tel: 61-3-428-9653

**Aasia Jaapan**

**Gunma**

Nimi: Tea Room & Angel's Cookies  
Address: 937 Takoji Kanbara  
Tsumagoi Agatsuma Gunma, Japan  
Tel / Fax: 81-279-97-1065  
Müügil tee ja küpsetised

**Korea**

Nimi: SM Chae-sik Han Sang (SM  
Vegetarian Restaurant in Korean)  
Address: 23-15, Bugok 3 Dong,  
Guemjong-Gu, Busan, Korea Vabariik  
Tel: 82-51-581-9993

**Hong Kong San Po Kong**

Nimi: Light Sound Vegetarian House  
Address: Shop A 06, G/F, San Po  
Kong Plaza, 33 Sung Ling Street  
Tel: 852-2267-7861

**Singapur**

Nimi: Happy Vegetarian Food  
Address: Block 419, Tampines Street 41,  
#01-08 Pacific Restaurant, Singapore  
520419  
Tel: 65-9769-4981

**Indoneesia Surabaya**

Nimi: Surya Ahimsa Vegetarian  
Restaurant  
Address: Jl. Walikota Mustajab 74  
Tel: 62-31-5350466  
E-mail : ahimsa88@msn.com

**Filipiinid**

Nimi: Vegetarian House  
Address: #79 Burgos.St; Puerto Princesa  
City, 5300 Palawan, Filipiinid  
Tel/Fax: 63-48-433-9248  
E-mail: veghouse@hotmail.com

## Kuidas meiega ühendust võtta

**M**eister Ching Hai jüngrid ja õpetuse järgijad on loonud mitmeid ühendusi ning keskusi üle kogu maailma. Publitseerimise peakeskus asub Formoosas:

**The Supreme Master Ching Hai International Association**  
**P.O. Box 9, Hsihu Miaoli 36899, Formosa, ROC**  
**P.O.Box 730247, San Jose, CA 95173-0247, USA**

Kontaktisikud on need inimesed, kes on saanud Quan Yin Meetodi initsiatsiooni, ja kes vabatahtlikult soovivad teisi aidata – neid, kes tahavad saada Quan Yin Meetodi initsiatsiooni või tutvuda lähemalt Meistri õpetustega. Nad võivad aidata sul välja valida, milline audio- või videokassett, või missugune raamat oleks just sulle kõige sobivam. Lisaks, nad võivad hoida sind kursis Meister Ching Hai loengute, retiriitide ning muude toimetuste ajakavaga.

