



Učiteljica Ching Hai

Ključ neposrednog prosvjetljenja

**izvadak iz kolekcije predavanja
besplatnini primjerak**

Sadržaj

Sadržaj	2
Uvod	5
Kratak životopis Učiteljice Ching Hai	9
Misterija onostranog svijeta	12
Inicijacija: Quan Yin metoda	46
Pet smjernica	48
Koristi veganske prehrane	50
Zdravlje i hranjivost	51
Ekologija i zaštita čovjekovog okoliša	54
Svjetska glad	55
Patnja životinja	56
Društvo Svetih i ostali	56
Učiteljica odgovara na pitanja	58
Veganstvo: Najbolje rješenje za globalnu krizu vode	68
Dobre vijesti za vegance	70
Veganski restorani diljem svijeta	71
Publikacije	81
Kako kontaktirati s nama	95

Preuzimanje besplatne brošure

Ključ neposrednog prosvjetljenja (na više od 80 jezika)

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

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

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

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

Online izdanje: **prosinac 2013.**

Autor: The Supreme Master Ching

Izdavač: The Supreme Master Ching Hai International
 Association Publishing Co., Ltd.

Adresa: 236 Sounghsan Road, Taipei, Formosa, R.O.C.
 Tel: 886-2-87873935 / Fax: 886-2-87870873

The Supreme Master Ching Hai ©1994~2013

Sva prava pridržana.

"Ne pripadam ni budizmu ni katoličanstvu. Ja pripadam Istini i ja propovijedam Istinu. Možete to nazvati budizam, katoličanstvo ili taoizam, kako god želite. Svi su dobrodošli!"

~ Učiteljica Ching Hai ~

"Postizanjem unutrašnjeg mira, postići ćemo i sve ostalo. Sva ta zadovoljstva, sva ta ispunjenja zemaljskih i nebeskih želja dolaze od Kraljevstva Nebeskog – unutrašnjeg ostvarenja naše vječne harmonije, naše vječne mudrosti i naše svemogućuće moći. Ako ih ne uspijemo ostvariti, nikada nećemo pronaći zadovoljstvo, bez obzira na to koliko novaca imamo, koliko smo moćni ili kako utjecajni položaj imamo."

~ Učiteljica Ching Hai ~

"Naše je učenje što god morate učiniti na ovom svijetu, činite to cijelim srcem. Budite odgovorni i meditirajte svaki dan. Steći ćete više znanja, više mudrosti, više mira da biste služili sebi i svijetu. Ne zaboravite da u sebi nosite svoje vlastito božanstvo. Ne zaboravite da u vašem tijelu obitava Bog. Ne zaboravite da nosite Buddhu u svom srcu."

~ Učiteljica Ching Hai ~

Uvod

Kroz vjekove čovječanstvo su posjećivale rijetke ličnosti čija je jedina svrha postojanja bilo duhovno oplemenjivanje čovječanstva. Isus Krist je bio jedan od tih posjetilaca, kao što su to bili i Shakayamuni Buddha ili Muhamed. Ova trojica su nam veoma poznata, no postoje i mnogi drugi čija imena ne znamo; neki od njih djelovali su javno, neke je poznavala tek nekolicina ljudi, dok su drugi ostali potpuno anonimni. Te su osobe nazivane različitim imenima, u različitim vremenima, u različitim zemljama. Oslovljavali su ih kao Učitelj, Avatar, Prosvjetljeni, Spasitelj, Mesija, Božanstvena Majka, Izaslanik, Guru, Živući Svetac i slično. Oni nam nude ono što nazivamo Prosvjetljenje, Spasenje, Samoostvarenje, Oslobođenje ili Buđenje. Riječi mogu biti različite, ali u biti sve one znače jedno te isto.

Posjetioци iz istog Božanskog Izvora, jednake duhovne uzvišenosti, moralne čistoće i snage da podignu čovječanstvo kao Sveci iz prošlosti su s nama cijelo ovo vrijeme, ali su tek poneki svjesni njihove prisutnosti. Jedna od takvih je i Učiteljica Ching Hai.

Učiteljica Ching Hai vjerojatno nije osoba koja bi široko bila poznata kao Živući Svetac. Ona je žena, a mnogi budisti, kao i drugi ljudi, vjeruju u mit da žena ne može postati Buddha. Ona je azijskog podrijetla, a mnogi zapadnjaci očekuju da Spasitelj izgleda kao i oni. Međutim, oni od nas – koji dolaze sa svih strana svijeta i pripadaju različitim religijama – koji su je upoznali i koji slijede njeno učenje, znaju tko je i što je ona. Da dođete do te spoznaje, potrebna je otvorenost uma i iskrenost srca. Osim vremena i pozornosti ništa vam više nije potrebno.

Ljudi većinu svog vremena provode zarađujući za život i brinući se za materijalnu stranu života. Radimo nastojeći učiniti svoj život i živote naših bližnjih što je moguće ugodnijima. Ako nam to vrijeme dopušta, zanimamo se za stvari kao što su politika, sport, TV ili posljednji skandal. Oni među nama, koji su osjetili Snagu Ljubavi uz pomoć izravnog unutrašnjeg dodira s Božanskim znaju da u ovome ima puno više života. Smatramo da je tužno da se o ovoj Dobroj Vijesti malo zna. Rješenje za sve naše životne borbe mirno je pritajeno u nama samima i čeka. Znamo da je Raj gotovo nadohvat ruke. Oprostite nam kad odlutamo u preveliki zanos, i ne zamjerite nam ako govorimo o stvarima koje mogu vrijeđati vaš racionalni um. Teško nam je šutjeti, vidjeći ono što vidimo i znajući ono što znamo.

Mi, koji se smatramo učenicima Uzvišene Učiteljice Ching Hai i praktikantima njene (Quan Yin) metode, nudimo vam ovu uvodnu knjigu u nadi da će vam pomoći da se približite svom vlastitom iskustvu Božanskog Ispunjenja, bilo to preko naše Učiteljice, bilo preko nekog drugog Učitelja.

Učiteljica Ching Hai uči o važnosti meditacije, unutrašnje kontemplacije i molitve. Ona objašnjava da sami moramo pronaći našu vlastitu unutrašnju Božansku Prisutnost ako želimo biti istinski sretni u ovom životu. Ona nam govori da prosvjetljenje nije ezoterično i nedostupno, pristupačno samo onima koji se povlače iz društva. Njen je posao da u nama probudi Božansku Prisutnost dok vodimo normalan život. Ona tvrdi: ***"To je ovako. Svi znamo Istinu. Radi se samo o tome da smo je zaboravili. Stoga ponekad netko mora doći da nas podsjeti na smisao našeg života i na razlog zbog kojeg moramo pronaći Istinu, zašto moramo prakticirati meditaciju ili vjerovati u Boga, Buddhu ili u nekog drugog za koga vjerujemo da je Najviša Moć u Svemiru."*** Ona ni od koga ne traži da je slijedi. Ona jednostavno nudi svoje vlastito prosvjetljenje kao primjer, tako da i drugi mogu postići svoje vlastito Konačno Oslobođenje.

Ova knjižica je uvod u učenje Uzvišene Učiteljice Ching Hai. Molimo vas da obratite pozornost na to da su predavanja, komentari i navodi Učiteljice Ching Hai, snimljeni, transkribirani, a ponekad i prevedeni s nekog drugog jezika i tek tada pripremljeni za izdavanje. Preporučujemo vam da slušate i gledate njene originalne audio ili video snimke. Iskustvo Njezine prisutnosti iz tih izvora je u svakom slučaju mnogo sadržajnije i bogatije, nego ono dobiveno čitanjem pisanih tekstova. Naravno, najpotpunije je iskustvo vidjeti je osobno.

Za neke je Učiteljica Ching Hai njihova Majka, za neke njihov Otac, a za neke njihova Ljubljena. Ako ništa drugo, ona je najbolji Prijatelj kojeg je na ovom svijetu uopće moguće imati. Ona je ovdje da nam daje, a ne da od nas uzima. Ona svoje učenje, pomoć ili inicijaciju, daje besplatno. Jedino što će vam uzeti jest vaša patnja, tuga i bol. Ali samo ako to želite.

"Učitelj je onaj koji posjeduje ključ pomoću kojeg i vi postajete Učitelj... da vam pomogne da shvatite da ste i vi Učitelj, i da ste vi i Bog Jedno. To je sve ... i to je jedina uloga Učitelja."

~ Učiteljica Ching Hai ~

"Naš put nije religija. Ja nikoga ne obraćam na katoličanstvo, budizam ili na neki drugi "izam". Ja vam jednostavno nudim put do sebe samih; da spoznate otkuda dolazite; da se sjetite svojeg poslanja ovdje na Zemlji, da otkrijete tajne univerzuma; da razumijete zašto ovdje postoji toliko bijede, i da saznate što nas čeka poslije smrti."

~ Učiteljica Ching Hai ~

"Odvojeni smo od Boga jer smo prezauzeti. Ako vam netko nešto govori, a telefon neprestano zvoni, ako nešto kuhate ili s nekim čavrljate, tada nitko ne može stupiti s vama u doticaj. Ista stvar događa se i s Bogom. On naziva svaki dan, a mi nemamo vremena za Njegai spuštamo telefon da zvoni."

~ Učiteljica Ching Hai ~

Kratak životopis Učiteljice Ching Hai

Učiteljica Ching Hai je rođena u imućnoj obitelji u Aulacu (Vijetnam), kao kći vrlo uglednog liječnika koji se služio prirodnim metodama. Ona je katolički odgojena, a od svoje bake je usvojila temeljna načela Budizma. Već vrlo rano, kao malo dijete, pokazala je zanimanje za filozofska i religiozna učenja i s neobičnom suosjećajnošću se odnosila prema svim živim bićima.

S navršениh 18 godina Učiteljica Ching Hai je otišla na studij u Englesku, a kasnije u Njemačku i Francusku, gdje je radila za Crveni Križ, te se udala za jednog njemačkog znanstvenika. Nakon 2 godine sretnog braka napustila je svog supruga uz njegov pristanak, da bi nastavila traganje za prosvjetljenjem, i tako ostvarila ideal kojem je težila već od djetinjstva. U to vrijeme je proučavala različite metode meditacije i spiritualne discipline pod vodstvom učitelja i majstora koji su joj bili dostupni. Naposljetku je spoznala da je uzaludno da kao pojedinac pokuša pomoći ublažavanju patnji čovječanstva, te je shvatila da je najbolji način da se pomogne ljudima da sama dostigne stupanj potpune samospoznaje. S tim kao jedinim ciljem je putovala mnogim zemljama i tragala za najboljom metodom potpune samospoznaje.

Nakon puno godina ispunjenih testovima, iskušenjima punih problema i jada, Učiteljica Ching Hai je na kraju na Himalaji našla Quan Yin metodu i Božanski Prijenos. Nakon što je neko vrijeme predano vježbala, tokom Njenog boravka na Himalaji postigla je potpuno prosvjetljenje.

U godinama nakon prosvjetljenja Učiteljica Ching Hai je živjela mirnim i povučenim životom budističke redovnice. Po prirodi sramežljiva, Ona je to Blago čuvala sakriveno u sebi, sve dok k njoj nisu došli ljudi, koji su željeli da ih uči i posveti u svoje učenje. Ustrajne molbe i nastojanja njenih ranih učenika na Formozi (Tajwan) i u SAD-u su razlog da je Učiteljica Ching Hai počela držati predavanja po cijelom svijetu, i u svoj nauk uputila tisuće i tisuće duhovnih aspiranata.

Danas sve veći broj tražitelja Istine iz različitih religija i iz različitih zemalja dolazi k Njoj da bi upoznali Njenu vrhunsku mudrost. Učiteljica je voljna inicirati one ljude, koji su spremni učiti i iskreno prakticirati metodu Neposrednog Prosvjetljenja, koju je i ona sama provjerila kao najvišu, Quan Yin metodu, i voditi ih na njihovom duhovnom putu.

*Svijet je pun patnji.
Jedino ja ludujem za Tobom!
Da Ti je mjesto ovdje na svijetu,
Sve bi patnje netragom išč eznule.
No kako je svijet pun patnji,
Ne nalazim mjesta za Tebe!*

*Prodat ć u sva sunca, mjesece i zvijezde
Svemira,
Samo da kupim neki od Tvojih Zanosnih Pogleda.
O, Uč itelju Beskrajnoga Sjaja!
Budi milosrdan i prospi par zraka u moje č eznutljivo Srce.*

*Svjetovni ljudi izlaze u noć da pjevaju i plešu,
Na svjetlo svijeta i glazbu svijeta.
Samo ja sjedim sama u transu,
Titrajuć i u Sjaju i unutrašnjoj Melodiji.*

*Otkad mi je dano da upoznam Tvoju Slavu, o Gospodine,
Ne mogu ljubiti ništa od ovoga svijeta.
Zagrli me u Milosrđ u Svoje Ljubavi,
Zauvijek!
Amen!*

*iz zbirke pjesama "Tihe suze"
~ Uč iteljica Ching Hai ~*



Misterija onostranog svijeta

Predavanje Uzvišene Učiteljice Ching Hai

26. lipnja 1992. (DVD#260)

Ujedinjeni narodi, New York

Dobro došli u Ujedinjene narode. Molim vas da svi zajedno molimo, svatko u svojoj vlastitoj vjeri; budimo zahvalni za ono što imamo, za ono što nam je dano; zaželimo, nadajmo se, da će oni koji nemaju dovoljno, dobiti jednako onoliko koliko i mi, a svjetske izbjeglice, žrtve rata, vojnici, čelnici vlada i, naravno, čelnici Ujedinjenih naroda, uspjeti ostvariti ono što žele i zajedno živjeti u miru.

Vjerujemo da će se ispuniti ono za što molimo jer tako je zapisano i u Bibliji. Hvala vam!

Vi znate da je tema našeg današnjeg predavanja "S one strane ovog svijeta" jer vam ne bih željela više govoriti o ovom svijetu koji svi dobro poznajete. Ali s one strane svijeta postoje druge stvari. Mislim da svi oni koji su ovamo došli žele o tome nešto saznati. Dakle, tu se ne radi, kao što je naš praktikant malo prije spomenuo, o nečem nevjerojatnom ili o nekom čudu u koje se ne može povjerovati. Riječ je o stvarima utemeljenim u znanosti, vrlo logičnim i vrlo važnim.

Svi već znamo da se u različitim svetim knjigama i religioznim spisima spominje da postoji sedam neba, odnosno različitih razina svijesti. To je Kraljevstvo Božje u nama, priroda Buddhe itd. To je nešto što nam je

obećano s one strane svijeta. Međutim, vrlo malo je onih koji imaju dostup do onoga što je u tim religioznim spisima obećano. Ne bih rekla da nije nitko, ali u svakom slučaju vrlo mali broj ljudi. Proporcionalno ukupnom broju ljudi na svijetu, broj onih kojima su otvorena vrata unutrašnjeg Kraljevstva Božjeg, Kraljevstva Nebeskog ili onog što nazivamo "onostrani svijet", veoma je mali.

Ako živite u Americi, vjerojatno ste često puta imali priliku čitati gomile knjiga u kojima se opisuju stvarnost s one strane ovog svijeta. Isto tako, neki od filmova koje su snimili Amerikanci, nisu potpuna fikcija. Također neki filmovi koje su snimili Japanci nisu potpuno izmišljeni. A ti su ljudi po svoj prilici čitali knjige onih koji su već bili "s one strane" ili su sami imali priliku za trenutak zaviriti u Kraljevstvo Božje.

Dakle tako, što se nalazi u Kraljevstvu Božjem? Zašto da se brinemo o Kraljevstvu Božjem kad već ionako imamo dovoljno posla na ovom svijetu, svoje radno mjesto, sigurne kuće i dovoljno srdačnih doticaja s drugim ljudima itd.? E baš zato što sve to imamo, potrebno je posvetiti se Kraljevstvu Božjem.

Možda izraz Kraljevstvo Božje zvuči previše religiozno. Zapravo riječ je samo o jednom višem stupnju svijesti. U prošlosti su to ljudi nazivali nebo, međutim znanstvenim imenima možemo to nazvati drugačije - viši stupanj znanja, viša razina mudrosti. Tu razinu možemo i mi dostići, samo trebamo znati kako.

Nedavno smo čuli da je u Americi izumljen, čak da se već i u praksi primjenjuje, stroj pomoću kojeg se može dostići Samadhi. Jeste li i vi već imali iskustva s time? Te strojeve je moguće kupiti u Americi po cijeni od 400 - 700 dolara, ovisno o stupnju koji se želi dostići. Kažu da je to za lijene ljude koji ne žele meditirati, nego odmah direktno dostići Samadhi. Dobro, kad već ništa o tome ne znate, željela bih vas s time ukratko upoznati.

Kažu da taj stroj može čovjeka dovesti u takvo stanje opuštenosti duha, pomoću kojeg se može doseći vrlo visoki stupanj inteligencije (IQ). Tvrde da se na taj način može steći i veliko znanje, doseći velika mudrost i da se čovjek nakon toga fenomenalno osjeća. Taj stroj koristi izabranu muziku, vanjsku muziku za koju su potrebne slušalice, a pri tome se upotrebljavaju i električne struje koje čovjeka stimuliraju, dok mu se pred očima pojavljuje neka vrsta bljeskova. Stoga trebate i povez za oči. Slušalice i povez za oči, to je sve što vam je potrebno za Samadhi. To je vrlo dobro, i za cijenu od 400 dolara - vrlo jeftino. No naš je Samadhi još jeftiniji, on ne košta ništa i traje vječno, zauvijek. I nije potrebno mijenjati baterije ili puniti napravu strujom, uključivati je i isključivati, ili je popravljati ako se pokvari.

Pa sad, ako čovjeka umjetna svjetla i umjetna muzika mogu tako opustiti i učiniti mudrim, onda mu to treba i omogućiti, no, čitala sam u novinama o tome što je moguće od te naprave očekivati, sama je nisam nikada isprobala. To je dakle jedna sasvim nova naprava koja se, kako sam čula, vrlo dobro prodaje. Kad već te umjetne stvari mogu opustiti i povisiti našu inteligenciju, možete li si zamisliti koliko prave stvari mogu pomoći našoj mudrosti? Istinske stvari nalazi se izvan ovog svijeta, no ipak je dostupno svakom čovjeku, ako s time želi stupiti u dodir. To je unutrašnja nebeska Glazba i unutrašnji nebeski Zvuk. I ovisno o jačini te Glazbe, unutrašnjeg Svijetla ili unutrašnje Glazbe, možemo prodrijeti s one strane ovog svijeta, prispjeti na dublju razinu razumijevanja.

Mislim da je to otprilike kao s fizikalnim zakonima. Kada se lansira raketa u prostranstva u kojima vlada bestežinsko stanje, potrebna je velika pogonska snaga, isto tako, kad raketa leti velikom brzinom ona isijava svjetlost. Tako mislim da i mi ako prebrzo stupimo u onostrani prostor možemo isijavati Svjetlost, a pritom možemo čuti i Zvuk.

Zvuk je ona vrsta Vibracije koja nas ubacuje u više sfere, no to se događa bez buke, bez ikakvih poteškoća, bez izdataka i bez osjećaja nelagode kod ljudi koji su to iskusili. Na taj način mi stupamo u područje onostranog.

A ono što se nalazi s one strane ovog svijeta bolje je nego ovaj naš svijet. Bolje je od bilo čega što si uopće možemo ili ne možemo zamisliti. Kad to jednom iskusimo, tada spoznamo što to zapravo jest. Nitko drugi nam to ne može objasniti. No, pri tome moramo ustrajati, moramo biti stvarno iskreni, jer to inače nitko drugi ne može iskusiti umjesto nas. Isto kao što nitko drugi umjesto vas ne može raditi u Ujedinjenim narodima a da vi za taj posao dobivate plaću. Isto kao što se ne možemo zasititi ako netko drugi umjesto nas jede. Dakle, jedini pravi put je stjecanje iskustva. Možemo, doduše, nekoga slušati tko govori o svojim iskustvima, ali sami iz toga ne možemo steći svoja vlastita. Nove stvari možda možemo spoznati jednom ili dvaput, možda i nekoliko dana za redom, zahvaljujući snazi osobe koja je sama spoznala Boga. Tada možda vidimo neku Svijetlost ili čujemo neki Zvuk na sasvim prirodan način, a da se ne naprežemo, ali to u većini slučajeva ne traje duže vrijeme. Stoga to i mi sami moramo iskusiti vlastitom radom.