### \*\*\*AAAFRIKA\*\*\*

**Angoola:** Angoola Keskus 244-92-38082  
 luandacentre@yahoo.com

**Benin:** Benini Keskus 229-383-982  
 smbenin@yahoo.fr

**Bukinafaso:** Ouagadougou Keskus 226-50341704  
 smbukinafaso@yahoo.fr

**Cameroon:** Douala Keskus 237-34-37232  
 smcameroon@hotmail.com

**Kongo Demokraatlik Vabariik:**  
 Kinshasa Kinshasa Keskus 243-810583010  
 blessedcongo@yahoo.fr

**Ghana:** Ghana Keskus 233-27- 607-528  
 smghanac@yahoo.com

**Keenia:** Keenia Keskus 254-72-603953  
 atmoske@yahoo.com

**Madagaskar:**  
 Antananarivo Mr. Eric Razahidah 261-33-115197  
 razahidah@hotmail.com

**Mauritius:**  
 Port Louis

Mr. Liang Dong Sheng 230-208-1758  
 smchmauritiuus@intnet.mu

Ms. Josiane Chan She Ping 230-242-0462  
 smchmauritiuus@intnet.mu

### Lõuna-Aafrika:

**Kaplinn** Kaplinna Keskus 27-83-952-5744  
 capetowncentre@yahoo.com

**Johannesburg** Mr. Gerhard Vosloo 27-11-880-0349  
 ghvosloo@mweb.co.za

Ms. Dieketseng Napo 27-83-456-3968  
 dnapo@absamail.co.za

### Togo:

**Kpalime** Kpalime Keskus 228-4-410-948

**Lome** Lome Keskus 228-2-222-864  
 smtogo@yahoo.com

Mr. David Chine 228-2-215-551

### Uganda:

**Kampala** Mr. Samuel Luyimbaazi 256-7764-9807

### \*\*\*AMEERIKA\*\*\*

**Argentiina:** Buenos Aires

## Kuidas meiega ühendust võtta 107

- Ms. Mabel Alicia Kaplan 54-11-4-545-4640  
backhome25@hotmail.com
- Boliivia:**  
Santa Cruz  
Ms. Adalina da graca munhoz 591-337-2039  
adamunhoz@hotmail.com
- Trinidad  
Mr. Wu Chao Shien 591-4625964
- Brasiilia:**  
Belem  
Mr. Wei Cheng Wu 55-91-2234424/55-91-2746611  
belemcenter@yahoo.com.br
- Goiania  
Mr. & Mrs. Erwin Madrid 55-62-3941-4510  
erwinserrano@terra.com.br
- Recife  
Ms. Salma Casierra Alvarez 55-81-3262912
- San Paulo  
San Paulo Keskus 55-11-5904-3083/5579-1180  
br\_center@yahoo.com.br
- Kanada:**  
Edmonton Mr. Brian Hokanson 1-780-444-6568  
Mr. & Mrs. Dang Van Sang 1-780-963 5240  
anh2sd@hotmail.com
- London Londoni Keskus 1-519-438-3702  
uniself@yahoo.com
- Montreal Montreali Keskus 1-514- 277-4655  
smchmontreal@vif.com  
Ms. Euchariste Pierre 1-514-277-2717  
p\_euchariste1@sympatico.ca  
Mr. Hung The Nguyen 1-514-494-7511  
thehungnguyen@vif.com
- Ottawa Mr. Tuan Duong 1-613-565-0862  
et323@ncf.ca
- Toronto Toronto Keskus 1-416-503-0515  
Ms. Diep Hoa 1-905-828-2279  
hoadiep0723@yahoo.com  
Mr. & Mrs. Lenh Van Pham 1-416-282-5297  
hiepham@rogers.com
- Vancouver Ms. Li-Hwa Liao 1-604-541-1530  
jsung22@shaw.ca  
Ms. Sheila Coodin 1-604-580-4087  
qycontactperson@yahoo.ca  
Ms. Nguyen Thi Yen 1-604-581-7230  
yentnguyen2002@yahoo.com
- Tšiili:**  
La Serena  
Mr. Esteban Zapata Guzman 56-51-451019  
laserenacenter@hotmail.com
- Santiago Santiago Keskus 56-2-6385901  
chilecenter@hotmail.com
- Keskus 56-2-6389229
- Kolumbia:**  
Bogota  
Mrs. Blanca Elizabeth Pedraza 57-1-6240217  
diachadicha@hotmail.com
- Costa Rica:**  
San Jose San Jose Keskus 506-2200-753  
Ms. Laura Chen 506-3632-748  
lauracmesa401@hotmail.com
- Honduras:**  
Tegucigalpa  
Ms. Edith Sagrario Ochoa 504-2250120
- Mehhiko:**  
Mexicali Ms. Sylvia Lagrange 52-686-568-4575  
eternalmaster2002@yahoo.com.mx
- Mehhiko  
Mehhiko Keskus 52-55-5752-7472/5639-3506  
cmpkamelkamel@hotmail.com  
Mehhiko Keskus 52-55-5852-1256  
tcenter@contactodirectocondios.org
- Monterrey  
Mr. Roque Antonio Leal Suffo 52-8-379-0897  
mtycenter@starmedia.com
- Nikaraagua:**  
Managua  
Mrs. Pastora Valdivia Iglesias 505-248-3651  
roxanavet@hotmail.com
- Panama:** Panama Keskus 507-236-7495  
Ms. Maritza E.R. de Leone 507-260-5021  
mrleone@hotmail.com
- Paraguay:**  
Asuncion  
Ms. Emilce Cespedes Gimenez 595-2-523684  
ec\_py2002@yahoo.com.ar
- Peru:**  
Cusco Ms. Patricia Kross Canal 51-84-232682  
cuscoentro@yahoo.com
- Lima Lima Keskus 51-1-4716472  
Mr. Edgar Nadal & Ms. Teresa I 51-1-4667737  
edyter@viabcp.com
- Puno Ms. Mercedes Rodriguez 51-54-353039  
punocentroperu@yahoo.es
- Trujillo  
Mr. & Mrs. Ra?l Segura Prado 51-44-221688  
rsp\_trujillo@hotmail.com
- Salvador:**  
San Salvador Mr. Manuel Menjivar 503-216-9413  
quijano\_manuel@yahoo.es
- Trinidad saar:**  
Mr. Ray Alibocus 1-868-637-1054  
alibocus@tstt.net.tt