Iznad našeg svijeta postoje mnogi drugi svjetovi. Kao primjer za to mogli bismo uzeti svijet koji postoji nešto malo iznad našeg, a kojeg u zapadnjačkoj terminologiji označavamo kao Astralni svijet. Unutar Astralnog svijeta postoji stotinu, pa i više različitih stupnjeva i svaki stupanj je svijet za sebe. Oni predstavljaju stupnjeve našeg razumijevanja. Kao kad pohađamo određeni studij na sveučilištu, pa se svakim stupnjem obrazovanja produbljava naše razumijevanje za ono što učimo na studiju i polako dolazimo do diplome.

U Astralnom svijetu vidjet ćemo mnogo tzv. čuda, ona će nas dovoditi u iskušenje, a vjerojatno će se i nama događati. Možemo liječiti bolesne, možemo ponekad vidjeti neke stvari koje drugi ljudi ne mogu vidjeti. Posjedujemo najmanje šest vrsta natprirodnih moći. Možemo vidjeti više nego što je to normalno prema prirodnim zakonitostima, u stanju smo čuti zvukove izvan granica prostora. Udaljenost nam ne predstavlja nikakav problem. To je ono što nazivamo nebeski sluh i nebeski vid. U stanju smo

prozreti misli, a ponekad i namjere drugih ljudi, itd. To su moći koje steknemo kad dostignemo Prvu Razinu Kraljevstva nebeskog.

Unutar te Prve Razine, kao što sam već rekla, postoji još mnogo različitih stupnjeva koji nam pružaju mnogo više mogućnosti nego što se riječima može opisati. I kad dospijemo na taj stupanj, npr. kad nakon inicijacije meditiramo, i kad smo već dostigli prvi stupanj, u nama će se razviti još mnoge druge sposobnosti. Možda ćemo čak razviti i naš spisateljski talent koji prije nismo posjedovali. Znat ćemo mnogo toga što drugi ne znaju i mnoge stvari će nam doći poput darova s neba, ponekad na financijskom ili na profesionalnom planu, a ponekad na nekim sasvim drugim područjima. Odjednom smo u stanju pisati pjesme ili slikati, odjednom smo u stanju raditi nešto što prije nismo umjeli i prije nam uopće nije padalo na pamet da bismo bili sposobni za tako nešto. To je Prvi Stupanj. U stanju smo na primjer pisati pjesme i knjige, stilski veoma lijepo, iako smo se prije tek amaterski bavili pisanjem. To su materijalne koristi koje nam donosi Prvi Stupanj svijesti.

Te stvari zapravo nisu Božji darovi. One se nalaze u nebu u nama i samo zato što smo ih probudili, one postaju u nama ponovno žive. I tada ih možemo učiniti korisnima. Tako, to bi bile informacije o Prvom Stupnju.

Kad dospijemo na viši stupanj, vidimo još mnogo drugih stvari, i postizemo mnogo više. Naravno da vam ne mogu sve objasniti zbog vremena koje imamo na raspolaganju. A i nije potrebno o svim tim lijepim stvarima, o kolačima i slatkišima samo govoriti, a nikad ih ne probati. Zbog toga vam želim malo "otvoriti apetit" za te stvari, a ako ih želite jesti, onda je to već nešto drugo. Poslije će biti ponuđena prava hrana. Da! Ako tu hranu doista želite probati.

Ako prijedemo taj stupanj i zakoračimo u Drugi, ono što nazivamo "Drugi" radi pojednostavljivanja stvari. Tada ćemo imati vjerojatno još mnogo više mogućnosti nego na prvom, uključujući i čuda. Ali najznačajnije dostignuće koje možemo doseći na Drugom Stupnju jest

elokvencija i velika sposobnost usmenog izražavanja. Čini se da osobu koja je dostigla Drugi Stupanj nitko nije u stanju pobiti riječima u raspravama, jer ona raspoložuje golemom snagom izraza, a njezina inteligencija na svom je vrhuncu.

Većina ljudi koji su prosječno pametni i koji posjeduju osrednji kvocijent inteligencije toj osobi nisu dorasle, jer se njena inteligencija veoma razvila. No razvila se ne samo tjelesna funkcija mozga nego i mistična Snaga, nebeska Snaga, mudrost koja se nalazi u svakome od nas. Sada se ona počinje razvijati. U Indiji se taj stupanj naziva "Buddhi", što znači intelektualni stupanj. I kad čovjek dostigne "Buddhi"-stupanj, on postaje Buddha. Odatle i potječe riječ Buddha. Dakle, Buddha je upravo to. No time još nije sve rečeno. Ne želim vas upoznati samo s Buddhom, postoji i nešto više od toga.

Većina ljudi naziva prosvjetljenu osobu Buddhom. Ako ta prosvjetljena osoba ne zna ništa o tome što se nalazi s one strane Drugog Stupnja, vjerojatno je na to ponosna. Da, ta osoba je vjerojatno veoma ponosna pri pomisli da je ona živi Buddha, isto kao što su i njeni učenici ponosni da je tako zovu. No ako je ta osoba dostigla tek drugi stupanj, na kojem je u stanju gledati u prošlost, sadašnjost i budućnost bilo koje osobe koju izabere, i postigla izuzetnu govorničku vještinu, to još uvijek nije kraj Kraljevstva Nebeskog.

Nitko ne bi trebao biti ponosan samo zato što je u stanju čitati prošlost, sadašnjost i budućnost, jer se tu radi o akasha-zapisima, kako ih naziva zapadna terminologija. Svatko od vas tko se bavi yogom ili prakticira određenu vrstu meditacije, razumjet će izraz Akasha, to je jedna vrsta knjižnice, kao ona koja se nalazi tu pored nas, u zgradi Ujedinjenih naroda. Znaite što mislim. U knjižnici se jedan pored drugog nalaze arapski, ruski, kineski, engleski, francuski, njemački i mnogi drugi jezici. Ako ste u stanju sve te jezike čitati, tada ste i u stanju razumjeti što se sve u tim zemljama događa. Na taj način je u stanju i onaj, koji uspije doći

Drugi Stupanj, razumjeti i interpretirati ličnost drugog čovjeka, onako kao kad čitamo nečiji životopis.

Na Drugom Stupnju svijesti moguće je dostići još mnogo više. No kad netko dospije do drugog stupnja, to je već fantastično, jer je on već tada živi Buddha, jer je otvorio "Buddhi", intelekt. I tada znamo mnoge stvari, koje čak i ne možemo izraziti. Sva tzv. čuda mogu nam se dogoditi bez obzira na to želimo li to ili ne, jer se naš intelekt otvorio i zna kako uspostaviti doticaj s višim sferama iscjeljenja, ili kako da "sredi" stvari da bi naš život postao udobniji i bolji. Naš intelekt, tj. "Buddhi", tako se otvorio da sada imamo pristup svim neophodnim informacijama iz prošlosti i sadašnjosti, pa svoje ponašanje možemo tako podesiti da se još bolje naoružamo protiv pogrešaka koje smo činili u prošlosti. Na taj način možemo ispraviti greške i uljepšati svoj život.

Ako, npr., ranije nismo znali da smo nenamjerno uvrijedili susjeda, sad nam to postaje jasno. Vrlo jednostavno! Tako dugo dok o tome ništa nismo znali, naš je susjed, šutke, a da nismo ništa slutili, bio protiv nas i pokušavao nam iza leđa nauditi, a sve to zbog nesporazuma, ili zbog toga što smo mu učinili nepravdu. Ali sada znamo zašto se to sve dogodilo. Sada je lako. Možemo otići k susjedu, nazvati ga telefonom ili kod kuće prirediti zabavu i pozvati ga, i razjasniti nesporazum.

Slično kada dostignemo stupanj intelekta, mi automatski, tj. sami po sebi, razumijemo sve te stvari. Nečujno uspostavljamo veze s izvorima moći, koji nam onda pomažu da druge stvari dovedemo u red na pravi način, i da svom životu damo još bolje smjernice. Na taj način nesreće možemo svesti na najmanju moguću mjeru, nepoželjne situacije izbjeći, a loše uvjete života izmijeniti. Da! Da! Zbog toga je već fantastično ako dostignemo Drugi Stupanj.

To što sam vam sada objasnila vrlo je znanstveno i vrlo logično, i ne treba misliti da su yogiji ili netko tko meditira nekakve mistične osobe ili neki

"vanzemaljci". Oni su Zemljani kao i mi, no oni su se dalje razvijali jer znaju kako se to radi.

U Americi kažu da sve ovisi o znanju (know-how) i da se stoga sve može naučiti. Je li tako? Možemo sve naučiti. I ovo ovdje je jedna vrsta znanosti, s one strane ove svjetske znanosti, u kojoj također možemo stjecati znanja. I, koliko god to čudno zvučalo, što su stvari na višoj razini to su one jednostavnije. One su jednostavnije od onog što se uči u gimnazijama i fakultetima, sa svim onim kompliciranim matematičkim pitanjima i problemima.

Isto tako, unutar Drugog Stupnja postoji mnogo različitih stupnjeva. No, skratit ću, jer ne mogu govoriti o svakoj pojedinosti tajne neba. Sve ćete to saznati kad budete putovali tim područjem s Učiteljem koji je već poduzimao takva putovanja. To nije nikakva tajna. No zaista bi predugo trajalo da se moramo zaustavljati na svakom stupnju, koji ima još puno podstupnjeva, i sve njih pomno ispitati - to bi nam uzelo previše vremena. Zbog toga vas Učitelj ponekad na brzinu provede kroz sve te stupnjeve. Cak, cak, cak! Jer ako ne želite dostići stupanj majstora, tada i ne morate toliko puno učiti. To bi vas samo nepotrebno opterećivalo. Zbog toga vas samo želim tuda na brzinu provesti i ponovno vratiti kući, jer već i samo to traje dugo. Ponekad i cijeli život. No, prosvjetljenje postignemo odmah.

Ali, to je tek početak, kao upis na neki fakultet. Od prvog dana nakon upisa, postajete student tog fakulteta. Ali to nema veze s doktoratom. Nakon šest godina, nakon četiri godine ili nakon 12 godina, završit ćete studij. No student tog fakulteta postajete odmah, ako je to stvarni fakultet, i ako se upišete sa stvarno ozbiljnom željom da postanete student na sveučilištu. Zbog toga moraju surađivati obje strane.

To je slično kao kad želimo ići s one strane svijeta samo da se malo zabavimo, jer inače nemamo kamo izaći u New Yorku, već smo upoznali čitav Manhattan, Long Beach, "Kratku" plažu i sve ostale plaže (smijeh). Pretpostavimo da želimo otputovati do mjesta na kojem živi E.T.

(vanzemaljac) da bismo videli što se tamo zbiva. U redu? Zašto ne? Ako tako puno novaca možemo potrošiti na putovanja na Floridu ili u Miami samo da se okupamo u moru, zašto ne bismo jednom potražili razne svjetove izvan ovog našeg svijeta, da vidimo kako izgledaju susjedni planeti, i kako se tamo živi? Mislim da u tome nema ništa čudno. Zar ne? Radi se samo o jednom malo dužem putovanju, o jednom mentalnom, duhovnom, a ne o fizičkom putovanju. Postoje dvije vrste putovanja. To je vrlo logično i lako se može razumjeti.

Sad smo na Drugom Stupnju. Što bih vam još o tome trebala reći? Na taj način nastavljamo ovim svijetom, no istodobno imamo znanje o ostalim svjetovima. Zato jer putujemo.

Isto kao što i vi kao državljani SAD-a ili državljani bilo koje druge zemlje na svijetu, putujete da biste saznali kako je u stranim državama. I kladim se da mnogi od vas u Ujedinjenim narodima nisu rođeni Amerikanci, zar ne? Sada znate da se zapravo radi o istoj stvari. Možemo putovati na druge planete ili druge razine života s namjerom da shvatimo. Zbog toga što je udaljenost tako velika, tamo ne možemo otići niti pješice niti raketom, ne možemo upotrijebiti čak niti NLO (leteći tanjur).

Neki svjetovi se nalaze mnogo dalje nego što jedan NLO može letjeti! Neidentificirani leteći objekt, da! Međutim, u sebi imamo nešto što je brže od bilo kojeg NLO-a. To je naša vlastita duša. Ponekad je nazivamo i duh. I s njom možemo letjeti bez ikakvog pogonskog goriva, bez policijskog nadzora, bez gužve i dugih automobilskih kolona ili nečeg sličnog. I ne trebamo brinuti da nam jednog dana Arapi neće htjeti prodati naftu (smijeh), jer je ona samodostatna. Nikada se ne kviri, osim ako ga ne želimo oštetiti kršenjem svemirskih zakona ili harmonije neba i zemlje, što se vrlo lako može izbjeći. Ako vas zanima kako, objasniti ću vam.

Bit ću kratka. Ja nisam nikakav propovjednik. Ne brinite, neću vas voditi u crkvu. Želim vam navesti samo jedan primjer.

Postoje neka pravila u svemiru, koja treba poznavati, kao što treba poznavati pravila ponašanja u prometu ako želimo voziti auto. Kad je na semaforu crveno, moramo stati, a kad je zeleno, smijemo voziti dalje. Po potrebi skrećemo lijevo ili desno itd., postoji i najveća dozvoljena brzina vožnje na autoputu. Dakle, postoje neka sasvim jednostavna pravila u svemiru, u fizičkom svemiru. Izvan našeg svijeta, izvan ovog fizičkog svemira, ne postoje pravila, ne postoje uopće nikakva pravila. Slobodni smo, slobodni građani, ali moramo dostići onostranost da bismo postali slobodni. Tako dugo dok živimo na ovom svijetu, u svom fizičkom tijelu, moramo se koliko god je to moguće držati pravila da ne bismo zapali u poteškoće. I u tom slučaju se naša vozila neće oštetiti, i mi ćemo letjeti brže i više, bez problema.

Ti su zakoni zapisani u Bibliji, bilo da se radi o vašoj kršćanskoj Bibliji, ili budističkoj, ili hinduističkoj. To su vrlo jednostavni zakoni, kao npr.: ne povrijedi svog bližnjeg, mi ne ubijamo, ne ubij, ne smiješ imati vanjske ljubavne odnose, ne ukradi itd.; ne uzimaj otrovna sredstva, u koje danas ubrajamo i droge. Vjerojatno je Buddha znao da ćemo u dvadesetom stoljeću izmisliti kokain i njemu slične droge, pa je zato zabranio uzimanje droga. Pod pojmom droga razumijevamo i sve vrste igara na sreću, i sve ono što naš duh čini ovisnim o fizičkim zadovoljstvima, a slabi naše duhovne težnje.

Želimo li letjeti brzo, visoko i bez opasnosti, to su fizički zakoni baš kao i fizikalni. Ako znanstvenik želi lansirati raketu u svemir, on mora uzeti u obzir određene fizikalne zakone. To je sve, zar ne? Dakle, koliko moramo biti oprezniji, jer želimo letjeti mnogo više, više od bilo koje rakete i brže od bilo kojeg NLO-a. No, ovdje ima još više pojedinosti koje bih mogla objasniti, ako vas to zanima. Njih ćete doznati u trenutku inicijacije. Sada vas ne želimo zamarati svim tim smjernicama, za koje ćete reći: "Ma znam ih ja, već su mi poznate. Čitao sam ih u Bibliji. Deset zapovijedi, zar ne? Deset zapovijedi."

Mnogi od nas pročitali su Deset zapovijedi, a da o njima zapravo nikada nismo temeljitije razmišljali, ili ih nikada stvarno nismo razumjeli. Ili ih možda želimo razumjeti, ali ih tumačimo onako kako to nama odgovara, a ne onako kako su one stvarno mišljene. Zbog toga nam ne može štetiti da se ponekad toga sjetimo, i da pokušamo proniknuti dublji smisao Deset zapovijedi. Tako, npr., Bog govori u Bibliji na prvoj stranici Starog zavjeta: ***Stvorio sam životinje kao vaše prijatelje, i vama na pomoć, trebate njima vladati.*** I onda Bog dalje govori da je stvorio hranu za životinje, za svaku životinju drugu vrstu. Ali nam nije rekao da ih jedemo. Ne! Rekao je, ***Stvorih svu hranu, sve biljke na poljima i voće na stablima, koje je tako ukusno i ugodne oku. To neka bude vaša hrana.*** No vrlo je malo ljudi koji to poštuju. Mnogo je sljedbenika Biblije koji još uvijek jedu meso i ne shvaćaju što je Bog uistinu mislio.

Ako provedemo jedno temeljito znanstveno istraživanje, dolazimo do spoznaje da čovjek nije stvoren da jede meso. Naš organizam, naš probavni sustav, naš želudac i naši zubi stvoreni su za samo za vegansku prehranu, što je i znanstveno dokazano. Nije čudo da većina ljudi obolijeva od raznih bolesti, brzo stari, osjeća umor ili postaje troma, iako su rođeni tako sjajni i inteligentni. A oni iz dana u dan postaju sve gluplji, i što više stare, to se počinju osjećati sve lošije. To se događa zbog toga jer uništavamo svoja "vozila", svoje "leteće objekte", svoje NLO-e. Ako svoja "vozila" želimo upotrebljavati što sigurnije i što duže, moramo se o tome na pravi način i pobrinuti.

Uzmimo na primjer da imamo jedan automobil. Vi ste svi vozači. Ako u rezervoar natočimo krivo gorivo, kako se to moglo dogoditi? Što bi se u tom slučaju dogodilo? Vjerojatno bi automobil vozio još nekih par metara i onda stao. Za to se ne može okriviti auto. Greška - da smo u rezervoar zabunom natočili krivo gorivo - isključivo je naša. Ili ako u benzin nalijemo vodu, auto će se još neko vrijeme kretati, ali ubrzo ćemo osjetiti posljedice. Zar ne? Ili ako je ulje već toliko prljavo, a uopće ga ne mijenjamo, motor će još neko vrijeme raditi, ali ćemo sigurno vrlo brzo s

njim imati problema. Ponekad se čak događa da motor i eksplodira ako se o autu ne brinemo kako treba.

Naše tijelo je nalik vozilu koje možemo upotrijebiti za let do vječnosti, do vrlo visokog stupnja znanstvene mudrosti. No ponekad to vozilo oštećujemo i ne upotrebljavamo ga u prave svrhe. Npr., autom bismo se trebali voziti mnogo kilometara do svog ureda, do naših prijatelja, i na razna druga mjesta. No, uopće se ne brinemo za auto, u rezervoar natočimo krivi benzin, ne pazimo na ulje, ne brinemo se o rezervoaru za vodu, ne brinemo se ni o čemu. A tada se ne možemo brzo voziti. Niti dugo. U tom slučaju jedva da uspijemo izaći iz vlastite garaže ili se vrtimo po dvorištu. Jasno je da se to tako moralo dogoditi. Pa na taj način razlog zbog kojeg smo kupili auto nema svoju svrhu. Mi rasipamo novac, vrijeme i energiju. To je sve. Zbog toga nitko nije kriv, nikakva policija nas zbog toga neće kazniti. Jedino što uzalud trošimo svoj novac na auto, kad možemo putovati daleko, vidjeti mnoge različite stvari, i uživati u mnogim različitim krajevima.

Slično je i s našim fizičkim tijelom. Možemo živjeti na ovom svijetu, ali i paziti da su u našem fizičkom tijelu ostali instrumenti, i da smo u stanju letjeti i u prostranstva s one strane našeg tijela, kao astronaut koji sjedi u unutrašnjosti rakete. Raketa je njegov instrument. On mora dobro paziti da ne povrijedi fizikalne zakone, jer inače njegova raketa ne može letjeti brzo i sigurno. Međutim, astronaut u unutrašnjosti je veoma važan. Raketa ga nosi do njegova cilja. No raketa u svemu tome nije najvažnija, razumijete, nego astronaut u njejoj unutrašnjosti i njegov cilj. I ako mu raketa služi samo zato da oblijeće oko Long Islanda, onda je to jednostavno gubljenje vremena. To je bacanje novaca cijele nacije.