**USA:**

**Arizona:** Arizona Keskus 1-602-264-3480  
Mr. & Mrs. Kenny Ngo 1-602-404-5341  
kennyngoaz@hotmail.com  
**Arkansas:** Mr. Robert Jeffreys 1-479-253-8287  
bobedj@cox-internet.com

**Kalifornia:**

\*Los Angeles  
Los Angelese Keskus 1-909-674-7814  
Mr. & Mrs. Tsung-Liang Lin 1-626-914-4127  
tllin54@hotmail.com  
Mr. & Mrs. Dong Phung 1-626-284-9994  
SanGabriel99@hotmail.com  
Mr. Gerald Martin 1-310-836-2740  
gmartin0999@hotmail.com

## \*Sacramento

Mr. & Mrs. Hieu De Tu 1-916-682-9540  
saccenter.ca@usa.com

\*San Diego San Diego Keskus 1-619-280-7982  
quanyinsd@juno.com

Mr. & Mrs. Tran Van Luu 1-619-475-9891

## \*San Francisco San Francisco Keskus

KHOALUONG@aol.com  
Mr. & Mrs. Khoa Dang Luong 1-415-753-2922  
Mr. & Mrs. Dan Hoang 1-415-333-9119  
sfcenter@hotmail.com

\*San Jose Ms. Sophie Lapaire 1-650-988-6500  
Sophie.lapaire@sun.com

Mr. & Mrs. Edgar Shyuan 1-408-463-0297

Edgar-Teresa@worldnet.att.net

Mr. Loc Petrus 1-510-276-4631

petrusl.2k4@gmail.com

**Colorado:** Ms. Victoria Singson 1-303-986-1248  
torahi@ureach.com

**Florida:**

## \*Cape Coral

Mr. & Mrs. Thai Dinh Nguyen 1-941-458-2639  
Thaidbzad@msn.com

Ms. Trina L. Stokes 1-239-433-9369

tls1095@earthlink.net

## \*Orlando

Mr. Michael Stephen Blake 1-407-333-0178  
ekalbekim@yahoo.com

**Georgia:**

Keskus/Bhiksuni Chan Mo 1-770-936-9926  
georgiacenter@hotmail.com

Mr. James Collins 1-770-934-2098

Ms. Kim Dung Thi Nguyen 1-404-292-7952

**Hawaii:** Hawaii Keskus 1-808-735-9180  
hawaiictr@hotmail.com

Mrs. Dorothy Kaomi Sakata 1-808-988-6059  
DorothySakata@aol.com

**Illinois:** Mr. Tran, Cao-Minh Lam 1-773-506-8853  
caominhtran@yahoo.com

**Indiana:** Mr. & Mrs. Duc Vu 1-317-293-5303  
Duchanh@aol.com

**Kentucky:** Kentucky Keskus  
kycenter2000@yahoo.com

Mr. & Mrs. Nguyen Minh Hung 1-502-695-7257  
Fuji.Nguyen@ky.gov

**Louisiana:** Mr. John L. Fontenot 1-504-483-3234  
jlfontenot@hotmail.com

**Maryland:** Mr. Nguyen Van Hieu 1-301-933-5490  
marylandcenter@yahoo.com

**Massachusetts:**

Bostoni Keskus 1-978-436-9982  
shinemound@earthlink.net

Ms. Gan Mai-Ky 1-508-791-7316

Mr. & Mrs. Huan-Chung Li 1-978-957-7021

**Michigan:** Mr. Martin John White 1-734-327-9114  
mading02000@yahoo.com

**Minnesota:** Ms. Quach Ngoc 1-612-722-7328  
quachmn@yahoo.com

**Missouri:**

\*Jefferson Ms. Mary E. Steck 1-573-761-9969  
MSteck5208@aol.com

\*Rolla Mr. & Mrs. Genda Chen 1-573-368-2679  
gchen@umr.edu

**Nebraska:** Ms. Celine Robertson 1-402-483-4067  
croberts@lps.org

**Nevada:**

\*Las Vegas Ms. Helen Wong 1-702-242-5688

**New Jersey:** New Jersey Keskus 1-973-209-1651  
c\_newjersey@yahoo.com