Naše je tijelo zbog toga veoma dragocjeno, jer je u njemu sjedište Učitelja. Zbog toga je u Bibliji zapisano, ***znate da je vaše tijelo hram Božji i da Svevišnji Bog obitava u vama***, isto tako i Duh Sveti - to je isto. Ako u našim tijelima obitava svemoćni Bog ili Duh Sveti, možete li zamisliti kako je to užasno, užasno važno! Ali mnogi ljudi to ovlaš pročitaju i ne

razumiju značenje te rečenice, a i ne pokušavaju ga razumjeti. To je i razlog zbog kojeg moji učenici slijede moje učenje, oni mogu otkriti što se nalazi u njihovoj unutrašnjosti i što leži s one strane ovog svijeta, daleko od svakodnevne borbe za egzistenciju, zarađivanja novaca, štrajkova i svih tih izvanjskih stvari.

U svojoj unutrašnjosti imamo mnogo više ljepote, slobode i znanja. I čim spoznamo pravi put kako da si te stvari učinimo pristupačnim, one pripadnu nama jer se nalaze u našoj unutrašnjosti. Jedino ne znamo gdje se nalazi ključ, ključ za kuću koju smo davno zaključali i zaboravili da posjedujemo to blago. To je sve.

Zbog toga je tzv. Učitelj onaj, koji nam može pomoći da otvorimo vrata, i pokazati nam ono što nam oduvijek pripada. No, moramo si uzeti vremena da uđemo unutra i ispitamo svaki dio koji posjedujemo.

Tako, sad smo u svakom slučaju bili u Drugom Svijetu. Želite li ići još dalje? (Slušatelji odgovaraju: "Da! Da!") Vi hoćete znati sve, a da ništa ne radite? (Učiteljica se smije.) No dobro. Barem vam netko tko je bio tamo može pričati kako izgleda u nekoj drugoj zemlji, iako tamo još niste bili. Dobro? Barem imate interes, možda želite otići. Što još ima iza Drugog Svijeta? Drugi još nismo posve objasnili, ali, kao što znate, ne možemo cijeli dan ovdje sjediti. S obzirom na to da ste bili u Drugom Svijetu, možda sada imate više snage. Ako ste odlučni i radite na tome, dospjet ćete i do Trećeg. Takozvanog Trećeg Svijeta. To je viši korak.

Onaj tko uspije stići do Trećeg Svijeta mora biti potpuno očišćen od svih dugova prema ovom svijetu. Ako smo kralju tog fizičkog svijeta nešto ostali dužni, ne možemo se dalje penjati. Kao što niti kriminalac bilo koje nacionalnosti ne može prijeći granicu i napustiti zemlju sve dok postoje optužbe protiv njega. Dugovi ovog svijeta u sebi obuhvaćaju sve one stvari koje smo učinili u prošlosti i sadašnjosti, a možda i one koje bismo mogli počinili u nekim budućim danima svog fizičkog života. Sve se to mora pročistiti, isto kao što se prilikom prelaska granice, stvari moraju

ocariniti prije nego što dospijemo do svijeta s druge strane. Ali kad smo u Drugom Svijetu počinjemo raditi na preostaloj karmi iz prošlog i sadašnjeg života. Jer bez prošle karme ne možemo egzistirati u ovom sadašnjem životu.

Postoje dvije različite kategorije Učitelja. Jedni su bez karme, ali posuđuju karmu kako bi se spustili, a drugi su normalna bića poput nas, ali s pročišćenom karmom. Zbog toga svatko od vas može postati Učitelj, budući Učitelj. I ponekad se Učitelj s posuđenom karmom spušta iz višeg svijeta. Kako vam to zvuči, posuditi karmu? (Učiteljica se smije.) To je moguće. Potpuno moguće.

Npr., vi ste prije nego što ste došli ovamo dolje, već jednom bili ovdje. I vi ste vjekovima, ili stotinama godina, različitim ljudima u svijetu davali i od njih uzimali. I tada idete dalje u nebo, ili u vaše boravište koje se nalazi veoma daleko ili, u svakom slučaju, na nekom drugom stupnju nakon Petog Stupnja. Peti Stupanj je boravište Učitelja. Ali nakon toga postoji još mnogo više stupnjeva.

Kada se ponovno želimo vratiti, iz suosjećanja ili zbog nekog zadatka koji nam je kao obavezu zadao Otac, da navedemo samo jednu mogućnost, tada se s tog stupnja ponovno spuštamo dolje. I zbog naše povezanosti s ljudima u prošlosti, možemo, kao što znate, posuditi nešto s njihovog računa, njihove karme. Samo dugove, ništa, baš ništa lijepog od tih ljudi ne možemo preuzeti. Možemo preuzeti nešto duga i tada, zahvaljujući našoj duhovnoj snazi, te dugove otplaćujemo sve dok ne ispunimo svoju zadaću na ovom svijetu. To je samo druga vrsta Učitelja. Postoje ljudi koji su od ovoga svijeta i koji odmah, nakon što su neko vrijeme prakticirali, na ovom svijetu postaju Učitelji, baš kao što se završava studij. Da. Kao što na fakultetima postoje profesori i studenti, koji zatim i sami diplomiraju, i nakon toga postaju profesori. Postoje profesori s dugogodišnjim stažom i oni koji su to tek nedavno diplomirali itd. Slično tome, postoje takve vrste Učitelja.

Kada želimo prijeći u Treći Svijet, moramo se i sami potpuno očistiti od najmanjeg tračka karme. Karmu je zakon: **Kako siješ, tako ćeš i žeti**. Isto kao što dobivamo naranče kad posadimo narančino sjeme ili jabuke kada posadimo sjeme jabuke, to su tzv. karme. To je, jezikom sanskrta, zakon uzroka i posljedica. U Bibliji se izraz karma ne spominje, ali u njoj piše: **Kako siješ, tako ćeš i žeti**. To je isto.

Biblija je skraćena verzija onoga što uči Učitelj, kao što je i Njegov život bio skraćena verzija. Zato nema puno objašnjenja u Bibliji. Mnoge verzije Biblije bile su cenzurirane da bi se prilagodile takozvanim vođama tih pokreta, koji nisu uvijek bili duhovno na visini. Vi znate da na svim područjima čovjek stalno nešto prodaje i kupuje. Na svim područjima ljudskog djelovanja postoje trgovci. No, mi isto tako znamo da je Biblija, prava Biblija, nešto drugačija, nešto duža, preciznija i jednostavnija za razumijevanje. Budući da vrlo malo toga iz Biblije možemo dokazati, o tome ne govorimo, inače bi ljudi rekli da smo bogohulnici. Možemo reći samo ono što možemo dokazati.

Vi ćete me onda pitati: "Ti govoriš o tom Drugom, Trećem i Četvrtom Svijetu. Kako to možeš dokazati?" Da, to mogu dokazati. Ako pođete za mnom istim putem, vidjet ćete iste stvari. Ali ako me ne želite slijediti, ne mogu vam pružiti nikakve dokaze. To je po prirodi tako. Usuđujem se govoriti o tim stvarima jer za njih postoji dokaz. Imamo stotine i tisuće učenika diljem svijeta kao dokaz za to. Tako možemo i reći stvari koje znamo. Ali morate ići sa mnom, morate ići. Inače biste mogli reći: "Daj, otiđi za mene tamo i pričaj mi o tome i pokaži mi sve!" To ne mogu.

Da se, npr., ne nalazim ovdje, u ovom prostoru, u Ujedinjenim narodima, ma što da mi vi o tome pričali, ja to u stvarnosti ne bih doživjela. Zar ne? Zbog toga moramo ići s nekim tko je iskusan vodič. U ovoj prostoriji nalaze se i neki od mojih učenika različitih nacionalnosti, koji su sami djelomično ili potpuno prošli kroz neka iskustva o kojima sam vam ovdje govorila.

I zbog toga vam želim reći da Treći Svijet ni u kojem slučaju još nije sve. Govorila sam vam samo o jednom dijelu svega toga. Bila je to samo jedna vrsta putnog izvješća, koji obuhvaća samo jedan mali dio svega, ali bez mnogo pojedinosti. Čak i kad čitamo knjigu o nekoj zemlji, to nije stvarno ta zemlja. Zar ne? Zbog toga i postoji tako mnogo knjiga o putovanjima u različite zemlje svijeta, no mi opet sami želimo tamo otputovati. Poznajemo Španjolsku, i Tenerife, i Grčku, ali samo iz filmova ili knjiga. No ipak tamo sami moramo otputovati da bi u njima mogli uživati, biti tamo, probati ponuđenu hranu, vidjeti prekrasnu morsku vodu, divno vrijeme i gostoljubive ljude te upoznati osebnju atmosferu, jer to ne možemo doživjeti iz knjiga.

No pretpostavimo da ste Treći Svijet već ostavili za sobom, što slijedi? Naravno da se penjete u viši, Četvrti. Četvrti svijet već leži izvan područja iznimnog. Ne možemo se služiti uobičajenim jezičnim sredstvima da bismo laicima, koji o tome ništa ne znaju, objasnili sve stvari toga svijeta, od straha da ne povrijedimo gospodara ovoga svijeta. Jer taj svijet je prekrasan, iako neki njegovi dijelovi leže u potpunom mraku, većem od onog koji nastane kada nestane električne struje u cijelom New Yorku. Jeste li već doživjeli ovaj grad prilikom potpunog nestanka struje? Da! Tamo je mračnije od toga! Prije nego dostignemo svijetlo, tamnije je od toga. To je jedna vrsta zabranjenog grada. Neposredno prije nego što dostignemo stupanj Božanskog znanja, zaustavit ćemo se ondje. No s Učiteljem, s jednim iskusnim Učiteljem, možemo proći kroz taj prostor, inače ne možemo naći put u tom svijetu.

Kako postizemo različite razine postojanja, ne osjetimo samo duhovne, nego i tjelesne, intelektualne promjene, kao i promjene na svim područjima svog života. Mi se sad drugačije odnosimo prema životu, drugačije hodamo, drugačije radimo. Čak i naš rad, naše dnevne obveze za nas dobivaju drugo značenje. Razumijemo zašto radimo na taj način, zašto smo izabrali upravo taj posao ili zašto moramo promijeniti posao. Razumijemo smisao svog života i zbog toga više nismo nemirni i nervozni, da! Stoga strpljivo čekamo, ispunjeni unutrašnjim mirom i

harmonijom, da dovršimo svoju misiju na zemlji, jer znamo kamo nakon toga idemo. To znamo još za našega života. Zbog toga se govori o "umiranju dok živimo". Da, da! Mislim da su neki od vas za to već čuli, no ja ne poznajem niti jednog Učitelja koji bi to mogao izraziti na neki drugi način (Učiteljica se smije), nego smatram da radost unutrašnjih vizija moramo upoznati sami.

To je kao kad netko treba opisati pojam "Mercedes Benz". Radi se o istoj stvari. Svi oni koji imaju Mercedes i dobro ga poznaju, svi oni govore o istoj stvari, no to ipak nije to. Iako vam govorim potpuno običnim jezikom, ipak se tu ne radi o sasvim običnim stvarima, i njih moramo iskusiti sami, uz iskrenost, ozbiljan rad i vodstvo. Na taj je način sigurnije. U jednom od milijun slučajeva može se dogoditi da uspijemo i bez vodstva, uz opasnost, uz rizik i s nesigurnim rezultatima.

Nekima u prošlosti je uspjelo, na primjer Swedenborgu. Njemu je nekako uspjelo. Ili možda Gurdjieffu. Izgleda da mu je uspjelo da cijeli put prijeđe sam. Čitala sam neka njihova djela i nije išlo bez opasnosti i mnogo teškoća. Nije moguće unaprijed reći hoće li svi oni dostići najviši stupanj.

Nakon toga dolazite na višu razinu. Nakon Četvrte dolazite na višu razinu, dom Učitelja, što je Peta razina. Svi Učitelji dolaze od tamo. Ako je njihova razina i veća od Pete, oni ostaju tamo. To je boravište Učitelja. A nakon toga stupnja postoji mnogo aspekata Boga, što je vrlo teško pojmiti. Ne bih vas htjela zbuniti, možda bi bilo bolje da o tome govorimo neki drugi put, možda nakon inicijacije, kad ćete biti malo bolje pripremljeni. Reći ću vam strhovite stvari o vašoj imaginaciji. Kako ona ponekad ima pogrešne ideje o Bogu.

Pitanja i odgovori nakon predavanja

P: Rekli ste da si Učitelj može posuditi karmu nekog drugog čovjeka. Je li onda ta karma izbrisana za tog čovjeka? Kakve to ima posljedice za tog čovjeka?

U: Učitelj može izbrisati karmu nekom čovjeku. Ako je to ono što Učitelj želi. Kod svih učenika se u trenutku inicijacije prethodna karma mora izbrisati. Ostavljam vam samo sadašnju karmu, tako da možemo dalje živjeti, inače bismo odmah umrli. Bez karme se ovdje ne može živjeti. Zbog toga Učitelj smije utrnuti samo pohranjenu karmu, tako da čovjek ostane čist, nešto karme ipak mora ostati, tako da on može dalje živjeti i učiniti ono što u ovom životu mora učiniti. I nakon toga - gotovo. Zbog toga on može otići, kako bi inače mogao da se podigne? Čak ako je u ovom životu čist, kako čist? A što je s prethodnim životom, razumijete?

P: Što je cilj Vaše prakse?

U: Što je cilj? Zar vam to nisam rekla? Otputovati s one strane ovog svijeta, dospjeti natrag u Kraljevstvo Božje, upoznati svoju mudrost i još u ovom životu postati bolji čovjek.

P: A postoji li karma u svim svjetovima?

U: Pa, ne u svima, samo do Drugog Stupnja, jer je naš um, naš mozak, kompjuter, "izrađen" na toj Drugoj Razini. Ako prolazimo čitav put od viših stupnjeva do fizičkog stupnja da bismo, recimo, nešto radili. Zar ne? Na primjer i Učitelj se sa Pete Razine spušta dolje do fizičkog svijeta. Tada mora proći kroz Drugi Nivo, uzeti taj "kompjuter" i uključiti ga da bi na ovom svijetu radio. Baš kao ronilac kad uranja u more. On mora pripremiti masku, kisik, itd. Ako sam i ne izgleda smiješno, kad stavi masku i ronilačko odijelo, on izgleda kao žaba. Tako i mi ponekad izgledamo s tim kompjuterom i fizičkim nedostacima. Inače smo apsolutno prekrasni. Isto tako, ako sad mislite da ste lijepi, vi ste zapravo ružni u usporedbi s onim kakvi stvarno jeste, zbog čitave opreme koju moramo nositi da bismo duboko uronili u ovaj svijet i radili.

Kada, dakle, napustimo Drugi Stupanj i penjemo se prema gore, tada naš kompjuter moramo ostaviti tamo, jer nam tamo gore više ne treba. Baš kao i ronilac, koji je došao do obale i skinuo ronilačku masku i ronilačko odijelo, i sad ponovo izgleda kao prije. U redu? Dobro.

P: Rekli ste da na kraju Drugog Svijeta, prije nego što se počnemo uspinjati, karmu moramo ostaviti iza nas, izbrisati je ili je očistiti. Da li se to odnosi na svu karmu iz prošlih života s kojom smo došli na ovaj svijet?

U: Da. Zato jer ne postoji "kompjuter" koji bilo što pamti. Mi imamo karmu jer imamo taj kompjuter, um, mozak koji je stvoren da bilježi svako iskustvo u ovom fizičkom svijetu. Upravo zato ga imamo. Tu bilježimo dobro i loše. To nazivamo karmom. Što je to karma? Jednostavno iskustva, dobra ili loša, naše reakcije, naša naučena iskustva u mnogim životima. I zbog toga što imamo tzv. savjest, znamo da bismo morali činiti dobro, a ipak kadkad činimo zlo. Zbog toga to nazivamo karmom. A loše stvari nas opterećuju kao smeće, ili kao prtljaga, zbog zakona sile teže vuku nas prema dolje i otežavaju nam uspon na vrh. Veliki je broj moralnih disciplina, pravila, mnogo je običaja i navika kod različitih nacija, koje nas vezuju s tzv. predodžbama o dobrom i lošem, o grijehu i nevinosti. U svakodnevnoj interakciji s ljudima ovoga svijeta doživljavamo dobro i zlo, grijeh i pravednost, ovisno o običajima i navikama pojedinih naroda, zakona naroda. I prelazi nam u naviku da tako mislimo, da tako radimo, krivi smo; radimo ovo, loši smo ljudi. I sve je to ovdje unutra zabilježeno. Zbog toga se selimo, i vežemo se za ovaj fizički svijet ili za nešto viši svijet. Ali ne dovoljno visok. Nismo dovoljno slobodni, dovoljno lagani, da bismo gore mogli plutati. Zbog svih tih predodžbi ili predrasuda.

P: Je li nam prilikom rođenja predodređeno da u svakom životu dosegneмо određeni stupanj?

U: Ne, imamo slobodnu volju trčati sporije ili brže. Npr., kad u auto "tankamo" sto litara benzina. No s time se može voziti brže ili sporije, i doći brže do cilja, ili voziti polako. Ovisi o nama.

P: Htio sam Vas pitati, na kojem stupnju se nalaze anđeli?

U: Na kojem stupnju? To ovisi o vrsti anđela.

P: Anđeli čuvari.

U: A, anđeli čuvari mogu doći do Drugog Stupnja. Anđeli su ispod ljudi, manje prestižni. Oni su tu da nam služe.

P: I oni nikad ne dospiju više?

U: Ne! Osim kad mogu postati ljudska bića. Svi oni vrlo zavide ljudima jer je u ljudima Bog. Imamo sve mogućnosti da postanemo jedno s Bogom, a anđeli tu mogućnost nemaju. Sve je to komplicirano. Govorit ćemo o tome jednom drugom zgodom.

Oni su stvoreni da nam koriste, također, postoje različite vrste anđela. Njih je Bog stvorio da nam služe, i oni ne trebaju... oni ne moraju ići dalje. Ali oni bi to mogli. Ponekad se nešto stvori bez mogućnosti da se unaprijedi.

Na primjer, u vašoj kući su neke stvari stvorene za vaš komfor. Iako je to gotovo nevjerovatno. Na primjer sjedite ovdje i možete upaliti i ugaziti svjetlo u cijeloj kući i u vrtu, možete uključiti i isključiti televiziju, jer ste vi to izmislili da bi vam služilo. I to je čak u nekim stvarima superiornije od vas, jer je tu i kontrolira sve, a vi to svojim trudom ne možete postići. Ali to ne znači da je to bolje od vas. To je tu sa jedinom svrhom da vama služi. Čak i ako je bolje od vas, ono to ipak nije. Dobro! U redu. Kompjuter nikad ne može biti ljudsko biće.

P: Učiteljice Ching Hai, ovo što ću pitati želim znati, jer smo sada tjelesni. Je li moguće da smo pali nakon što smo prije bili oslobođeni od ovog tijela? Dali smo oduvijek bili u ovakvom stanju ili smo prije bili u nekom boljem ili baš u ovom stanju? Kako se može brže napredovati?

U: Smiriti tijelo i napredovati? Da, možemo ako znamo kako. Postoji mnogo različitih metoda da bi ostavili tijelo i otišli iz ovog svijeta. Neki ne dospijevaju daleko, neki stignu vrlo daleko, a neki dođu do kraja. Prema usporedbi iz različitih istraživanja koje provodim od svoje mladosti. Iako još uvijek izgledam mlada, ali onda sam, znate, stvarno bila mlada. Ova naša metoda je najbolja, da! Ona nas dodvodi najdalje, najdalje, sve do kraja.

Postoje mnoge druge metode, a kada se odlučite da ih iskušate, možete odabrati. Na tržištu ih ima mnogo: neke vode u astralni svijet, neke dalje u Treći ili Četvrti, ali je malo onih koje vode do Petog. Naša metoda se sastoji u tome da vas vodi do Petog, a onda ste slobodni. Možete ići sami. Nakon toga se možemo približiti jednom drugom božanskom aspektu, iznad Petog Nivoa, ali to nije uvijek ugodno.