Mr. Chang Sheng Chou 1-973-335-5336  
JohnChou@ymusa.com

**Uus Mehhiko:**

Mr. & Mrs. Nawarskas 1-505-342-2252  
anawarskas@hotmail.com

**New York:**

Mr. & Mrs. Zhihua Dong 1-718-567-0064  
dong@phys.columbia.edu

Rochester Ms. Debra Couch 1-716-256-3961  
dcouch@rochester.rr.com

**North Carolina:**

Mr. & Mrs. Huynh Thien Tan 1-704-535-3789

**Ohio:**

Mr. & Mrs. Vu Van Phuong 1-513-887-8597  
ohiocenter@yahoo.com

Mr. Gilbert Rivera 1-937-746-3786  
wisdmeye@aol.com

**Oklahoma:**

Mr. & Mrs. Tran Kim Lam 1-405-632-1598  
ltran2292@yahoo.com

## Kuidas meiega ühendust võtta 109

### Oregon:

Portland Mr.&Mrs.Minh Tran 1-503-614-0147  
oregon\_center90@yahoo.com  
Ms. Youping Zhong 1-503-257-2437  
youping320@yahoo.com

### Pennsylvania:

Mr.&Mrs. Diep Tam Nguyen 1-610-529-3114  
DiepAshleyPa@aol.com  
Mrs. Ella Flowers 1-215-879-6852

### Teksas:

\*Austin Austini Keskus 1-512-396-3471  
jjdawu@yahoo.com  
Mr. Dean Duong Tran 1-512-989-6113  
tranduongdean@yahoo.com

\*Dallas Dallase Keskus 1-214-339-9004  
DallasCenter@yahoo.com  
Mr. Tim Mecha 1-972-395-0225  
t.mecha@comcast.net  
Mr. Weidong Duan 1-972-517-5807  
water96@yahoo.com  
Mr. Jimmy Nguyen 1-972-206-2042  
JimmyHNgyuen@yahoo.com

\*Houston Houstoni Keskus 1-281-955-5782  
Ms.Carolyn Adamson 1-713-6652659  
cadamson@houston.rr.com  
Mr.&Mrs. Charles Le Nguyen 1-281-251-8812  
cuc\_le@sbcglobal.net  
Mr.&Mrs. Robert Yuan 1-281-251-3199  
robert.yuan@hp.com

\*San Antonio  
Mr. Khoi Kim Le 1-210-558-6088  
lethong@hotmail.com

Virginia: Virginia Keskus 1-703-941-0067  
Mr.&Mrs. Hua Phi Anh 1-703-978-6791  
anhhlly@hotmail.com

\*Virginia Beach  
Virginia Beach'i Keskus 1-757-461-5531  
liem\_le23502@yahoo.com

### Washington:

\*Seattle Mr. Ben Tran 1-425-643-3649  
benptran@aol.com  
Mr. Edward Tan 1-206-228-8988  
edtan@usa.com

### Wyoming:

Ms.Esther Mary Cole 1-307-332-7108  
sumaemc@yahoo.com

### Puerto Rico:

Camuy  
Mrs. Disnalda Hernandez Morales 1-7872621874  
disnalda@caribe.net

\*\*\*AASIA\*\*\*

### Formoosa:

Taipei Taipei Keskus 886-2-2706-6168  
tpe.light@msa.hinet.net

Mr.&Mrs. Loh, Shih-Hung 886-2-27062628  
shloh@ndmctsg.edu.tw

Miaoli Mr. & Mrs. Chen, Tsan Gin 886-37-221618  
Mr. Chu, Chen Pei 886-37-724726

### Kaohsiung

Mr. & Mrs. Zeng, Huan Zhong 886-7-7534693

### Hong Kong:

Hong Kongi Keskus 852-27495534  
Keskus 852-26378257  
joyandlove3@hotmail.com

### India:

Kalkuta Mr. Ashok Sinha 91-33-655-6741  
shiva@cal.vsnl.net.in

### Indoneesia:

Bali Bali Keskus 62-361-231-040  
smch\_bali@yahoo.com  
Mr. Agus Wibawa 62-81-855-8001  
wibawa001@yahoo.com