Uvijek smatramo "što više, to bolje"; no, to nije uvijek tako. Npr., da dođemo u neku krasnu palaču i da nas gospodar pozove u svoju sobu. Tamo sjedimo, časte nas hladnim pićima, ukusnim jelom itd. I tada pomislimo da bi mogli ući dalje u kuću i razgledati je. Onda bismo mogli ući u prostoriju sa smećem i u ostale slične prostorije. To nije uvijek bitno. Isto tako generator, znate, dođemo do generatora, odmah iza kuće, i tamo nas ubije struja. Zbog toga nije uvijek potrebno ili preporučljivo ići dalje, ali mi to možemo raditi jednostavno zato da doživimo avanturu.

P: Postavila bih dva pitanja. Prvo glasi: Iz kojeg svijeta dolaze sjećanja na prošli život ako se čovjek toga sjeća? I drugo, u kakvom su odnosu prošli život i sadašnja karma i sadašnje razumjevanje. Da li su oni dio "suvišne prtljage"?

U: Da, da oni su tijesno povezani. Prvo je pitanje bilo otkuda dolazi prošla karma? Posve je sigurno da možete čitati zapise iz prošlog života. Da. A zapisi iz prošlog života, kao što sam već rekla, potječu od akasha zapisa. Da. To je vrsta biblioteke u Drugom Svijetu, koja je otvorena svakome tko tamo može dospjeti. Ne može svatko doći u biblioteku Ujedinjenih naroda i ući u nju. Ali ja, npr., to mogu danas, jer sam ovamo pozvana da držim predavanje. Zar ne? Ne može svatko ući ovamo, ali vi možete jer ste ovdje zapravo kod kuće. Isto tako kad nađemo put u Drugi Svijet, mi smo u stanju čitati prošli život. Također, ako imamo pristup u Prvi Svijet, barem u neke njegove dijelove, onda možemo vidjeti nešto od prošlog života neke osobe. Ali to nije jako visoko i nije potpuni zapis.

Kakav je odnos između tog iskustva prošlog života i sadašnje karme? Možemo reći da su to iskustva koja smo stekli da možemo savladati sadašnji život. Ono što ste sakupili u prošlim životima, primjenjuje se u sadašnjem. Na isti način bi vas mnogo neugodnih iskustava iz prošlosti

moglo uplašiti kada primijetite da je nešto u vašem životu slično prošlom životu. Npr. da ste se u posljednjem životu pokliznuli na stepenicama i pali, sasvim slučajno, u mraku, da ste se ozbiljno povrijedili i da vam nitko nije došao u pomoć. I sada kad se spuštate po stepenicama, bojite se, naročito kad je stubište mračno i visoko, i vi se kolebate da li da krenete dalje ili ne. Ili da ste u prošlom životu već jednom studirali i detaljno proučili neko znanstveno područje. U ovom životu to bi vas još uvijek zanimalo. Određeno znanstveno istraživanje bi vas još uvijek privlačilo, iako sada niste znanstvenik. Nešto slično.

Zbog toga je Mozart bio genije kad mu je bilo četiri godine. Sjeo je za klavir i postao slavan, sve do sada. Bio je genije jer je vježbao u mnogim prijašnjim životima dok nije postao majstor, a onda je umro. Prije nego što je dostignuo vrhunac karijere umro je i jednostavno nije bio zadovoljan da samo tako ode, da prekine karijeru, jer je volio glazbu. Zbog toga se vratio natrag i sve njegovo stečeno iskustvo iz prijašnjeg muzičkog talenta vratilo mu se, jer je njegova želja da se ponovno vrati, nakon što je umro, bila tako velika.

Neki od tih ljudi nauče veoma mnogo u Astralnom svijetu ili u Drugom Svijetu prije nego što se ponovno rode u ovom svijetu. Otuda im ta ogromna darovitost za znanost, glazbu, književnost ili neko otkriće, koju drugi ljudi nemaju. Vidite, to su ona sasvim neobična otkrića koja ostali ljudi uopće ne razumiju, čak ni ne sanjaju da bi ih mogli ostvariti. Naučili su jer su ih vidjeli.

Postoje, dakle, dvije vrste učenja u ovom svijetu ili u svijetu s one strane. Oni koji su nadareni i izvanredni, kao geniji, oni su specijalisti iz onog svijeta, iz Astralnog Svijeta, iz Drugog, a ponekad iz Trećeg Svijeta, ako se odluče vratiti natrag. Oni su posebni. To su geniji.

P: Kako izgleda Vaša inicijacija i, kad smo jednom inicirani, kako izgledaja dnevna praksa?

U: Najprije, to ništa ne košta i nije obvezno, osim što biste se vi sami trebali osjećati obvezni ako želite dalje napredovati. Tako, to su uvjeti. Predznanje nije potrebno. Predznanje o yogi ili nekoj meditaciji nije

potrebno. Ali se čitav život morate hraniti isključivo veganski: bez jaja. U redu je sve ostalo pri čemu nema ubijanja.

Jaja nisu dozvoljena jer se kod njih dobrim dijelom radi o ubijanju, čak i kad nisu oplodena. Osim toga, ona privlače negativnu energiju. Znaite, zbog toga mnogi koji se bave crnom ili bijelom magijom ili sljedbenici voodooa, tzv. voodooi, upotrebljavaju jaja da bi pomoću njih iz opsjednutih ljudi izvukli duhove. Znaite li to ili ne? (Neki odgovaraju: "Da.") Znaite? To je sjajno. Tako barem od vas imam trenutačnu potvrdu da razumijete, kad već nemam trenutačnu prosvjetljenost. (Smijeh)

Za vrijeme inicijacije doživi se Božja Svijetlost i Zvuk. Glazba duha nas diže u više sfere svijesti. Razumjet ćete okus Samadhija - duboki mir i radost. I nakon toga ćete dalje nastaviti vježbati kod kuće ako vam je stvarno stalo do toga. Ako vam nije stalo, onda vas na to ne mogu siliti, i neću vas više smetati. Ako budete željeli ići dalje, i ako budete htjeli da vam na tom putu pomognem, onda ću nastaviti. Ako ne želite, onda može i ovako. I dva i pol sata dnevne meditacije. Ustanite rano ujutro, prije odlaska na spavanje meditirajte dva sata, a u podne otprilike pola sata. Kada nisam tu da vam govorim, imate sat vremena za ručak. Za to vrijeme možete negdje, odvojeno, meditirati. To je već jedan sat. A navečer još jedan sat ili pola sata. Ujurto ustanite sat vremena ranije.

Uredite bolje svoj život, manje gledanja televizije, manje brbljanja, manje telefoniranja, manje novina, i onda ćete imati puno više vremena. Da, zapravo imamo puno vremena, ali ga ponekad rasipamo. Kao da vozimo auto po dvorištu umjesto do Long Islanda. Jeste li s tim odgovorom zadovoljni? Za vas nema više nikakvih uvjeta, osim da vježbate do kraja života. I iz dana u dan osjećat ćete poboljšanja i razna čuda u svom životu - ne zato jer biste to željeli. Ona će se u svakom slučaju događati. I tada ćete uistinu na zemlji iskusiti nebo, ako vam je stvarno stalo do toga. Zbog toga stotine tisuća mojih učenika ostaju moji sljedbenici još mnoge godine jer doživljavaju sve bolja i bolja iskustva, zato što im je stalo, i zato što vježbaju.

P: Molim Vas objasnite narav svijesti.

U: Narav svijesti, dobro. Teško je objasniti, ali vi možete upotrijebiti svoj intelekt da si to predočite. To je jedna vrsta mudrosti, znate, kao kad nešto znate bolje nego ikad prije, i razumijete mnogo toga što prije niste razumjeli. Da, znate nešto izvan ovog svijeta i nešto u ovom svijetu što niste znali prije. To je svijest.

Isto tako kad otvorite tu svijest ili tzv. mudrost, tada ćete doista shvatiti tko ste i zašto ste ovdje i što postoji izvan granica ovog svijeta, i tko postoji iznad ili izvan nas građana svijeta. Postoji mnogo toga. Dakle, razina svijesti je vrsta različitih stupnjeva razumijevanja kao kad čovjek završava neku školu. Što više uči, to više zna, sve do diplome.

Teško je objašnjavati nešto tako apstraktno, no ipak sam to pokušala. To je jedna vrsta svjesnosti. Svjesnost je vrlo teško objasniti. Kada dostignete različite više razine svijesti, tada je i vaša svjesnost drugačija. Stvari vidite i osjećate drugačijima. Osjećate apsolutni mir, smirenost i blaženstvo. Brige su nestale, a stvari u svakodnevnom životu postaju vrlo jasno. U stanju smo se bolje suočiti sa životom i nositi s problemima. To već na tjelesnoj razini donosi prednosti. A ono što osjećamo unutar sebe - samo je nama poznato. Teško je te stvari objasniti. To je kao kad oženimo djevojku koju volimo i ono što osjećamo to samo mi znamo. Nitko to ne može osjećati umjesto nas.

P: Poštovana Učiteljice, zahvalni smo Vam za uvid koji ste nam omogućili. Zanima me da li biste se Vi željeli obratiti onome što se nalazi u mojoj savjesti. Zašto nam danas razni Učitelji omogućavaju da učimo tako brzo ono što je u prošlosti bilo tako teško? Možete li nam nešto o tome reći?

U: Da, naravno. Danas je komunikacija bolja. Tako znamo i mnogo više o Učiteljima, nije istina da Učitelji u povijesti nisu postojali ili da se do njih nije moglo doći. Točno je, naravno, da su određeni Učitelji pristupačniji. Sve ovisi o njihovom izboru, o njegovoj spremnosti da daje ili o njegovoj bliskosti svim ljudima. Ali u svakom vremenu ima jedan, dva, tri, četiri, pet Učitelja. Ovisno o potrebi vremena. Danas smo svjesniji da postoje toliki Učitelji, možda Učitelji različitih stupnjeva, jer smo danas u povlaštenom položaju da raspoložemo masovnim medijima, televizijom,

radiom i knjigama koje se umnožavaju u milijunima primjeraka, tiskaju se u milijunskim nakladama u vrlo kratkom vremenu.

U prošlim vremenima kad smo željeli tiskati neku knjigu, morali smo prvo posjeći stablo, zatim ga obraditi posve primitivnim sjekirama, koje su se kasnije raspale i više se nisu mogle upotrijebiti, nakon toga se kamenom i ostalim raspoloživim sredstvima drvo obrađivalo, da bi se na kraju jedna za drugom urezivale riječi. A da bi se prenjela jedna zbirka Biblija, potreban je bio čitav konvoj, velikih kamiona, da ih je tada bilo. Tako znamo za mnoge Učitelje.

Da, sretni smo i veoma je dobro da imate - možete kupiti, da možete izabrati ono što želite. I zbog toga Vas nitko ne može prevariti i reći: "Ja sam najbolji." Da, Vi možete uspoređivati i svojom mudročeu i inteligencijom odlučiti: "O, ovaj ovdje je bolji" ili "Ovaj mi se više sviđa." "Ovaj izgleda užasno." "A ovaj - ružno." (Smijeh)

P: Budući da ste govorili o kupovini, da li bi Vi inicirali nekoga koga je već jednom inicirao neki drugi Učitelj?

U: Učinila bih to jedino kad bi taj čovjek doista vjerovao da bih ga brže i bolje mogla dovesti do višeg stupnja. Inače je bolje ostati kod svog vlastitog Učitelja ako čovjek osjeća bliskost i povjerenje prema njemu. Ako vjerujete da je vaš Učitelj već najbolji, onda nemojte mijenjati. Ako se još dvoumite, i još niste doživjeli Svijetlost i Zvuk o kojima sam govorila, onda biste trebali pokušati. Da, Svijetlost i Zvuk su svojevrsna standardna mjerila za pravog Učitelja. I ako taj netko nije u stanju pružiti vam trenutačno Svijetlo ili Zvuk, onda on nije pravi Učitelj, žao mi je. Put za nebo je opremljen Zvukom i Svijetlom.

Isto kao kad ronite, morate biti opremljeni maskom s kisikom i ostalom opremom. Postoji različita oprema za različite svrhe. Zbog toga Svece vidimo s aureolom. To je to Svijetlo. Kad prakticirate ovu metodu, vi isijavate istu Svijetlost koja je zabilježena na slikama Isusa s aureolom i ljudi je mogu vidjeti. Ako je čovjek duhovan, onda može vidjeti vašu Svijetlost. Zbog toga je i Isus naslikan s aureolom, kao i Buddha koji je okružen Svijetlošću. Možemo vidjeti i učenike, praktikante visokog stupnja s tom Svijetlošću, ako smo za to otvoreni. (Učiteljica pokazuje na

svoje čelo.) Mnogi ljudi su u stanju to vidjeti. Je li to netko vidio od ovdje prisutnih? Da? Što ste Vi vidjeli?

P: Pa, mogu vidjeti aure, aure...

U: Da, ali aure su drugačije od Svijetlosti. Aure su različitih boja, ponekad crne, ponekad boje kave, a ponekad žute ili crvene. To ovisi o nečijem temperamentu u određenom razdoblju. Ali kad vidimo čovjeka sa snažnom duhovnom austom, znamo da je to drugačije. Je li tako?

P: Zapravo nemam neko pravo pitanje. Ja sam - samo htjela reći da sam neko vrijeme prakticirala Raja-yogu. I mislim da sam isto vidjela aure. Mislim u to vrijeme, ali tada o tome još nisam mnogo znala, razumjela.

U: A sada je više ne vidite? Vidite je samo ponekad?

P: Ne. Sada više ne meditiram.

U: Aha, zato, izgubili ste svoju snagu. Trebali biste ponovno meditirati. Ako još uvijek vjerujete u taj puta, onda biste trebali meditirati. To će vam do jednog određenog stupnja pomoći. Ne može vam škoditi. Dobro?

P: U Vašoj knjižici sam pročitala da postoji pet smjernica. Kad je čovjek iniciran, mora li onda živjeti držeći se tih pet smjernica?

U: Da, da, da. To su zakoni univerzuma.

P: Ne razumijem onaj dio o pogrešnom seksualnom ponašanju.

U: To znači da ako već imate muža, ne smijete razmišljati o nekom drugom muškarcu. (Smijeh) To je vrlo jednostavno. Živite život jednostavnije, bez komplikacija i svađe zbog osjećaja. Da. To vrijeđa osjećaje drugih ljudi. Nesmijemo štetiti drugim ljudima, čak ni emocionalno. To je zbog toga. Pokušavamo izbjeći sukobe, pokušajmo izbjeći svačiju emocionalnu, fizičku i mentalnu patnju, naročito onih koje volimo, to je sve.

Ako već nekog imate, ne kažete mu ništa o tom drugom. Više boli ako kažete. Polako i mirno završite s tim i ne priznajte ništa. Jer ponekad ljudi misle kad imaju neku ljubavnu aferu, da odmah trebaju otići kući i priznati to svom mužu ili svojoj ženi, i da je to vrlo razborito i vrlo pošteno. To je glupost. To nije dobro. Već je napravljena pogreška, zašto kući ponijeti smeće da i drugi malo "uživaju"? Ako partner za to ne zna, nije

povrijeđen. Znati istinu boli. Zbog toga treba pokušati riješiti problem i više to ne raditi, i to je to. Bolje je o tome ne pričati s partnerom jer mu to nanosi bol.

P: Primijetila sam da su mnogi spiritualni Učitelji ujedno i duhoviti. Kakav je odnos između humora i duhovnih vježbi?

U: Mislim da su oni jednostavno sretni i opuštteni, bez briga na srcu. I mogu se smijati na svoj vlastiti račun i na račun nekog drugog; smijati se smiješnim stvarima u životu, stvarima koje drugi ljudi shvaćaju tako ozbiljno i koje ih koče.

Nakon kratkog prakticiranja, postajemo slobodniji, ništa više ne uzimamo tako ozbiljno. Ako sutra umremo, umrijet ćemo; ako smo živi, živi smo. Ako smo sve izgubili, izgubili smo; ako imamo sve, tada imamo sve. Nakon prosvjetljenja postajemo mudri i sposobni da u svakoj situaciji pazimo na sebe. Zbog toga nas više ničega nije strah. Gubimo svoj strah i tjeskobnost. Zbog toga postajemo opuštteni. Osjećamo se oslobođeni od ovog svijeta. Što god dobili ili izgubili, to nam ništa ne znači. Ako puno dobijemo, to samo koristi drugima jer mi dajemo; ili to koristi onima koje volimo. Inače sebe, ili svoj život, ne smatramo tako važnim da bismo prolazili kroz sve borbe i patnje kako bismo ga sačuvali. Ako ga sačuvamo, onda je u redu. To ne znači da cijeli dan moramo sjediti na krevetu s čavlima i meditirati. Ali mi radimo.

Ja, npr., još uvijek radim. Slikam i radim ručni rad da bi zaradila za život. Dakle ni od koga ne želim primiti novčane priloge. Ali ja čak dovoljno zarađujem da mogu i drugima pomagati. Mogu pomagati izbjeglicama, žrtvama katastrofa itd. Zašto da ne radimo? Pa imamo toliko talenta i toliko sposobnosti, i za nas je život nakon prosvjetljenja tako lagan, da se jednostavno više ni za što ne moramo brinuti. Jednostavno se sasvim opustimo. Iz toga onda nastaje osjećaj za humor. Mislim da je to tako.

Smatrate li me vi duhovitom? (Iz publike: "Da." Smijeh i pljesak.) Onda možda, mora da sam i ja takav Učitelj, zar ne? (Smijeh) Nadajmo se zbog vas da je to stvarno tako, da ne morate dva sata sjediti ovdje, slušati neprosvjetljenu osobu i gubiti vrijeme.

P: Pitanja koja, kao tragajuće duše, uvijek postavljamo, i slušamo teorije i priče, i tako rado bih znala što Vi o tome kažete. Prvo glasi: Tko smo mi? Tko sam ja? I kako sam došla u situaciju da se moram vraćati kući? Zašto sam napustila svoj dom, i zašto je važno da ponovno dođem kući? Govorili ste o povratku u Peto carstvo i da nije nužno potrebno da čovjek ide dalje. Ali ako i postoji nešto dalje od toga, u čemu je onda smisao svega toga? Kakve to veze ima sa mnom ako se tamo ne moram nužno vratiti?

U: Sada postaje veselo. (Smijeh i pljesak) Dobro. Pitanje "Tko sam ja?" možeš postaviti jednom Zen-učitelju kojih u državi New York ima dovoljno. Možeš ih jednostavno potražiti u telefonskom imeniku i izabrati nekog. (Smijeh) U tome nisam stručnjak.

A drugo pitanje, "Zašto ste tu?" Možda zato jer vam se tu sviđa. Tko nas inače može prisiliti da budemo tu kad smo mi Božja djeca. Takozvana djeca Božja su kao i Sam Bog. Zar ne? Princ je sličan kralju, više ili manje, ili budućem kralju. I zbog toga će biti tamo gdje voli biti, tamo gdje mu se sviđa. U svakom slučaju, nama samima je prepušteno da slobodno odlučimo hoćemo li biti na nebu ili negdje drugdje, i sami to iskusiti. Vi ste vjerojatno pred mnogo godina izabrali da na početku budete tu da biste nešto naučili, doživjeli avanturu ili nešto jezovito. Neki ljudi vole jezovita iskustva.

Princ, na primjer, može ostati u palači, ali može i lutati kroz prašumu, jer možda rado istražuje prirodu. To može biti, recimo, tako. Može biti i da nam je bilo užasno dosadno, dosadno na nebu, jer je sve već bilo spremno i posluženo do naših vrata, i da smo i mi sami htjeli za sebe nešto napraviti. Kao npr. u kraljevskom kućanstvu: ponekad kraljevi pozele sami kuhati i pošalju poslugu iz kuhinje. I onda se svi zamrljaju kečapom i uljem, ali oni to vole. Ne izgleda baš kraljevski, ali oni to vole!

Npr., imam ljude koji me voze. Kud god odem, uvijek nađem ljude koji me rado voze. Ali ponekad i sama poželim voziti. Vozim se na svom malom biciklu s tri kotača, električnom, bez ispušnih plinova - deset kilometara na sat. Rado ga vozim. Jer bilo gdje da dođem, ljudi me primjećuju i tako ponekad zaželim otići negdje gdje me nitko ne pozna.