Jakarta Jakarta Keskus 62-21-6319066  
smch-jkt@dnet.net.id  
Mr. Tai Eng Chew 62-21-6319061  
cte@envirotec.co.id  
Ms. Lie Ik Chin 62-21-6510715  
herlina@ucii.com  
Ms.Murniati Kamarga 62-21-3840845  
hai@cbn.net.id  
Mr.IKetut P.Swastika 62-21-7364470  
ketut@sinarmas.co.id

Malang Mr. Judy R. Wartono 62-341-491-188  
yudi\_wartono@telkom.net  
Mr. Henry Soekianto 62-341-325-832

Medan Mrs. Merlinda Sjaifuddin 62-61-4514656  
smch\_medan@hotmail.com

Surabaya Surabaya Keskus 62-31-5612880  
ahimsasb@indosat.net.id  
Mr. Harry Limanto Liem 62-31-594-5868  
harry\_l@sby.dnet.net.id

### Yogyakarta

Mr. Madyana Putra Augustinus 62-274-411-701  
t.adianingtyas@lycos.com

Israel: Mr. Yaron Adari 972-9-866-6247  
ya05@netvision.net.il

### Jaapan:

Gunma Ms. Hiroko Ichiba 81-27-9961022  
divinalv@nth.biglobe.ne.jp

Tateyama Tateyama Keskus 81-470-209127  
tateyama\_lg@yahoo.co.jp

Tokio Ms. Yukiko Sugihara 81-90-6104-5770  
lotus@sky.plala.or.jp  
Ms. Yoshie Takeda 81-90-3963-0755

		y-plus@f6.dion.ne.jp	Ms. Erdenechimeg Baasandamba 976-11-310908 baasandamba@yahoo.com
<b>Korea:</b>			
Andong	Andongi Keskus	82-54-821-3043	Baganuur
	Mr. Kim, Sam-Tae	82-54-821-3043	Mr.&Mrs. Gursad Bayarsaikhan 976-121-21174
Busan	Busani Keskus	82-51-581-9200	<b>Myanmar:</b> Mr. Sai San Aik 951-667427
	chinghaibusan@hanmail.net		<b>Nepaal:</b>
	Mr. Song, Ho-Joon	82-51-957-4552	Kathmandu Kathmandu Keskus 977-1-4254-481
	Mr. Hwang, Sang-Won	82-51-805-7283	chinghai_kathmandu@hotmail.com
Chungok	Chungoki Keskus	82-54-6731399	Mr. Ajay Shrestha 977-1-4473-558
Daegu	Daegu Keskus	82-53-743-4450	ajaystha@hotmail.com
	chinghaidaegu@hanmail.net		Pokhara Pokhara Keskus 977-61-28455
	Mr. Cha, Jae-Hyun	82-53-856-3849	Mr. Bishnu Neupane 977-61-31643
	Mrs. Han, Sun-Hee	82-53-767-5338	neupanebishnu@hotmail.com
	Mr. Kim, Ik-Hyeon	82-53-633-3346	Mr. Shiva Bastola 977-61-28255
Daejeon	Daejeoni Keskus	82-42-625-4801	Mr. Raj Kumar Lama 977-61-31413
	Mr. Kim, Soo-Dong	82-42-2547309	<b>Filipiinid:</b> Manila Keskus
Gwang-Ju	Gwang-Ju Keskus	82-62-525-7607	manilach@hotmail.com
	Mr. Jo, Myong-Dae	82-62-394-6552	<b>Singapur:</b> Singapuri Keskus 65-6741-7001
	smgwangu@naver.com		chinghai@singnet.com.sg
Incheon	Incheoni Keskus	82-32-579-5351	Keskus 65-6846-9237
	Mr. Lee, Jae-Moon	82-32-244-1250	<b>SriLanka:</b>
Jeonju	Jeonju Keskus	82-63-274-7553	Colombo
	shc5824@hanmail.net		Mr. Lawrance Fernando 94-1-412115
	Mr. Shin, Hyun-Chang	82-63-254-5824	samantha_nbt@zeynet.com
Seoul	Seouli Keskus	82-2-5772158	<b>Taimaa:</b>
	goldenseoul@yahoo.co.kr		Bangkok
	Mr. Yoo, Tae-In	82-2-795-3927	Bangkoki Keskus 662-674-2690
	Mrs. Lee, Ji-Ja	82-2-599-1701	bkk_c@hotmail.com
Youngdong	Youngdongi Keskus	82-54-5325821	Ms.Laddawan Na Ranong 66-1-8690636/ 66-2-5914571
	houmri1@komet.net		edaslnd@samsorn.stou.ac.th
<b>Laos:</b>			Chiang Mai
Vientiane			Ms. Siriwan Supatrchamnian 66-50-332136
Mr. Somboon Phetphommasouk	856-21-415-262		siriwanli@hotmail.com
somboon_9@hotmail.com			Khon Kaen Khon Kaeni Keskus 66-43-378112
<b>Macau:</b>	Macau Keskus	853-532231	Songkhla Songkhla Keskus 66-74-323694
	macau_center@email.com		<b>***EUROOPA***</b>
	Keskus	853-532995	<b>Austria:</b> Viini Keskus Chinghai@A1.net
<b>Malaisia:</b>			Mr.&Mrs.Nguyen Van Dinh 43-2955-70535
Alor Setar	Mr. Chiao-Shui Yu	60-4-7877453	Mr. Shih-Tsung Lu 43-699-12272892
Johor Bahru			sound@gmx.at
	Mr.&Mrs. Chi-Liang Chen	607-6622518	<b>Belgia:</b>
	supreme2@tm.net.my		Brüssel
Kuala Lumpur			Ms. Ann Goorts 31-6-11-240-115
	Kuala Lumpuri Keskus	603-2145 3904	gotske@yahoo.fr
	klsmch@tm.net.my		<b>Bulgaaaria:</b>
	Keskus	6012-259-5290	Sofia
	klsmch@yahoo.com		Mr. Ruslan Staykov 359-2-8575358
Penang	Penangi Keskus	604-2285853	oldruslan@yahoo.com
	pgsmch@pd.jaring.my		Plovdiv
	Mr.&Mrs. Lin Wah Soon	604-6437017	Mrs. Miglena Bozhikova 359-32-940726
<b>Mongoolia:</b>			chinghaiplovdiv@yahoo.com
Ulaanbaatar			<b>Horvaatia:</b> Mr. Zeljko Starcevic 385-51-251081
			zeljko@mindless.com
			<b>Tšehhi:</b>
			Praha
			Praha Keskus 42-02-6126-3031
			prague-center@chinghai.cz

## Kuidas meiega ühendust võtta 111

- Mrs. Marcela Gerlova 42-0-608-265-305  
Chinghai@chinghai.cz
- Taani:** Mr. Thanh Nguyen 45-66-190459  
my@webspeed.dk
- Soome:**  
Helsinki Ms. Anne Nyström 358-9-793902  
anne.nystrom@kolumbus.fi
- Prantsusmaa:**  
Alsace Ms. Despretz Anne-Claire 33-3-8977- 0607  
arclai@infonie.fr
- Ardeche Ms. Reynet Jeanine 33-4-75376232  
Montpellier
- Mr. Nguyen Tich Hung 33-4-67413257  
tich.hung@infonie.fr
- Paris Pariisi Keskus 33-1-4300-6282  
Ms. Lancelot Isabelle 33-1-4030-1174  
ilancelot@celestialfamily.net
- Ms. Ngo Thi Huong 33-1-4376-1453
- Saksamaa:**  
Berliin Berliini Keskus 49-30-3470-9262  
pureocean@web.de
- Düsseldorf Keskus 49-203-4846374  
ngoc-thao.nguyen@gmx.de  
dusseldorfcenter@hotmail.com
- Hamburg Keskus 49-581- 15491  
HamburgCenter@gmx.de
- München Ms. Johanna Hoening 49-8170-997050  
ChingHai@aol.com
- Ms. Kang Cheng 49-89-3616347  
love\_source@t-online.de
- Kreeka:**  
Ateena Ms. Vicky Chrisikou 30-210-9321920  
luckychrisikou@yahoo.gr
- Holland:**  
Amsterdam Mr. Marcel Mannaart 31-72-5070236  
m.mannaart@planet.nl
- Mr. Nguyen Ngoc Trung 00-31-626478716  
Quan-Am@chello.nl
- Ungari:**  
Budapest Budapesti Keskus 361-363-3896  
budapestcenter@freemail.hu
- Mr. Lux Tamas 36-304273364  
Ms. Dora Seres 36-1379-1924
- Gyor Mr. Lehel Csaba 36-96-456-452  
clehel@freemail.hu
- Iirimaa:**  
Dublin Mr. & Mrs. Bernard Leech 353-1-6249050  
dublinquanyin@yahoo.co.uk
- Norra:**  
Oslo Mr. Nguyen Ngoc Tai 47-22-612939  
osloqy@online.no
- Poola:**
- Szczecin Mrs. Grazyna Plocinizak 48-91-4874953  
gingal@wp.pl
- Varssav Mrs. To Soszynska 48-22-6593897  
quanyin\_pl@yahoo.com
- Portugal:**  
Leiria  
Mr. Antonio Jose Vieira Caldeira 351- 2625-97924  
alcoa\_center@hotmail.com
- Venemaa:**  
Moskva Mrs. Leera Gareyeva 7-095-732-08-32  
boulgakov@tri-el.ru
- Sloveenia:**  
Ljubljana Mr. Janez Pavlovic 386-41-320-268  
janez.pavlovic@sio.l.net
- Maribor  
Mr. Rastislav Alfonz Kovacic 386-35-814981  
dbk@sio.l.net
- Hispaania:**  
Madrid  
Mr. Gabriel Gasca Hernandez 34-91-5930413  
Madridcenter@yahoo.es
- Ms. Lidia Kong 34-91-5470366
- Mr. Claudio Octavio Silva Zuniga 34-667090831  
claudiosilvachile@yahoo.es
- Malaga Mr. Wang Ya-King 34-95-2351521
- Valencia Vegetarian House 34-96-3744361  
Mr. Yu Xi-Qi 34-96-3347061  