Veoma sam plaha, osim kad moram držati predavanja, jer je to postala jedna vrsta obveze otkad su me ljudi otkrili i učinili me poznatom. Ne mogu pobjeći često, ali ponekad to ipak učinim, znate, na dva ili tri mjeseca. Kao razmažena žena koja ostavi svog supruga. I to je moj izbor.

I možda ste u jednom trenutku odlučili da neko vrijeme ostanete ovdje. I možda je sad vrijeme da želite otići, jer ste na ovom svijetu dovoljno naučili i osjećate da nema više ničega što želite naučiti i da ste umorni od putovanja. Želite se odmoriti. Idite kući i najprije se odmorite. I onda ćete vidjeti hoćete li još jednom krenuti na jedno avanturističko putovanje ili ne. To je sve što za sada mogu reći.

A zašto se morate vratiti kući? I zašto Peti, a ne Šesti? To ovisi o vama. Nakon Petog možete ići kamo god želite. Postoji još mnogo nivoa iznad njega. Ali je ugodnije i neutralnije ostati ondje. Nekako je prenaporno više gore. Na neko vrijeme možete otići tamo, ako se možda ne biste željeli odmoriti.

Npr. vaša kuća je lijepa, ali postoje drugi dijelovi kuće koji su namijenjeni odmoru i vi se tamo ne želite odmarati zauvijek, iako je to iza vaše kuće. Ima pogled na brežuljak, viši, ljepši, ali to nije mjesto za odmor. Ili prostorija gde se nalazi generator u vašoj kući - tamo je bučno, vruće i opasano. Tamo ne želite biti, iako je to veoma korisno za vašu kuću. To je sve.

Postoji mnogo aspekata Boga koje ne možemo ni zamisliti. Uvijek zamišljamo da se sa svakim novim nivoom povećava i količina ljubavi. No postoje razne vrste ljubavi. Postoji silovita ljubav, snažna ljubav, nježna ljubav i neutralna ljubav. Sukladno tome koliko možemo podnijeti, Bog će nam dati različitu razinu ljubavi. Točno. Različite razine daju različite stupnjeve Božje ljubavi. Ali ponekad je ona prejaka, osjećamo se rastrgani.

P: Vidim oko sebe toliko uništavanja - uništavanja okoliša. Surovost prema životinjama. Pitam se, kako Vi to vidite i što predlažete ljudima koji se na spiritualni način pokušavaju osloboditi ovog svijeta, da bi lakše izašli na kraj sa svojom okolinom i sa svim tim uništavanjem koje se događa oko njih? I vjerujete li da nam je dovoljno da izađemo iz ovog

svijeta da bismo spoznali što ostavljamo za sobom, ili smatrate da smo mi na ovoj ravnini obvezani da ublažimo patnje? I hoće li to pomoći?

U: Pomoći će. Hoće. Barem nama, našoj savjesti, da osjetimo da smo učinili najviše što smo mogli da ublažimo patnje naših bližnjih. Ja to isto tako radim. Štogod me molite, to uradim. To sam radila, to radim i radit ću.

Već sam vam rekla da naša novčana sredstva odlaze različitim organizacijama, ponekad i različitim zemljama kad se dogode katastrofe. I ne želim se time hvaliti, ali budući da ste pitali - i radi primjera, prošle godine smo pomogli Filipinima nakon vulkanske erupcije planine Pinatubo. Pomagali smo žrtvama poplava u Au Lacu i u Kini itd. I sada pokušavamo pomoći izbjeglicama iz Au Laca, zajedno s Ujedinjenim narodima. Ali pokušavamo. Pomažemo im novčanom podrškom, a moći ćemo ih i preseliti kad za to dobijemo suglasnost UN - s njihovim blagoslovom.

Da, radimo sve što vi zahtijevate i budući da smo tu, možemo, u onoj mjeri u kojoj je to moguće, čistiti naš okoliš. Zbog toga pomažemo onima koji pate i podržavamo moralni standard svijeta. I duhovno kao i fizički. Da. Jer neki ljudi ne žele uzeti moju spiritualnost. Žele samo fizičku pomoć. Zbog toga im fizički i pomažemo. To je ono što radimo i zbog toga moram zarađivati novac. Zbog toga ne želim živjeti od tuđih priloga.

Svi moji redovnici i moji učenici moraju raditi kao i vi. A bez obzira na to, još pomažemo i duhovno, i pomažemo onima koji pate na svijetu, pomažemo da ublažimo patnje svijeta. To moramo činiti. To ne znači da čitav dan treba provesti u Samadhiju i uživati. To je veoma sebičan Buddha (prosvijetljeno biće). Takvog ne želimo ovdje. (Smijeh)

P: Govorili ste o nivou na kojem postajemo svjesni da raspoložemo moćima, koje potječu od te svjesnosti. Što ako je čovjek svjestan tih moći, ne zna da ih ima, ali ih je svjestan? Možda se čak osjeća poput Vas. Kako im onda pristupa ili ne pristupa? Ako im ne može prići, kako da onda ne postane nestrpljiv prema onome što mu se svakodnevno događa? Kad vidimo da sve oko nas ide svojim polaganim putem, i znamo da treba samo moliti ili raditi nešto drugo, da bismo pronašli jedno bolje ili brže

rješenje? Što to znači, i kako netko tome pristupa s blagoslovom da će sve dobro završiti. Razumijete li što mislim?

U: Razumijem, razumijem. Vi mislite, ako imamo moć da mijenjamo stvari, i ako sve ide polako i birokratski, možemo li onda imati strpljenja da to sve podnesemo. Zar ne? Ili da se samo molimo ili činimo neku magiju, ili ispružimo prst i pritisnemo to. Zar ne? Ne, ja imam strpljenja jer mi moramo raditi i ići u korak s ovim svijetom da ne bi nastao kaos. Da.

Npr. neko dijete ne može trčati. I samo zato jer se vama žuri ili hoćete potrčati, nećete pustiti da se dijete spotakne i padne. Dakle moramo biti strpljivi. Premda imamo snage da potrchimo, moramo hodati uz dijete. Da. I ja sam zbog toga isto ponekad frustrirana i nestrljiva, ali i sama moram vježbati strpljenje. Zbog toga moram ići od jednog do drugog predsjednika i moljakati ga za pomoć za izbjeglice, iako želimo staviti na raspolaganje naša financijska sredstva. Dali bismo sve što imamo, sve milijune, čak i milijarde dolara. Moramo proći kroz tu birokraciju. Dajte Cezaru Cezarovo.

Ne bih tresla glavom ili čak upirala prstom u UN da bih ih potakla da reagiraju. Ne, ne. Kada na ovom svijetu upotrebljavamo psihičku snagu, magiju, tada izazivamo katastrofe. Sve mora ići svojim putem. No mi možemo svijest ljudi povećati uz pomoć duhovnog iscjeljivanja, uz pomoć duhovne mudrosti, uz pomoć razumijevanja. Prenijeti im znanje da to žele napraviti, da žele zajednički raditi. To je najbolji put, a ne upotreba magične moći. Ja ni u kojem aspektu života namjerno ne upotrebljavam magične moći. Ali čuda se sama događaju oko onih koji prakticiraju duhovne vježbe. To je prirodno, ali se ne događa namjerno. Samo ništa činiti na silu. Da, to nije dobro. Dijete još ne može trčati. U redu? Jeste li zadovoljni s mojim odgovorom?

Ako vas moji odgovori ne zadovoljavaju, recite, tako da ih mogu ponnije objasniti. Ali znam da ste vi vrlo inteligentni, budući da ste najodabraniji i najinteligentniji ljudi iz svih naroda. Zbog toga neću ići baš u detalje.

Dobro je da postoje Ujedinjeni Narodi, moram to reći usput. Da, da. Na taj način izbjegavamo mnoge ratove i sukobe u svijetu, čak i kad ih ne

možemo potpuno izbjeći. No pročitala sam u vašoj knjizi o Ujedinjenim Narodima. Svi smo mi Ujedinjeni Narodi. I pratila sam nešto od rada Ujedinjenih Naroda. I moram pohvaliti njihova nastojanja i njihovu uspješnost pri spašavanju taoca kada nitko drugi više nije mogao pomoći, kad je sva moć svijeta bila uzalud, a jedan je visoki dužnosnik Ujedinjenih Naroda u tome uspio. Da, i mnoge druge stvari, kao što su katastrofe ili izbjeglički problemi.

Čula sam da ste vi odgovorni za oko dvanaest milijuna izbjeglica. Zar ne? To je jako puno posla, i ratovi, i sve ostalo. Zato je dobro da postoje Ujedinjeni narodi. Da, jako je dobro.

P: Učiteljice Ching Hai, hvala Vam što svoju mudrost dijelite s nama. Imam jedno pitanje. Odnosi se na demografsku eksploziju i probleme koji nastaju s tim u vezi, a to su uništavanje čovjekovog okoliša i rastuće prehrambene potrebe. Biste li željeli nešto reći u vezi s demografskom eksplozijom? Je li to karma svijeta? Ili će to u budućnosti stvoriti jednu određenu karmu?

U: Pa, imati više ljudi na ovom svijetu također je vrlo dobro. Zašto ne? Malo veća gužva, malo više buke, više zabave. Zar ne? (smijeh) Nismo stvarno prenapučeni. Samo se ne naseljavamo jednakomjerno. Ljudi se naguravaju u određena područja na svijetu i ne žele otići u neka druga. To je sve. Postoje ogromna područja netaknute prirode, koja nisu nikad bila korištena. Mnogi netaknuti otoci, mnoga netaknuta gorja, gdje postoje samo zelene šume i ništa više. Da, ljudi se sakupljaju u New Yorku npr. (smijeh), jer je ovdje zabavnije. Jer, ako je neka vlada, ili bilo koja vlada u stanju stvoriti radna mjesta, industriju i različite mogućnosti zaposlenja na različitim mjestima, tada bi ljudi išli i tamo raditi. Oni se guraju na nekima mjestima jer je tamo lakše naći posao i sigurnost. Kada bi i na tim drugim mjestima bilo sigurnosti i mogućnosti za zaposlenje, ljudi bi i tamo išli. Oni teže sigurnosti, izvoru sredstava za život. To je sasvim prirodno.

Zbog toga se ne moramo bojati prenaseljenosti. Trebali bismo ljudima svijeta osigurati mogućnost zaposlenja, stanovanja i sigurnosti. Tada bi posvuda bilo jednako. Ne bismo nikada bili prenapučeni.

Što se tiče vašeg pitanja u vezi s prehranom, to biste vi trebali bolje znati. Jer u Americi se toliko zna o tome kako sačuvati svijet. Veganska prehrana je jedan od najboljih načina da se sačuvaju svjetski resursi, da se prehrani čitavo čovječanstvo. Jer mi rasipamo mnoštvo vegetarijanske hrane, energije, električne energije, medicinskih sredstava, da bismo uzgojili životinje. A pri tome se svime time može izravno prehraniti čovječanstvo. I mnoge zemlje trećeg svijeta prodaju svoju vegetarijansku hranu bogatu bjelančevinama po sasvim niskim cijenama. Ali to ne pomaže drugim narodima svijeta. Ako hranu ravnomjerno raspodijelimo, a u tome će pomoći i veganska prehrana, ne samo za nas, ne samo za životinje nego za čitav svijet.

U nekom znanstvenom časopisu je već pisalo da kada bi svi bili vegani, na svijetu više ne bi bilo gladi. To moramo samo organizirati. Poznajem osobu koja može preraditi rižine mekinje u hranjivo jelo, čak i u mlijeko. Razgovarala sva o tome. On kaže da je na to potrošio oko 300000 dolara i da time može prehraniti 600000 ljudi u Cejlonu - siromašne, nedovoljno ishranjene, majke itd. To je bilo fantastično. Jer u mnogim dijelovima svijeta rasipnički se odnosimo prema prirodnim resursima, nije istina da nemamo dovoljno. Bog nas ne bi ovdje smjestio da umiremo od gladi. Zapravo, sami sebe izgladnjujemo.

Zbog toga moramo ponovno promisliti, nanovo se organizirati, a to traži i blagoslov čelništva mnogih naroda. Moraju nas blagosloviti svojim apsolutnim poštenjem, čistoćom i dignitetom i voljom da služe ljudima umjesto samima sebi. Uz blagoslov čelništva svih tih zemalja, ne bismo stvarno imali više nikakvih problema. Nikakvih problema.

Trebaju nam samo dobri vrhovnici, dobra ekonomska organizacija, talentirani upravljači i iskrena vlada. No to se može brže provesti ako puno ljudi, ili većina, dosegne spiritualnost. Onda poznaju disciplinu. Onda poznaju i pravila. Onda znaju kako biti pošten i čist. I tada znaju kako upotrebljavati svoju mudrost. Tada mogu smisliti načine da nešto učine i naše živote iznova organiziraju.

P: Čini se da je to veoma teško, jer kako vidim, kako ja razumijem, veliki dio naših današnjih poteškoća u zaštiti čovjekovog okoliša

proistječe iz rastuće potrebe stanovništva za životnim prostorom, za stanovima, za načinom života kakv u 20. stoljeću poznajemo, i kakvim želimo živjeti.

Npr. brazilska prašuma. Tamo se uništavaju šume. Sječe se drveće i to dovodi do poplava. A i to je isto povezano s problemom prenapučenosti.

U: Naravno da su sve stvari na ovom svijetu međusobno povezane. A jedino rješenje problema jest da ga se rješava od korijena, ne od grana. A korijen jest duhovna stabilnost. Razumijete? (Pljesak)

I stoga moramo pokušati pronositi duhovnu poruku diljem svijeta; ono što znamo, i održavati duhovnu disciplinu. Ona ljudima nedostaje. U redu je da se čovjek "prikopča" na električnu mašinu sa svjetlima i zujećom glazbom da bi postigao Samadhi. Ali kad nemate moralne discipline, vaša se snaga ponekad upotrebljava za loše stvari. Ne možete to kontrolirati.

Zbog toga u ovoj grupi prvo ljude naučimo smjernicama. Smjernice su važna. Moramo znati kamo idemo i upravljati svojom Snagom. Snaga bez ljubavi, bez suosjećanja, bez pravog razumijevanja moralnih vrijednosti, od toga nema koristi. Ona postaje crna magija - zloupotreba. Odatle dolazi crna magija.

Zbog toga je lakše prosvijetliti se - teško je to zadržati. Ako na našem putu niste istinski disciplinirani i moralno opremljeni, Učitelj će vam uzeti nešto od vaše moći da je ne biste mogli zloupotrijebiti i nešto loše učiniti zajednici. To je razlika. Učitelj ima kontrolu. Moć Učitelja, Moć Učitelja, dobro?

Vrlo sam sretna zbog vaših pametnih pitanja. Vrlo pametnih.

Ljudi to rade jer nisu dovoljno mudri, znate, kao što i uništavaju zemlju, kao što ste vi rekli, ili kad rade nešto zbog pomanjkanja mudrosti. Da, korijen je mudrost, duhovna praksa. Postanite prosvijetljeni.

Zahvaljujem vam na pozornosti. Želim vam sve najbolje.

Inicijacija: Quan Yin metoda

Učiteljica Ching Hai inicira iskrene tražitelje koji žele znati Istinu u Quan Yin metodu meditacije. Kineski pojam "Quan Yin" znači kontemplaciju na Vibraciju Zvuka. Metoda uključuje meditaciju na unutrašnju Svijetlost i unutrašnji Zvuk. Ta su unutrašnje vizije opetovano opisivane u duhovnoj literaturi svih svjetskih religija od pradavnih vremena.

Npr. kršćanska Biblija kaže: *Na početku bijaše Riječ, i Riječ bijaše kod Boga, i Riječ bijaše Bog.* (Ivan, 1:1). Ta Riječ je unutrašnji Zvuk. Nazvana je i Logos, Shabd, Tao, Struja zvuka, Naam, ili Nebeska Glazba. Učiteljica Ching Hai kaže: *On titra u svemu živom i održava čitav svemir. Ta unutrašnja melodija može izlječiti sve rane, ispuniti sve želje i utažiti svaku svjetovnu žeđ. Ona je sva moć i sva Ljubav. To je tako jer se mi sastojimo iz tog Zvuka, i doticaj s tim Zvukom donosi mir i zadovoljstvo u naša srca. Nakon slušanja tog Zvuka, naše cijelo biće se mijenja, kao i naš cjelokupni pogled na život koji postaje bolji.*

Unutrašnja Svijetlost, Božje Svijetlo, upravo je ona Svijetlost na koju se misli u riječi "prosvjetljenje". Njena snaga može varirati od nježnog žara do blještavosti mnogo milijuna sunaca. Kroz unutrašnju Svijetlost i Zvuk dolazimo do spoznaje Boga.

Inicijacija u Quan Yin metodu nije ezoterični ritual ili ceremonija prelaska na novu religiju. Za vrijeme inicijacije dobivaju se specifične upute o meditaciji, o unutrašnjoj Svijetlosti i unutrašnjem Zvuku, a Učiteljica Ching Hai provodi "Duhovni Prijenos". Taj prvi okus Božje nazočnosti izvodi se u tišini. Učiteljica Ching Hai ne mora biti fizički prisutna da bi

vam otvorila ta "vrata". Taj Prijenos je najbitniji dio metode. Same tehnike će vam vrlo malo pomoći bez prisutnosti Milosti Učiteljice.

Zbog toga što možete odmah, još tijekom inicijacije, čuti unutrašnji Zvuk i vidjeti unutrašnje Svijetlo, taj događaj se ponekad opisuje kao "iznenadno" ili "neposredno prosvjetljenje".

Učiteljica Ching Hai prima za inicijaciju ljude svih religija i iz svih sredina. Ne morate mijenjati sadašnju religiju ili sustav vjerovanja. Nećete se morati pridružiti nikakvoj organizaciji ili sudjelovati u nečemu što ne odgovara vašem sadašnjem životnom stilu.

Međutim, bit ćete pozvani da postanete vegani. Pridržavanje veganske prehrane do kraja života neophodan je preduvjet za primanje inicijacije.

Inicijacija je besplatna.

Dnevno prakticiranje Quan Yin metode meditacije i pridržavanje "Pet smjernica" jedini su zahtjevi kojih se treba držati nakon inicijacije. Smjernice vam pomažu da ne povrijedite sebe ili neko drugo živo biće. Takva praksa će produbiti i jačati vaše inicijalno iskustvo prosvjetljenja i omogućiti vam da na kraju dostignete najviši stupanj Prosvjetljenja ili Božanskost. Bez svakodnevnog prakticiranja zasigurno ćete potpuno zaboraviti svoje prosvjetljenje i vratiti se na prijašnji stupanj svijesti.

Cilj Učiteljice Ching Hai je naučiti nas da budemo samodostatni. Zbog toga ona podučava metodu koju može prakticirati svatko, bez ikakve pomoći ili nekakvih materijalnih potrepština. Ona ne traži nikakve obožavatelje, sljedbenike ili učenike, ili stvaranje organizacije sa stalnim plaćanjem članarina. Ona ne prima novac, poklone, a pred njom nitko ne pada ničice, tako da joj to ne trebate niti nuditi.

Ona će prihvatiti vašu iskrenost u svakodnevnom životu i prakticiranje meditacije da se približite Svetosti.

Pet smjernica

1. Uzdrži se od nanošenja štete bilo kojem živom biću; *
2. Uzdrži se od govorenja neistine;
3. Uzdrži se od uzimanja onog što ti ne pripada;
4. Uzdrži se od seksualnih prijevera;
5. Uzdrži se od uzimanja opojnih tvari; **

* ova smjernica podrazumijeva striktno pridržavanja veganske prehrane. Bez mesa, mliječnih proizvoda, ribe, peradi ili jaja (bilo oplodjenih ili neoplodjenih).

** ovo uključuje izbjegavanje svih otrova bilo koje vrste, kao što su alkohol, droge, duhan, kockanje, pornografija i pretjerano nasilni filmovi, literatura ili video igre.

"Potpuna božanska osoba je potpuno ljudsko biće. Potpuno ljudsko biće je potpuno božansko. Sada smo tek pola ljudskog bića. Ponekad oklijevamo i radimo stvari s egom. Ne vjerujemo da je Bog taj koji to sve uređuje za naš užitak, za naše iskustvo. Mi odvajamo grijeh od kreposti. Mi od svega pravimo problem, i po svojim kriterijima sudimo sebe i druge ljude. Mi patimo zbog svojih vlastitih ograničenja shvaćanja o onome što bi Bog trebao raditi. Razumijete? Zapravo, Bog je u nama, i mi ga ograničavamo. Mi želimo uživati i igrati se, ali ne znamo kako. Govorimo drugima 'O! Pa ti to ne bi smio raditi', a sebi: 'To ne bih smio raditi. Ni to ne bih smio raditi. Zašto da budem vegan?' Da! Znam. Ja sam vegan jer to Bog u meni želi."