valenciachinghai@yahoo.es
- Rootsi:**  
Angelholm Mrs. Luu Thi Dung 46-431-26151  
Angelholmswe@yahoo.com
- Åre Ms. Viveka Widlund 46-647-32097  
sweden1@tele2.se
- Malmö Mr.&Mrs. John Wu 46-40-215688  
john.wu@bolina.hsb.se
- Stockholm Mr. Mats Gigard 46-8-882207  
mats.gigard@telia.com
- Šveits:**  
Genf Ms. Feng-Li Liu 41-22-7973789  
fengli@ilo.org
- Ms. Klein Ursula 41-22-3691550  
uklein@tiscali.ch
- Ühendatud Kuningriigid:**  
**Inglismaa:**  
Ipswich Mr. Shahid Mahmood 44-1473-436961  
shahidm@ntlworld.com
- London Londoni Keskus  
pnl@matters19.freemove.co.uk
- Mr. Nicholas Gardiner 44-2089-773647  
Mrs. C Y Man 44-1895-254521  
chuk\_yee\_man@hotmail.com
- Stoke-on-Trent

## 112 Vahetu valgustumise võti

## Kõrgeim Meister Ching Hai

	Mrs. Janet Weller	44-1782-866489	Mr Phong Minh Tan Do	61-3-9850- 2553
	janet.weller7090@ntlworld.com		phongloveme@yahoo.com	
Surrey	Mr. C.W.Wo	44-1293-416698	Mr. Alan Khor	61-3-9857-4239
	stmchw@hotmai.com		ckhor@bigpond.net.au	
<b>Šotimaa:</b>				
Edinburgh	Mrs. Annette Lillig	44-131-6660319	Perth Perth i Keskus	61-8-9242-1189
	lillig2002@yahoo.co.uk		Mr. David Robert Brooks	61-8-9418-6125
<b>***OKEAANIA***</b>			daveb@iinet.net.au	
<b>Austraalia:</b>				
Adelaide	Mr. Leon Liensavanh	618-8332-6192	Sidney	Mr. Ly Van Tri
	leonadelaide@hotmail.com			61-8-9242-2848
Brisbane	Brisbani Keskus			Mr. Eino Laid Saar
	briscentre@telstra.com			61-2-9477-5459
	Mr. Gerry Bisshop	617-3847-1646		einoforquanyinsydney@yahoo.com
	Mrs. Tieng Thi Minh Chau	617-3715-7230		Mr. Ly An Thanh
	ctieng@telstra.com			61-2-9823-8223
	Mr.&Mrs. Yun-Lung Chen	617-3344-2519		anbinh_sydney@yahoo.com.au
	dlch136@hotmail.com		<b>Uus-Meremaa:</b>	
Byron Bay/			Auckland	
	Mr.&Mrs. Ray Dixon	612 - 66 89 1282		Mrs. Noelyne No Thi Ishibasi
Northern Rivers	rayandjulie@dodo.com.au			649-277-9285
Canberra	Mr. Hoang Khanh	61-2-6259-1993		takahide@xtra.co.nz
	smcanberra@hotmail.com			Mr. Peter Morrin
Melbourne	Melbourni Keskus			642-172-2776
	melbsmch@aol.com			ptr@ihug.co.nz
	Mrs&Mr Rob Nagtegaal	61-3-5282-4431		Mr. Chang Jen-Hor
	rosrobbery@aol.com			64-9-2749298
				changjenhor@yahoo.com
			Christchurch	Mr. Michael Lin
				643-343-6918
				nzhchsmch@hotmail.com
			Hamilton	Mr. Glen Vincent Prime
				hamnzcont@yahoo.co.nz
			Nelson	Ms. Sharlene Lee
				64-3-5391313
				shale@ihug.co.nz