~ Učiteljica Ching Hai ~

"Kad smo čisti u svojim djelima, mislima i riječima, čak i za trenutak, sva božanstva, bogovi i anđeli čuvaju nas i uvatili. U tom trenutku cijeli svemir pripada nama, i podržava nas, i prijestolje nas čeka da na njemu vladamo."

~ Učiteljica Ching Hai ~



Koristi veganske prehrane

Doživotno pridržavanje veganske prehrane je preduvjet za inicijaciju u Quan Yin metodu. U toj vrsti prehrane dozvoljena je hrana iz biljnih izvora, a sve ostale namirnice životinjskog porijekla, uključujući i jaja, ne smiju se konzumirati. Mnogo je razloga za to, a najvažniji proizlazi iz Prve smjernice, u kojoj se kaže da se moramo uzdržati od nanošenja štete osjetilnim bićima, ili „*Ne ubij!*“

Odustajanje od ubijanja ili povređivanja živih bića od očigledne je koristi za njih. Manje je očito da je odustajanje od povređivanja drugih korisno i za nas same. Zašto? Zbog zakona karme: ***Kako siješ, tako ćeš i žeti.*** Ako ubijaš ili uzrokuješ da drugi ubijaju za tebe da bi zadovoljio svoju želju za mesom, ti se izlažeš karmičkom dugu, a on će se jednom morati platiti.

Tako je, u pravom smislu riječi, veganska prehrana dar koji dajemo sami sebi. Bolje se osjećamo, kvaliteta našeg života se poboljšava, a naš karmički dug se smanjuje, a nudi nam se ulazak u profinjenu nebesku sferu unutarnjeg iskustva. To je i te kako vrijedno male cijene koju moramo platiti!

Duhovni argumenti protiv konzumacije mesa su uvjerljivi za neke ljude, ali postoje i drugi snažni razlozi zbog kojih treba biti vegan. Svi su utemeljeni na zdravom razumu. Ona su povezana s pitanjima osobnog zdravlja i prehrane, ekologije i zaštite okoliša, etike i stradanja životinja, te sa gladi u svijetu.

ZDRAVLJE I HRANJIVOST

Istraživanje evolucije čovjeka pokazalo je da su naši preci po prirodi bili vegetarijanci. Struktura ljudskog tijela nije pogodna za prehranu mesom. To je pokazano u eseju iz komparativne anatomije autora dr. G.S. Huntingtona sa sveučilišta Columbia. On je istaknuo da mesožderi imaju kratka mala i široka crijeva. Njihovo debelo crijevo je karakteristično veoma ravno i glatko. Nasuprot njima, biljožderi imaju i dugačko tanko crijevo i dugačko debelo crijevo. Zbog malog sadržaja vlakana i velike gustoće bjelančevina u mesu, ono se ne mora dugo probavljati; zbog toga su crijeva mesoždera kraća od crijeva biljojeda.

Ljudi, kao i drugi prirodni biljojedi, imaju dugačko i debelo i tanko crijevo. Ljudska crijeva su dugačka otprilike 8,5 metara. Tanko crijevo je savijeno mnogo puta, a njegove stijenke nisu glatke, nego naborane. Zbog toga što je duže od crijeva mesoždera, meso u našim crijevima ostaje dulje vrijeme. Sukladno tome, ono truli i stvara otrove. Ti otrovi su često puta uzrokom raka crijeva, a oni povećavaju i opterećenje jetre, koja je u funkciji odstranjivanja otrova. To može uzrokovati cirozu, pa i rak jetre.

Meso sadrži puno proteina urokinaze i mokraćne kiseline, koja dodatno opterećuje bubrege i može uništiti funkciju bubrega. Svaka funta (453,59 g) telećeg odreska sadrži 14 grama proteina urokinaze. Ako žive stanice stavimo u tekući protein urokinaze, njihov metabolizam će degenerirati. Štoviše, mesu nedostaje celuloza ili vlakna, što lako može dovesti do zatvora. Poznato je da zatvor (nedostatak stolice) može izazvati rak rektuma ili hemeroide.

Kolesterol i zasićene masti isto tako izazivaju kardiovaskularne poremećaje. Kardiovaskularni poremećaji su jedan od najčešćih uzroka smrti u SAD-u i Formozi.

Rak je drugi najčešći uzrok smrti. Eksperimenti pokazuju da se tijekom pripremanja mesa pečenjem i na roštilju, stvara kemijska tvar (metilkolantren), koja je vrlo kancerogena.

Većina ljudi misli da je meso čisto i sigurno, jer se u mesnicama provode sanitarne mjere. Naprosto je previše stoke, svinja, peradi itd., koja se dnevno ubija, a da bi se mogla pregledati. Vrlo je teško provjeriti ima li neki komad mesa karcinom ili ne, a kamoli pregledati svaku životinju pojedinačno. Danas se problematičnoj životinji jednostavno odreže glava, ako je tamo problem, ili odstrani noga. Samo loši komadi se uklone, a ostatak se proda.

Poznati vegetarijanac, dr. J.H. Kellogg, kaže: "Kad jedemo vegetarijansku hranu, ne moramo brinuti od kakve je bolesti hrana uginula. Zbog toga veseli uživamo u jelu!"

No postoji i jedna druga briga. Antibiotici, kao i drugi lijekovi, uključujući steroide i hormone rasta, daju se životinjama ili u hranu, ili se direktno injekcijama uštrcavaju u organizam. Utvrđeno je da će ljudi, koji će jesti takvo meso, apsorbirati te lijekove u svoje tijelo. Postoji mogućnost da antibiotici u mesu smanjuju djelovanje antibiotika koji uzimaju ljudi.

Postoje neki ljudi koji vegetarijansku prehranu smatraju nedovoljno hranjivom. Američki stručnjak za kirurgiju, dr. Miller, radio je preko četrdeset godina na Formozi. Tamo je utemeljio bolnicu u kojoj su svi obroci bili s vegetarijanskom prehranom, za bolničko osoblje kao i za pacijente. On je rekao: "Medicina koju nam je omogućila moderna znanost veoma je napredovala, ali još uvijek je u stanju samo tretirati bolesti. Hrana, međutim, može očuvati zdravlje." Istaknuo je da je „biljna hrana puno direktniji izvor prehrane od mesa. Ljudi jedu životinje, a izvor prehrane životinja, koje jedemo, jesu biljke. Život većine životinja je kratak, a životinje obolijevaju gotovo od istih bolesti kao i ljudi. Vrlo je vjerojatno da bolesti kod ljudi dolaze od prehrane mesom bolesnih životinja. Stoga, zašto čovjek ne bi svoju hranu uzimao izravno iz biljnog

svijeta?" Dr. Miller sugerira da je potrebno jesti samo žitarice, mahunarke i povrće u dovoljnim količinama, da bismo dobili sve ono što osigurava dobro zdravlje.

Mnogo je ljudi koji misle da su proteini životinjskog porijekla superiorni onima biljnog podrijetla, jer su prvi kompletni a drugi nepotpuni. Istina je da su neki biljni proteini kompletni i da kombiniranjem hrane s nekompletnim proteinima možemo stvoriti kompletne proteine iz više nekompletnih proteina.

U ožujku 1988. američka dietetička udruga je objavila, „Stav ADU je da je vegetarijanska prehrana zdrava, dovoljno hranjiva i adekvatna ako se pravilno planira.“

Često se pogrešno mislilo da su mesojedi jači nego biljojedi, ali je eksperiment, koji je vodio profesor Irving Fisher sa sveučilišta Yale, sa 32 vegetarijanca i 15-oricom onih koji jedu meso, pokazao da su vegetarijanci izdržljiviji. Naložio je ljudima da što je moguće dulje izdrže s ispruženim rukama. Rezultat je bio vrlo jasan. Između 15 "mesojeda" samo ih je dvoje uspjelo izdržati s ispruženim rukama između 15 i 30 minuta; međutim, između 32 vegetarijanca, 22 osobe su izdržale između 15 i 30 minuta, 15 osoba preko 30 minuta, 9 osoba preko sat vremena, a 4 čovjeka preko 2 sata, a 1 čak preko 3 sata.

Mnogi se atletičari na duge pruge neposredno pred veća natjecanja strogo pridržavaju veganske ili vegetarijanske prehrane. Dr. Barbara More, stručnjak za vegansku i vegetarijansku terapiju, istrčala je stazu od 110 milja za 27 sati i 30 minuta. Ta 56-godišnja žena potukla je sve rekorde koje su držali mladi muškarci. "Željela sam primjerom pokazati kako ljudi, koji se strogo drže vegetarijanske prehrane, mogu imati jako tijelo, bistar um i pročišćen život."

Dobivaju li vegani svojom prehranom dovoljno proteina? Svjetska zdravstvena organizacija preporučuje da 4,5 % dnevnih kalorija treba

dobivati iz proteina. Pšenica sadrži 17% kalorija u obliku proteina, prokulica 45%, a riža 8%. Veoma je lako osigurati obrok bogat proteinima, a da ne jedemo meso. S dodatnom prednošću, a to je izbjegavanje mnogih bolesti koje uzrokuje prehrana bogata mastima, kao što su bolesti srca i mnogi karcinomi, vegetarijanstvo je najbolji odabir.

Dokazana je posljedična veza između konzumiranja mesa i druge hrane životinjskog porijekla koja sadrži životinjske masti i bolesti srca, raka dojke, raka debelog crijeva i moždanog udara. Ostale bolesti koje se često mogu izbjeći, a ponekad i izliječiti uz pomoć veganske kuhinje, uključuju i: bubrežne kamence, karcinom prostate, šećernu bolest, čir probavnog trakta, žučni kamenac, bowelov sindrom, artritis, bolesti čeljusti, akne, karcinom gušterače, karcinom želuca, hipoglikemiju, tvrda stolica, diverticulitis, hipertenzija, osteoporoza, karcinom jajnika, hemeroidi, pretilost i astma.

Uz pušenje, jedenje mesa je najopasniji osobni rizik za zdravlje.

Ekologija i zaštita čovjekovog okoliša

Uzgoj životinja zbog mesa ima svoje posljedice. To dovodi do kiselih kiša koje uništavaju šume, globalnog povišenja temperature, zagađivanja voda, nestašice pitke vode, stvaranja pustinja, zloupotrebe energetskih potencijala i gladi u svijetu. Iskorištavanje zemlje, vode, energije i ljudskog rada za proizvodnju mesa, nije djelotvoran način iskorištavanja zemljinih potencijala.

Od 1960. do danas nekih 25% tropskih šuma Centralne Amerike bilo je spaljeno da bi se napravio prostor za ispašu stoke. Ispostavilo se da svake 4 unce hamburgera, koji su napravljeni od šumskog goveda, uništi 55 četvornih stopa tropske šume. K tome, uzgoj stoke znatno pridonosi

stvaranju tri plina koji uzrokuju globalno zagrijavanje; jedan je od vodećih uzroka zagađenja voda te zahtijevaju vrtoglavih 2464 galona vode za proizvodnju svake funte govedine. Potrebno je samo 29 galona vode da bi se proizvela funta rajčica i 139 galona vode za proizvodnju funte pšeničnog kruha. Gotovo polovina vode, koja se potroši u SAD-u, odlazi za uzgoj i tov stoke i drugih životinja.

Bilo bi moguće prehraniti mnogo više ljudi kad bi se izvori za uzgoj stoke, upotrebljavali za uzgoj žita namjenjenog prehrani ljudi. Jedna akra zemlje, na kojoj je zasijana zob, proizvede 8 puta više bjelančevina i 25 puta više kalorija, kad bismo tom zobi izravno hranili ljude, a ne stoku. Jedna akra zemlje, zasijane prokulicom, proizvede 10 puta više bjelančevina, kalorija i nijacina od jedne akre zemlje koja služi za uzgoj stoke. Statistike poput ovih su brojne. Svjetski resursi bili bi mnogo bolje iskorišteni kad bi se umjesto za proizvodnju stoke zemlja koristila za proizvodnju biljne hrane, kojom bi se direktno prehranjivalo stanovništvo.

Konzumiranje veganske hrane omogućuje vam da "mnogo lakše koračate po planetu." Uzimanjem samo onog što vam je nužno i smanjujući preobilje, osjećat ćete se bolje kad budete znali da živo biće ne mora umrijeti svaki put kad jedete svoj obrok.

SVJETSKA GLAD

Otprilike jedna milijarda ljudi pati od gladi i neishranjenosti na našem planetu. Preko 40 milijuna ljudi svake godine umire od gladi, a većina od njih su djeca. Unatoč tome, više od jedne trećine svjetske žetve žita se odvaja za uzgoj stoke umjesto za prehranu ljudi. U SAD-u stoka konzumira 70% sveukupne proizvodnje žitarica. Kad bismo umjesto stoke hranili ljude, nitko ne bi bio gladan.

PATNJA ŽIVOTINJA

Jeste li svjesni činjenice da u SAD-u svaki dan ubijaju 100000 krava?

Većina životinja u zapadnim zemljama uzgaja se na "tvorničkim farmama". Takvi uvjeti su stvoreni da bi se omogućio maksimalan uzgoj životinja za klanje uz minimum troškova. Životinje su nagurane u malom prostoru, a s njima se postupa kao sa strojevima za pretvaranje hrane u meso. To je stvarnost koju većina od nas neće nikada vidjeti svojim vlastitim očima. Zbog toga se kaže: "Jedan posjet klaonici od vas će učiniti doživotnog vegana."

Lav Tolstoj kaže: "Tako dugo dok budu postojale klaonice, bit će i bojnih polja. Vegetarijanstvo je jetki test čovječnosti." Iako većina nas aktivno ne odobrava ubijanje, stvorili smo naviku, koju podržava i društvo, da redovito jedemo meso, bez prave svijesti što se zapravo radi sa životinjama koje jedemo.

DRUŠTVO SVETIH I OSTALI

Od početka pisane povijesti možemo vidjeti da je povrće bilo prirodna hrana ljudskih bića. Svi rani grčki i hebrejski mitovi govore o ljudima koji su izvorno jeli voće. Stari egipatski svećenici nisu nikad jeli meso. Mnogi grčki filozofi kao što su Platon, Diogen i Sokrat, zastupali su vegetarijanstvo.

U Indiji Shakyamuni Buddha je naglašavao važnost ahimse, načela da se živim bićima ne smije nanositi zlo. On je svoje učenike upozoravao da ne jedu meso ili bilo kakva druga živa bića, jer će ih se ona početi bojati. Buddha je rekao sljedeće: *Konsumacija mesa je samo stečena navika. U početku nismo bili rođeni s potrebom da jedemo meso. Ljudi koji jedu meso odvajaju svoje unutarnje sjeme od Velike Milosti. Ljudi koji jedu meso međusobno se ubijaju i međusobno se jedu... u ovom životu ja*

jedem tebe, a u slijedećem ti jedeš mene... i tako se to nastavlja na isti način. Kako da se oni ikad izbave iz Tri Kraljevstva (iluzije)?

Mnogi rani taoisti, rani kršćani i židovi bili su vegetarijanci. To je zapisano i u Bibliji: ***I doda Bog: Evo, dajem vam sve bilje što sjemeni, po svojoj zemlji, i sva stabla plodonosna što u sebi nose svoje sjeme: neka vam bude za hranu! A zvijerima na zemlji i pticama u zraku i gmizovcima što puze po zemlji u kojima je dah života - neka je za hranu sve zeleno bilje! I bi tako.*** (Stvaranje, 1:29). Ostali primjeri iz Biblije zabranjuju konzumiranje mesa: ***Samo ne smijete jesti mesa u kojem je još duša, to jest njegova krv.*** (Stvaranje, 9: 4). ***Što će mi mnoštvo žrtava vaših?*** - govori Jahve. - ***Sit sem ovnujskuh paljevina i pretiline gojne teladi. I krv mi se ogadi bikova, janjaca i jaradi. Kad mi lice vidjet dolazite, tko od vas ište da gazite mojim predvorjima? Prestanite mi nositi ništavne prinose, kad mi omrznu. Mladaka, subote i sazive - ne podnosim zborovanja i opačine. Mladake i svetkovine vaše iz sve duše mrzim - teški su mi, podnijet ih ne mogu! Kad na molitvu ruke širite, ja od vas oči odvrćam. Molitve samo množite, ja vas ne slušam. Ruke su vam u krvi ogrezle, operite se, očistite. Uklonite mi s očiju djela opaka, prestanite zlo činiti!*** (Izaija, 1: 11-16). Sveti Pavao, jedan od Isusovih učenika, u svojoj je poslanici Rimljanima rekao: ***Dobro je ne jesti meso i ne piti vino.*** (Rimljani 14: 21).

Nedavno su povjesničari pronašli mnogo drevnih knjiga koje su bacile novo svjetlo na život Isusa i Njegovo učenje. Isus je rekao: ***Čovjek koji jede meso životinja pretvorit će se u svoj vlastiti grob. Kažem vam uistinu, ljudi koji ubijaju, bit će ubijeni. Onaj koji ubija živa bića i jede njihovo meso, jede meso mrtvog čovjeka.***

Indijske religije također izbjegavaju konzumiranje mesa. Rečeno je da: ***Ljudi ne mogu doći do mesa, a da ne ubijaju životinje. Osobu, koja povređuje bića s osjećajima, Bog nikada neće blagosloviti. Zato izbjegavajte uzimanje mesa!*** (Hinduistički propis)

Islamsko Sveto pismo, Kuran, zabranjuje *jedenje mrtvih životinja, krvi i mesa.*

Veliki kineski učitelj zena, Han Shan Tzu, napisao je pjesmu koja je izričito protiv konzumiranja mesa: *Otidi brzo do tržnice i kupi meso i ribu, i odnesi je svojoj gladnoj ženi i djeci. Ali, je li nužno drugim živim bićima uzimati život da bi ti sam živio? To nije razumno. To te neće odvesti u nebo, već će te pretvoriti u talog pakla!*

Mnogi poznati pisci, umjetnici, znanstvenici, filozofi i drugi prominentni ljudi bili su vegetarijanci i vegani. Vegetarijansku prehranu su s entuzijazmom prigrlili: Shakyamuni Buddha, Isus Krist, Muhamed, Tsong Khapa, Aristotle, Virgil, Horacije, Platon, Ovidije, Petrarca, Pitagora, Socrat, William Shakespeare, Voltaire, Rabindranath Tagore, Lav Tolstoj, Sir Isaac Newton, Charles Darwin, Albert Einstein, Albert Schweitzer, Nikola Tesla, Leonardo Da Vinci, Benjamin Franklin, Mahatma Ghandi, Abdul Kalam, Janez Drnovšek, Martina Navratilova (veganka, tenisačica), Carl Lewis, Paavo Nurmi, Edwin C. Moses, Giorgia Fumanti, Toby Maguire (vegan), Natalie Portman, Leona Lewis, Michael Jackson, Brian Greene, John Robbins (aktivist i autor), da nabrojimo samo neke.

Albert Einstein je rekao: Mislim da su promjene i efekti pročišćenja, koje vegetarijanska prehrana donosi sa sobom, od velike koristi za čovječanstvo. Zbog toga je izbor vegetarijanstva za čovjeka pogodan i miroljubljiv izbor". To je temeljni savjet koji je zajednički mnogim mudrim i važnim ljudima u povijesti!

UČITELJICA ODGOVARA NA PITANJA

P: Konzumiranje životinja je ubijanje živih bića, ali zar nije i konzumiranje povrća jedna vrsta ubijanja?

U: Biljna prehrana je isto tako ubijanje živih bića i stvara neke karmičke smetnje, ali je učinak minimalan. Ako netko prakticira Quan Yin metodu

dva i pol sata dnevno, može se riješiti tih karmičkih učinaka. No, kako moramo jesti da bismo preživjeli, izabiremo hranu koja ima najmanje svijesti i najmanje pati. Biljke se sastoje od 90% vode i njihov je nivo svijesti vrlo nizak, pa gotovo da ništa ne osjećaju i ne pate. Štoviše, ako jedemo puno povrća, mi ne režemo njegovo korijenje, nego pomažemo njegovo nesporno razmnožavanje rezanjem lišća i grana. Konačni rezultat može biti od koristi samoj biljci. Zbog toga poljoprivrednici kažu da obrezivanjem pomažu vegetaciji da naraste lijepa i velika.

S voćem je to još očiglednije. Kad voće dozrijeva, ono ljude primamljuje svojim divnim mirisom, lijepom bojom i izvrsnim okusom. To je način na koji stabla voća ostvaruju svoju svrhu širenja svojeg sjemena daleko u okolno područje. Ako ne pokupimo plod i pojedemo ga, on će prezreti, pasti na tlo i sagnjiliti. Njegovo sjeme će biti zasjenjeno krošnjom i umrijet će. Tako je konzumiranje voća i povrća prirodna težnja, koja mu ne donosi nikakve patnje.

P: Većina ljudi smatra da su vegetarijanci niži i mršaviji, a oni koji jedu meso, viši i bolje građeni. Je li to istina?

U: Vegetarijanci ne moraju nužno biti mršaviji i niži. Ako je njihova prehrana uravnotežena, oni također mogu biti snažni i visoki. Kao što znate, sve velike životinje, kao što su slonovi, stoka, žirafe, nilski konji, konji itd., jedu samo povrće i voće. Oni su snažniji od mesoždera, ali veoma nježni i dobroćudni prema čovjeku. No životinje koje jedu meso veoma su nasilne i beskorisne. Ako ljudi jedu mnogo životinja, i oni postaju zahvaćeni životinjskim instinktima i njihovim osobinama. Ljudi koji jedu meso nisu obavezno visoki i jaki, ali vijek njihova života je u prosjeku prilično kratak. Eskimska prehrana se gotovo u potpunosti temelji na mesu, no jesu li Eskimi stvarno visoki i jaki? Žive li dugo? Mislim da je to vrlo jasno.

P: Mogu li vegetarijanci jesti jaja?

U: Ne. Kada jedemo jaja, tada također ubijamo živa bića. Neki tvrde da su jaja, koja se mogu kupiti u prodavaonicama, neoplođena, tako da njihovom konzumacijom ne ubijamo živa bića. To je samo prividno točno.

Jaje ostaje neoplođeno samo radi toga što se nisu ispunili uvjeti njegove oplodnje, i tada se ne može razviti u kokoš, što je njegova prirodna svrha. Čak i tada kad ne dođe do tog razvoja, ono još uvijek ima prirodnu snagu za to. Znamo da jaje ima taj iskonski prirodni poriv; uostalom, kako to da su jajne stanice jedine koje mogu biti oplođene? Neki ističu da jaje u sebi sadrži temeljnu hranjivu tvar, bjelančevinu i fosfor, koji su najbitniji i za ljudsko tijelo. No ta bjelančevina nalazi se i u ljusci graha, a fosfor u mnogim vrstama povrća, npr. u krompiru.

Poznato je, da su još od prastarih vremena pa sve do danas postojali mnogi veliki redovnici, koji nisu jeli ni meso, niti jaja, a dugo živeli. Npr. Učitelj Ying Guang je jeo samo zdjelicu povrća i nešto riže za svaki obrok, a živio je osamdeset godina. Štoviše, žutanjak sadrži mnogo kolesterola, koji je glavni uzrok kardiovaskularnih bolesti, a one su ubojica broj jedan u Americi i na Formozi. Nije čudo pošto većina pacijenata jede jaja!

P: Ljudi uzgajaju životinje i perad, kao što su svinje, stoka, kokoši, patke itd. Zašto njih ne možemo jesti?

U: Pa što? Roditelji odgajaju i svoju djecu. Jedu li roditelji svoju djecu? Sva živa bića imaju pravo da žive i nitko im to pravo ne može uskratiti. Ako pogledamo zakone u Hong Kongu, čak je i samoubojstvo protuzakonito. Koliko bi tek protuzakonito bilo ubijanje drugih živih bića?

P: Životinje su stvorene da ih ljudi jedu. Ako ih ne bismo jeli, one bi preplavile svijet. Zar ne?

U: To je apsurdna ideja. Prije nego ubijete životinju, da li je pitate hoće li da je ubijete i pojedete, ili ne? Sva živa bića žele živjeti i strah ih je umrijeti. Mi isto tako ne želimo da nas pojede tigar, pa zašto da onda ljudi jedu životinje? Ljudska bića postoje na svijetu nekoliko desetaka tisuća godina, ali prije nego se pojavila ljudska vrsta postojale su mnoge životinjske vrste. Jesu li one prekrile Zemlju? Živa bića održavaju prirodnu ekološku ravnotežu. Kada dođe do pomanjkanja hrane i prostor bude ograničen, to će izazvati znatno smanjenje populacije. Tako se regulira populaciju na odgovarajuću razinu.

P: Zašto bih ja bio vegan?

U: Ja sam veganka jer to Bog u meni zahtijeva. Razumijete? Konzumiranje mesa je suprotno univerzalnim načelima da se ne ubija. I sami ne želimo da nas netko ubije, i sami ne želimo da nam netko nešto ukrade. No ako to sami radimo drugim ljudima, tada radimo protiv sebe samih i to nam nanosi bol. Sve što radiš protiv drugih, nanosi bol tebi. Ne možemo sami sebe tući i ne bismo trebali sami sebi nanositi bol. Isto tako ne smijemo ubijati jer je to protiv načela života. Razumijete? To nam donosi patnju i zato to ne radimo. To ne znači da se na bilo koji način ograničavamo. To znači da proširujemo naš život na ostale oblike života. Naš život neće biti ograničen ovim tijelom, već će biti proširen na živote životinja i ostalih živih bića. To nas čini većim, veselijim i bezgraničnim. U redu?

P: Hoćete li nešto reći o tome kako veganska prehrana može doprinijeti svjetskom miru?

U: Hoću. Vidite, većina ratova koji pogađaju ovaj svijet događa se zbog ekonomskih razloga. Suočimo se s tim. Ekonomske poteškoće jedne zemlje postaju puno akutnije kad postoji glad i nedostatak hrane ili nedostatak jednake raspodjele hrane između različitih zemalja. Ako ste si uzeli vremena i pročitali časopise i proučili činjenice o veganskoj prehrani, onda to sigurno vrlo dobro znate. Uzgajanje stoke i životinja zbog mesa, izaziva bankrot naše privrede u svim aspektima. To je prouzročilo glad u cijelom svijetu, posebno u zemljama Trećeg svijeta.

Ne kažem to ja, to je izjavio jedan američki građanin koji je proveo taj tip istraživanja i napisao o tome knjigu. Možete otići u bilo koju knjižaru i čitati o istraživanjima o veganstvu i proizvodnji hrane. Možete pročitati "Prehrana za Novu Ameriku" Johna Robbinsa. On je veoma poznati sladoledni milijuner. Odustao je od dotadašnjeg načina života, da bi postao vegan, i da bi napisao vegansku knjigu protiv obiteljske tradicije i posla. Izgubio je puno novaca, ugled i posao, ali je to učinio za ljubav Istine. Ta knjiga je vrlo dobra. Postoje i mnoge druge knjige i časopisi,

koje vam mogu dati mnogo informacija i činjenica o veganskoj prehrani, i kako ona pridonosi miru u svijetu.

Vidite, mi vodimo u propast našu opskrbu hranom tako što uzgajamo stoku. Znete li koliko bjelančevina, lijekova, zaliha vode, ljudske snage, prijevoznih sredstava, cesta i koliko stotina tisuća rali zemlje se uništava prije nego što krava prijeđe put do obroka u našem tanjuru? Razumijete? Sva ta sredstva bi se mogla namijeniti podjednako svim nerazvijenim zemljama i tako bismo mogli riješiti problem gladi. Tako ako jedna zemlja treba hranu, ona napada samo da bi spasila svoje vlastite ljude. To na duge staze izaziva loše stvari i osvetu. Razumijete?

Kako siješ, tako ćeš i žeti. Ako nekog ubijamo zbog hrane, i mi ćemo kasnije biti ubijani zbog hrane, u nekoj drugoj formi, u neko drugo vrijeme, i drugoj generaciji. To je tužno. Tako smo inteligentni, civilizirani, a mnogi od nas još uvijek ne znaju razlog zbog kojeg naše susjedne države pate. To je zbog našeg teka, našeg okusa, našeg trbuha.

Da bismo nahranili jedno tijelo, ubijamo toliko puno živih bića i morimo glađu toliko ljudi. Sada čak niti ne govorimo o životinjama. Razumijete? Jer ta naša krivnja, svjesno ili nesvjesno, pritišće nam savjest. To dovodi do toga da se razbolijevamo od karcinoma, tuberkuloze i ostalih vrsta neizlječivih bolesti, uključujući AIDS. Zapitajte se zašto vaša zemlja, Amerika, najviše pati od ovih bolesti? Ovdje je najviši postotak karcinoma na svijetu jer Amerikanci jedu jako puno govedine. Oni jedu više mesa od stanovnika bilo koje druge zemlje. Postavite si pitanje zašto Kina ili komunističke zemlje nemaju tako visoku stopu karcinoma? One nemaju toliko mesa. Razumijete? Tako kažu istraživanja, a ne ja. U redu? Ne krivite mene.

P: Koje duhovne pogodnosti dobivamo kao vegani?

U: Drago mi je da ste pitanje postavili na taj način, jer to znači da vam je stalo do duhovnih vrlina. Mnogim ljudima je stalo do zdravlja, prehrane i figure kada se raspituju o veganskoj prehrani. Duhovni aspekti veganske prehrane su njena čistoća i nenasilnost.

Ne ubij! Kada nam je to Bog rekao, nije mislio da ne smijemo ubijati ljude, već je rekao da ne smijemo ubijati niti jedno živo biće. Zar nije

rekao da je stvorio sve životinje da nam budu prijatelji, da nam pomažu? Zar nam nije dao da se o životinjama brinemo? Rekao je da se o njima brinemo i njima vladamo. Ako vladate svojim podređenima, da li ih onda ubijate i jedete? Tada biste postali kralj, a nikoga više ne bi bilo oko vas. Tako, sad razumijete zašto je to Bog rekao. Toga se moramo pridržavati. Nema potrebe da ga pitamo. On govori veoma jasno, no tko razumije Boga osim Boga samog?

I tako morate postati Bog da biste Boga razumjeli. Pozivam vas da opet budete Bogoliki, da budete ono što jeste, da ne budete nitko drugi. Meditirati o Bogu, ne znači obožavati Boga, to znači postati Bog. Spoznati da ste vi i Bog jedno. ***Ja i moj otac smo jedno***, zar nije Krist tako govorio? Ako je On rekao da su On i Otac jedno, mi i Njegov Otac isto tako možemo biti jedno, jer i mi smo Božja djeca. A Isus je govorio da ono što je On radio, mi možemo raditi čak i bolje. Tako možda možemo biti i bolji od Boga, tko zna!

Zašto da obožavamo Boga, kad o njemu ništa ne znamo? Zar da slijepo vjerujemo? Prvo moramo znati u koga vjerujemo prije nego što mu se počnemo moliti, isto kao što moramo znati tko je naša djevojka prije nego što je oženimo. Danas je običaj da se ne ženimo prije nego što dotičnu osobu upoznamo. Isto tako, zašto da se molimo Bogu u slijepoj vjeri? Imamo pravo zahtijevati od Boga da nam se objavi i da nam se ukaže. Imamo i pravo izabrati kojeg Boga želimo slijediti.

Eto, sada vidite da je u Bibliji vrlo jasno napisano da trebamo biti vegani. Zbog svih zdravstvenih razloga, trebamo biti vegani. Zbog svih znanstvenih razloga, moramo biti vegani. Zbog svih ekonomskih razloga, trebamo biti vegani. Zbog suosjećanja s drugima, trebamo biti vegani. Da bismo spasili svijet, moramo biti vegani.

U nekim znanstvenim studijama objavljeno je da kad bi ljudi u Americi samo jednom tjedno jeli vegansku hranu, moglo bi se spasiti 16 milijuna ljudi koji umiru od gladi svake godine. Pa zato budite heroji, budite vegani. Zbog svih tih razloga, čak i ako ne slijedite moje učenje i ne prakticirate istu metodu, molim vas, budite vegani, zbog vas samih, zbog svijeta.

P: Ako svi budu jeli biljke, neće li to dovesti do nestašice hrane?

U: Neće. Upotrebom određenog komada zemlje za usjeve dobivamo 14 puta više hrane nego upotrebom iste površine za uzgoj tovnje hrane za prehranu životinja. Biljke sa svake akre zemlje osiguravaju 800000 kalorija energije; međutim, ako se biljke uzgajaju za uzgoj životinja, koje se onda ponovno upotrebljavaju kao životinjsko meso, tada se može osigurati samo 200000 kalorija energije. To znači da se u toku tog procesa izgubi 600000 kalorija energije. Dakle, očigledno je da je veganska prehrana djelotvornija i ekonomičnija od prehrane mesom.

P: Da li je u redu ako kao vegetarijanci jedemo ribu?

U: U redu je ako želite jesti ribu. Ali ako hoćete biti vegetarijanci, riba nije povrće.

P: Neki ljudi kažu da je važno biti čovjek dobrog srca, ali nije važno biti vegan. Da li se s time slažete?

U: Ako netko stvarno ima dobro srce, zašto on još uvijek jede meso nekog drugog živog bića? Ako ga gleda dok pati, onda neće biti u stanju da ga jede! Konzumiranje mesa je nemilosrdno, pa kako onda taj čovjek može imati dobro srce?

Učitelj Lien Ch'ih je jednom rekao: ***Ubij njegovo tijelo i pojedij njegovo meso. Na ovom svijetu nema nikog tko je zao, zloban, krvoločan i opak kao taj čovjek. Kako on uopće za sebe može tvrditi da ima dobro srce?***

Mencije je također rekao: ***Ako ga vidiš živog, ne možeš podnijeti da ga vidiš mrtvog, a ako ga čuješ kako stenje, ne možeš jesti njegovo meso. Zato se pravi gospodin drži podalje od kuhinje.***

Ljudska inteligencija je viša od životinjske, i mi upotrebljavamo oružje da ih učinimo nesposobnima da se brane, pa tako one umiru u mržnji. Taj čovjek koji to radi, koji tiranizira mala i slaba bića, nema pravo da ga se nazove gospodinom. Kada životinje bivaju ubijane, one su strašno pogođene agonijom, strahom i ogorčenjem. To uzrokuje stvaranje otrova, koji ostaju u njihovom mesu, i štete onima koji ga jedu. Budući da

je frekvencija vibracija životinja niža od ljudske, ona će djelovati na našu vibraciju i utjecati na razvoj naše mudrosti.

P: Je li dovoljno biti tzv. "umjereni vegetarijanac"? (Umjereni vegetarijanci, strogo uzevši, ne izbjegavaju meso. Oni jedu povrće miješano s jelima od mesa.)

U: Ne. Npr. ako hranu stavimo u otrovnu tekućinu i onda je izvadimo, mislite da hranu nećemo otrovati? U Mahaparinirvana Sutri Mahakasyapa pita Buddha: ***Ako nam netko udijeli povrće miješano s mesom, smijemo li jesti tu hranu? Kako možemo očistiti tu hranu?*** Budha je odgovorio: ***Isperite je vodom, odvojite povrće od mesa i tek je onda jedite.***

Iz gore navedenog dijaloga nama je jasno da se povrće koje je pomiješano s mesom ne smije jesti prije nego što ga se opere i odvoji od mesa, a o jedenju samog mesa nema ni govora! Iz toga je jasno da su Buddha i njegovi učenici bili vegetarijanci. Međutim, neki ljudi kleveću Buddhu, govoreći da je bio "umjereni (tj. djelomični) vegetarijanac" i da je, kad su mu milosrdnici davali meso, to meso i jeo. To je uistinu besmislica. Oni koji to kažu čitali su veoma malo njegovih djela, ili ta djela, koja su čitali, nisu razumjeli.

Preko 90% ljudi u Indiji su vegetarijanci. Kada oni na ulici vide prosjake u žutoj odjeći, znaju da im trebaju udijeliti vegetarijansku hranu, a da i ne govorimo o tome da većina njih ne posjeduje ama baš nikakvo meso!

P: Dosta davno čula sam od jednog drugog Učitelja da je "Buddha umro od dijareje koju je dobio jedući svinjski papak". Je li to istina?

U: Apsolutno nije! Buddha je umro jer je pojeo neku vrstu gljive. Ako direktno s jezika brahmana prevodimo, onda se ta vrsta gljive zove "svinjski papak", ali to zapravo nije pravi svinjski papak. To je isto kao što vrstu voća zovemo "longan" (to na kineskom doslovno znači "zmajevo oko"). Ima mnogo jela za koja čovjek po imenu ne bi rekao da su vegetarijanska, ali ona zapravo jesu vegetarijanska, kao što je npr. "zmajevo oko". Ta gljiva se na brahmanskom jeziku zove "svinjski papak" ili "svinjska radost". Oboje ima veze sa svinjama. U drevnoj Indiji nije

bilo lako pronaći tu gljivu, a bila je to rijetka poslastica, tako da su je ljudi ponudili Buddhi, diveći mu se. Tu gljivu se ne može naći na površini zemlje jer ona raste pod zemljom. Ako su je htjeli naći, ljudi su je morali tražiti uz pomoć stare krmače, koja tu gljivu jako voli jesti. Krmača je nalazi uz pomoć njuha i kada je otkrije, ona se posluži svojim papkom da je iskopa iz zemlje. Eto, to je razlog zbog kojeg se gljiva zove "svinjska radost" ili "svinjski papak". Zapravo ta dva imena se odnose na jednu te istu gljivu. Zbog nemarnog prijevoda, i zbog toga što ljudi nisu znali iz čega je riječ izvedena, sljedeće generacije su prouzročile nesporazume i greškom označile Buddhu kao "čovjeka koji je jeo meso". Ta je greška zaista vrijedna osude.

P: Neki koji vole meso kažu da kupuju meso kod mesara i tako sami ne ubijaju. Zbog toga, onda, mogu jesti meso. Da li se Vi s time slažete?

U: To je kobna greška. Morate znati da mesari ubijaju životinje jer ih ljudi žele jesti. U Lankavatara Sutri Buddha kaže: ***Ako nema nikoga tko jede meso, onda nitko neće niti ubijati. Zato su konzumiranje mesa i ubijanje živih bića ista stvar.*** Zbog prekomjernog ubijanja živih bića, mi i imamo prirodne katastrofe i nesreće uzrokovane ljudskom rukom. Ratovi su isto uzrokovani prekomjernim ubijanjem.

P: Neki ljudi kažu da zbog toga što biljke ne mogu proizvoditi otrovne tvari kao što su urea ili urokinaza, uzgajivači voća upotrebljavaju mnogo pesticida kojima prskaju biljke, a koji su štetni za naše zdravlje. Je li to tako?

U: Ako uzgajivači voća i povrća za prskanje usjeva upotrebljavaju visoko toksične kemikalije kao što je DDT, to može uzrokovati karcinom, sterilnost i bolesti jetre. Otrov kao što je DDT, može se taložiti u masti, i obično ga ima u životinjskim mastima. Ako jedete meso, to znači da u organizam unosite sve te visoko koncentrirane pesticide i ostale otrove pohranjene u životinjskim mastima, koji su se nataložili tijekom rasta životinje. Ta gomilanja mogu biti i do 13 puta veća nego što su ona sadržana u voću, povrću ili žitaricama. Možemo isprati pesticide s površine voća, ali ne možemo ukloniti one koji se nalaze u unutrašnjosti

životinjske masti. Ti procesi taloženja pojavljuju se zbog kumulativnih svojstava pesticida. Uslijed toga su potrošači na vrhu lanca najviše izloženi tim štetnim utjecajima.

Eksperimenti na sveučilištu Iowa pokazali su da gotovo svi pesticidi pronađeni u ljudskom organizmu potječu od konzumiranja mesa. Oni su otkrili da je razina pesticida u organizmu vegetarijanaca upola manja, nego u ljudi koji jedu meso. Zapravo, pored pesticida, u mesu postoje i drugi otrovi. U procesu uzgoja životinja većina sastojaka tovne hrane su kemijske supstance, koje omogućuju da se životinje brzo razvijaju, ili da njihovo meso promijeni boju, strukturu tkiva, da očuva meso itd.