\* Kui sinu kodukohas ei ela ühtegi kontaktisikut, siis palun võta ühendust sulle lähemal asuva linna või riigi kontaktisikuga. Kõige uuema informatsiooni saamiseks kõigi kontaktisikute kohta külasta järgnevat kodulehekülge:

<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/cp/index.htm>

(inglise keeles)



**\* Raamatute osakond:**

email: [divine@Godsdirectcontact.org](mailto:divine@Godsdirectcontact.org)  
fax: 1-240-352-5613 või 886-949-883-778  
(Oled teretunud abistama Meistri raamatute tõlkimisel erinevatesse keeltesse)

**\* Reis läbi kaunite maailmade. TV programmi videokassetid**

email:  
[art&spirituality@Godsdirectcontact.org](mailto:art&spirituality@Godsdirectcontact.org)  
fax: 1-413-751-0848 (USA)

**Kõrgeima Meistri Ching Hai  
Rahvusvahelise Assotsiatsiooni  
Kirjastus., Taipei, Formoosa.**

email:  
[smchbooks@Godsdirectcontact.org](mailto:smchbooks@Godsdirectcontact.org)  
tel: 886-2-7873935/  
fax: 886-2-87870873

**\* Uudistegrupp:**

email:  
[lovenews@Godsdirectcontact.org](mailto:lovenews@Godsdirectcontact.org)  
fax: 1-801-7409196 või 886-946-728475

**\* Vaimse teavelaud:**

email:  
[lovewish@Godsdirectcontact.org](mailto:lovewish@Godsdirectcontact.org)  
fax: 886-946-730699

**\* S.M. Celestial Co., Ltd.**

email: [smcj@ms34.hinet.net](mailto:smcj@ms34.hinet.net)  
tel: 886-2-87910860/  
fax: 886-2-87911216

**\* LA Keskuse raamatupood**

email: [la\\_bookstore@yahoo.com](mailto:la_bookstore@yahoo.com)  
fax: 1-909-738-9992

\*Quan Yin'i veebilehekülgi täiendatakse kogu aeg ning kõige uuema informatsiooni saamiseks külasta palun järgnevat kodulehekülge:

<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/links/links.htm>

Nendelt veebilehekülgedelt saad tasuta alla laadida Uudiste Ajakirja:

<http://sm21.net/eNews/>  
<http://ftp.Godsdirectcontact.org/pub/>  
<http://news.Godsdirectcontact.info>  
<http://download.Godsdirectcontact.info>

Kolmekümne esimene väljaanne: juuni, 2004

**Autor:** Kõrgeim Meister Ching Hai  
P.O. Box 9, Hsihu Miaoli 36899,  
Formoosa, Hiina Vabariik

**Väljaandja:** Kõrgeima Meistri Ching Hai Rahvus-  
vahelise Assotsiatsiooni Kirjastus

**Address:** 1 F, Nr. 236, Song San Road, Xin Yi  
District, Taipei, Formoosa, Hiina Vabariik

**Koopiaõigus:** kuulub Kõrgeimale Meistrile Ching Haile

Meister Ching Hai on õnnistanud selle raamatu sisu ja sõnu. Kõik õigused reserveeritud. Ilma Meistri või kirjastaja eelneva nõusolekuta on ükskõik millise osa sellest raamatust paljundamine rangelt keelatud, seda selleks, et kaitsta piraatluse tegijat endale halva karma loomisest.