Npr. konzervansi proizvedeni iz nitrata visoko su toksični. New York Times od 18. srpnja 1971. izvješćuje: "Velika skrivena opasnost za zdravlje onih koji jedu meso jesu nevidljive štetne tvari u mesu, kao što su bakterija salmonele, ostaci pesticida, konzervansi, hormoni, antibiotici i ostali kemijski dodaci." Osim ovih, gore navedenih, životinjama se daju kojekakva cjepiva, koja mogu ostati u mesu. U tom su pogledu bjelančevine u voću, orasima, grahu i žitaricama čistije od bjelančevina u mesu, koje u sebi sadrži 56% u vodi neotopivih nečistoća. Istraživanja pokazuju da umjetni dodaci mogu prouzročiti karcinom, ostale bolesti ili deformaciju kod fetusa. Tako je i trudnim ženama primjerenije da budu veganke, kako bi osigurale fizičko i psihičko zdravlje fetusa. Iz mahunarki možete dobiti bjelančevine, a iz voća i povrća možete dobiti vitamine i minerale.

Veganstvo: Najbolje rješenje za globalnu krizu vode

Voda je esencijalna za preživljavanje živih bića na Zemlji. Međutim, prekomjerno korištenje vodenih resursa našeg planeta, kako je objavio Međunarodni institut za vodu iz Stokholma (SIWI), ugrožava za buduće generacije taj dragocjeni resurs.

Ovo su neke potresne činjenice objavljene na godišnjoj konferenciji World Water Week SIWI održanoj 16. – 20. kolovoza 2004.:

- * Porast u proizvodnji hrane je tokom više desetljeća nadmašio rast stanovništva. Sada svijetu jednostavno nedostaje vode za veću proizvodnju.
- * Proizvodnja mesa bazirana na ishrani žitom treba oko 10000-15000 kg vode za svaki kilogram proizvedenog mesa. (Učinkovitost je manja od 0.01%; kad bi neki obični industrijski proces radio s tom učinkovitošću, brzo bi bio zamijenjen!)
- * Za uzgoj žitarica treba 400-3000 kg vode za svaki proizvedeni kilogram (to je 5% vode potrebne za proizvodnju mesa).
- * Do 90% sve upotrebene vode se koristi za uzgoj hrane.
- * Zemlje poput Australije, koja već oskudjeva vodom, u stvari izvoze vodu u obliku mesa.
- * U zemljama u razvoju oni koji jedu meso koriste resurse ekvivalentne 5000 liara (1100 galona) vode na dan, u usporedbi s 1000-2000 litara (200-400 galona) koliko koriste ljudi na veganskoj prehrani. (Guardian 23.8.2004.).

U slijedećoj napomeni, koja nije iz SIWI izvještaja, se također kaže da su povećana područja amazonske prašume očišćena za uzgoj soje. Međutim ta soja se koristi za ishranu goveda. Bilo bi daleko učinkovitije kad bi se njome hranili direktno ljudi!

Kako se mnogi inicirani mogu sjetiti, Učiteljica je spomenula utjecaj proizvodnje mesa na okolinu u svom predavanju „Koristi veganske prehrane“ koje se nalazi u brošuri „Ključ neposrednog prosvjetljenja“: „Uzgoj životinja radi mesa ima svoje posljedice. To vodi uništavanju

prašuma, globalnom porastu temperature, zagađenju vode, nedostatku vode, stvaranju pustinja, zloupotrebi energetske resurse i gladi u svijetu. Korištenje zemlje, vode, energije i ljudskog napora za proizvodnju mesa nije učinkovit način korištenja resursa Zemlje.”

Da bi značajno smanjilo količinu globalno potrošene vode, čovječanstvo treba novi pristup prehrane u svijetu, a veganska prehrana zadovoljava te potrebe.

Za povezane izvještaje, posjetite:

<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>

Izvor:

http://www.suprememastertv.com/bbs/board.php?bo_table=featured&wr_id=129



Dobre vijesti za vegance

Esencijalni biljni proteini

Veganska prehrana nije samo od velike koristi za našu spiritualnu praksu, ona je i jako zdrava. No, moramo obratiti posebnu pažnju ravnoteži hranjivih sastojaka i biti sigurni da nema nestašice najpotrebnijih biljnih proteina.

Postoje dvije vrste proteina: životinjskog i biljnog porijekla. Soja, slanutak i mahune su jedan od izvora biljnih proteina. Veganska prehrana ne znači da se jede samo prženo povrće. Proteini trebaju biti uključeni da upotpune hranjivost koju osoba treba.

Dr. Miller je bio vegetarijanac cijeli život. Bavio se medicinom i četrdeset godina je tretirao siromašne u Kini. On je vjerovao da je dovoljno da jedemo samo žitarice, mahunarke, voće i povrće, i da time dobivamo sve hranjive tvari potrebne za održavanje dobrog zdravlja. Po dr. Milleru "gruševina od soje (tofu) je 'meso' bez kostiju".

„Pošto je soja vrlo hranjiva, kada bi došlo do toga da ljudi mogu jesti samo jedno vrstu hrane, a to bi bila soja, mogli bi dulje proživjeti.“

Pripremanje veganskog obroka isto je kao kuhanje obroka s mesom, s time da se umjesto mesa upotrijebe biljni proteini kao što su: komadi veganskog pileta, veganske šunke ili veganskog mesa. Naprimjer; umesto da kuhamo "odrezak s celerom" ili "juhu sa algama i jajima" možemo to sada kuhati kao "vegansko meso s celerom" ili "juhu s algama sa tofuom".

Ako živite u zemljama gdje se ne mogu nabaviti ovi veganski proteinski sastojci, kontaktirajte lokalni centar Međunarodnog Udruženja Uzvišene Učiteljice Ching Hai i pribaviti ćemo vam informacije o nekim većim opskrbljivačima i veganskim restoranima.

Način pripremanja veganske hrane možete pronaći u knjizi "Vrhunska kuhinja", koju je izdalo Internacionalno Udruženje Uzvišene Učiteljice Ching Hai ili u bilo kojoj drugoj veganskoj kuharici.

Da bi dobili listu veganskih/vegetarijanskih restorana širom svijeta posjetite:

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

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

Ovdje je lista veganskih restorana i proizvođača veganske hrane.

Veganski restorani diljem svijeta

(vode ih naši sljedbenici)

Bénin

❖ Restaurant végétarien SM Bar
Café
07 BP 1022 COTONOU
Tél (cell) : 229-969094

Burkina Faso

❖ Restauran La Nasa
Secteur 8- Goughin
01 BP 4205 Ouagadougou 01
Tél (cell) : 226-78343520

❖ Peace Foods
C/1499 VEDOKO(COTONOU)
Tél : 229-95857274

❖ SM Bar Cafe Restaurant
vegetarien(BOHICON)
Tél : 229-97070926

North America

CANADA – Vancouver

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

❖ Spadina Storet
140 Spadina Ave., Suite A101,
Toronto, Ont. M5V 2L4
Tel: (647) 351-7618

Toronto, Ontario

❖ Eglinton Store
953 Eglinton Ave West, Toronto,
Ontario M6C 2C4. Canada
Tel: (416) 782-4449

Doronto

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

Arizona

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

California –Alhambra

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

California – Los Angeles

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

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

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

❖ (Orange County - Upland)
903-b Foothill Blvd, Upland, CA 91786
California – San Diego

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant (San Diego)
1905 El Cajon Blvd., San Diego, CA
92104
Tel: 1-619- 683-9490

California – Palo Alto

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
165 University Ave, Palo Alto, CA
94301
Tel: 1-650- 3215588

California – San Francisco

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant (Stockton St Store)
1365 Stockton St., San Francisco, CA
94133.
Tel: 1-415-3622199

California – San Jose

❖ Supreme Master Ching Hai
International Association Vegetarian
House
520 East Santa Clara Street,
San Jose CA 95112
Tel: 1-408-292-3798
info@vegetarianhouse.us
<http://Godsdirectcontact.com/vegetaria>
n/

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant (Milpitas Store)
516 Barber Lane, Milpitas, CA 95035.
USA
Tel: 1-408-9430250
email: info@lovinghut.us
www.lovinghut.us

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant (Oakridge Mall)

925 Blossom Hill Rd. San Jose CA
95123-1294

Tel: 1-408-229 2795

Massachusetts – Boston

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
415 Chandler Street Worcester, MA
01602
Tel: (508) 459-0367 / Fax: (508) 459-
0784
bostonbuddhahut@yahoo.com

New York

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
348 7th Ave, New York NY 10001
Tel: 1-212-760-1900 (1902)
newyorkcity@lovinghut.us

Texas – Houston

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant (Houston Store)
2825 S. Kirkwood Drive Houston
Texas 77082
Tel: 1-281- 531-8882

Georgia

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
(Norcross Store)
6385 Spalding Drive, Suite E,
Norcross, GA. 30092
Tel: 1-678-421-9191

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
(Kennesaw)
2700 Town Center Drive,
Suite 136, Kennesaw, GA 30144
Tel:1-770-429-0666

Washington

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant

1228 South Jackson St,
Seattle, WA 98144,
Tel: 1-206-726-8669
seattle@lovinghut.us
Illinois

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
(Chicago)
5812 N Broadway St. Chicago, IL
60660
Tel: 1-773-275-8797

Florida

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
(Orlando)
2101 E. Colonial Drive. Orlando, FL
32803.

Tel: 1-407- 894 5673

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
(Cape Coral)
1918 Del Prado Blvd S. #3 Cape Coral,
FL
Tel: 1-(239) 424-8
capecoral@lovinghut.us
New - Jersey

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

South America

BRAZIL- GOIANIA

❖ Jardin America Store
Street C-238 Q. 554 n° 11 Jardim
América - Goiânia - GO Zip Code –

74.290-150
Tel: (62) 3087 9884

❖ Ru Franca Store
Rua França Pinto 243. Sao Paulo,
Brazil
Tel: (11) 5083 2125

COLOMBIA

❖ Master Center Store
Avenida de Suba Con Calle Cien,
Esquina. Calle 100 #60-04. Master
Center (105A, 117, 118). Bogato D. C.,
Colombia sur America
Tel: (57) 1-271 5253

COSTA RICA

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
De las Oficinas del Ice 75 metros norte
Heredia Costa Rica
Tel: 507-240-5621 Panama

MEXICO

❖ Orizaba Store
207 2nd floor on Orizaba Ave.
Obrero
Campesina District. Xalapa
Veracruz,
Tel: (228) 8435522

❖ Loving Hut Puebla
31 Poniente, 3327 Colonia Las
Animas, Puebla Mexico
Tel: (222) 5706867

❖ Mexicali
Calzada Cetus No. 2569 laza
Toscana, Mexicali, Baja California,

México

Tel: (686) 842 1350

PARAGUAY

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Cañadones Chaqueños 1778, Ciudad Del Este, Paraguay

Tel: (506) 2263 6161

PANAMA

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Entrada de Gorgona Via Interamericana Distrito de Chame, Provincia de Panama

Tel: 507-240-5621

Europe

AUSTRIA

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Neubauguertel 38/5, A-1070 Vienna, Austria

Tel.: 43 1 2939182

<http://www.lovinghut.at>

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Favoritenstr. 156, A-1100 Vienna, Austria

Tel.: +43 (0)12938470

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

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Austria Carinthia Klagenfurt Am See IIIm 7/7a, A-9122 St. Kanzian, Austria.

Tel.:+43 (0)4239 40150

BELGIUM – Leuven

❖ Tiensestraat Store
Tiensestraat 65, 3000 Leuven, Belgium
Tel.:+32 (0) 16844702

CZECH REPUBLIC

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant
Truhlarska 20
110 00 Praha 1
Tel:420-775 999376
www.lovinghut.cz
info@lovinghut.cz

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant
Londynska 35
Praha 2 - Vinohrady
info@vegfood.cz
www.vegfood.cz
Tel:420 222 515 006/ 721 255 253

❖ Prague Plzenská 8 Store
Plzenská 8, OC Nový Smíchov, 3. patro / 3rd floor 150 00, Praha 5, The Czech Republic
Tel: +420 773 904 988

FRANCE – Paris

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant
92, boulevard Beaumarchais
75011 - PARIS - France
Tel : 33-1-48064384
<http://www.lovinghut.fr/>

❖ France Menton Menton Store
649 Promenade du Soleil, Menton 06500. Tel : +33 492073257

GERMANY – Munich

❖ Loving Hut International Vegan

Restaurant

Calenberger Str. 11, 30169 Hannover,
Germany

Tel.: 49 176 24486837

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

❖ Loving Hut Markusstr 2

Markusstraße 2 , 20355 Hamburg,
Germany

Tel.: 49 40 57221029

❖ Loving Hut Numberg Store

Luitoldstraße 13, 90402
Nürnberg, Germany

Tel.: 49 911 92343109

❖ Loving Hut Fulda Store

Frankfurterstraße 146,
36043 Fulda, Germany

Tel.: 49 661-9618135

Norway– Oslo

❖ Parkveien Store

Parkveien 6A, 0350 Oslo, Norway

Tel: 47-95136571

Poland – Warsaw

❖ Warsaw Store

41 A Jana Pawła II Avenue, local 8,
01-001 Warsaw, Poland

Tel: 48 888 555 568

❖ Swidnica Store

Siostrzana 13, 58-100 Swidnica.
Poland

Tel: 48 535180990

RUSSIA – MOSCOW

❖ Kapitoliy Mall

Kapitoliy Shopping Mall, 2 floor, fast
food

yard, Pravoberezhnaya St. 1B.

Moscow 125445

Tel:7 (495) 785-12-36

SLOVENIA– MARIBOR

❖ Maribor Store

Partizanska cesta 3-5, 2000 Maribor,
Slovenia

Tel: 386 30697555

❖ Linhartova Store

Linhartova 7, 3000 Celje, Slovenia

Tel: 387 (70) 631 501

SPAIN – Malaga

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant

Calle Conde Altea, 44, Bajo,
46005 Valencia, Spain

Tel: 34-96-3744-361

<http://lovinghut.es>

☒ Plaza de Espana

Calle de los Reyes, 11, Madrid 28015 .

Spain. (at Plaza de España)

Tel:34 915 590 217

❖ Calle Peregrino Store

Calle Peregrino, 2. 29002 Malaga,
Spain

Tel: 34 952 351 521

❖ Avenida Miguel Cano Store

Avenida Miguel Cano 11, Marbella,
Spain 29602

Tel: 34 951245 889

TURKEY– ISTANBUL

❖ Besiktas Store

Lhamurdere Cad.sair Veysi Sok, No.
4/B Besiktas, Istanbul, Turkey

Tel: 90-507-3638901

UNITED KINGDOM – London

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant

3 Plender St. London, NW1 0JT
Tel: 44-020-7387-5710
<http://www.lovinghut.co.uk/>

❖ St Peters Placet
The Level, St. Peter's Place. Brighton,
BN1 4SA
Tel: 44(0)1273689532

❖ Norwich Store
28 Cattle Market Street. Norwich,
Norfolk, NR1 3DY
Tel: 44 (0)7845 282127

❖ Edgware Store
236 Station Road Edgware Middlesex
HA8 7AU
Tel: 44 (0) 208 9053033

❖ Holloway Store
669 Holloway Road, London, N19 5SE
Tel: 44 (0)20 7281 8989

Oceania

AUSTRALIA

Brisbane

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
Shop 2, 1420 Logan Rd, Mount
Gravatt Tel: Tel:617-
3219-4118
<http://mtgravatt.lovinghut.com.au/>
lovinghutbrisbane@gmail.com
Tel: 61-2-9728-7052

NEW ZEALAND

Taranaki

❖ Devon Street Store
178 Devon Street East, New Plymouth
4310, New Zealand
Tel:(64) 6-759 0447

Auckland

❖ Victoria Street West Store
61 Victoria Street West, Auckland,
New Zealand
Tel:(64) 9-3032531

FORMOSA/TAIWAN R.O.C.

Taipei

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
Huaining Branch, Taipei
No.44, Huaining St., Jhongjheng
District, Taipei City 100, Formosa
(R.O.C.)
Tel:886-2-2311-9399 / Fax:02-2311-
3999

❖ Yuanman Branch, Taipei
No.3-1, Cingdao E. Rd.,Jhongjheng
District, Taipei City 100
TEL: 886-2-2391-3553/ 2391-3913

❖ Guangfu Branch, Taipei
No.30, Lane 280, Guangfu S. Rd.,Da-
an District, Taipei City 106,
TEL: 886-2-27772711/ 2777-2737

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

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

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

❖ Taishan Branch, Taipei
198, Sec.2, Mingjhnh Rd.,

Taishan Township, Taipei County 243
Tel: 886-2-85315689

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

❖ Sung Feng Yin Branch, Hsi Chih
No.26, Sec. 2, Sintai 5th Rd., Sijhih
City, Taipei County 22175,
Tel: 886-2-2641-5059

Yilan

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
Xinyue Branch, Yilan
4F., No.6, Lane 38, Sec. 2,
Minquan Rd., Yilan City, Yilan County
260
Tel: 886-3-9332992/ 935-6545

Hualien

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
No.30, Datong St.,
Hualien City, Hualien County 970
Tel: 886-38-352-559

Taoyuan

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
Zhongyuan Branch, Taoyuan
No. 172, Chung Pei Rd.,
Chungli City, Taoyuan County
Tel: 886-3-456-0686 / 03-456-0695
Fax: 03-436-9004

Taichung

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
No.266, Sec. 4, Hankou Rd., North
District, Taichung City 404
Tel: 886-4-22358629

Changhua

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
Yungfu Branch, Changhua
No. 39, Chen Lin Rd., Changhua City
Tel: 886-4-723-6450 / Fax: 04-723-
6438

Nantou

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
Caotun Branch, Nantou
No. 895, Hu Shan Road,
Cao Tun Township, Nantou County
Tel: 886-49-2300558 / Fax: 049-230-
0559

Chiayi

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
Chueiyang Branch, Chiayi
No.396, Chueiyang Rd., West
District, Chiayi City 600
Tel: 886-5-2289079/ 228-9077

Tainan

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

Kaohsiung

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

Pingtung

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

Taitung

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant
XinSheng Branch, Taitung
No.259, XinSheng Rd., Taitung City
950
Tel: 886-89-350915 /352-792

Hualien

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant
No.30, Datong St., Hualien City,
Hualien County 97049,
(038) 352-559

HONG KONG

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant
(Kowloon Store)
Shop 242-5, G/F, Amoy Plaza 2, 77
Ngau Tau Kok Road, Hong Kong
Tel: (852) 2751 1321
<http://www.lovinghut.com/hk/index.htm>

Kowloon

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant
245 Amoy Plaza Phase 2,77 Ngau Tau
Kok Road,Kowloon, Hong Kong
Tel: 852-27511321

Wan Chai Store

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant

Shops B&C, G/F, The Hennessy, 256
Hennessy Road, Wan Chai, Hong Kong
Tel: 852-2574 3248

MACAU

❖ Walk of St Augustine Store
Calçada de Santo Agostinho, No. 20,
Edifício Hou Van, Rés-do-chão
“E”,
Tel: (853) 6301 8838

❖ Rua da Alfândega Store
Rua da Alfândega, No. 17-19 RC,
Macau
Tel: (853) 66866728

JAPAN

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant
2F,6-15, Yotsuya Sanchoume
Shinjyuku - ku,Tokyo 160-0004
Tel: 81 -03-6807-9625

KOREA

❖ Loving Hut International Vegan Restaurant
(Yeongdong)
691-1, Gyesan-ri, Yeongdong-eup,
Yeongdong-gun, Chungcheongbuk-do,
Tel: 043-743-7597

❖ (Wonju)
1100-5, Dangye-dong, Wonju-si,
Gangwon-do, Korea
Tel: 033-743-5393

❖ (Pusan University)
418-1, Jangjeon-dong, Geumjeong-gu,
Busan, Korea
Tel: 051-518-0115

❖ (Seoul - Yangjae)
Twin Tower Building 101, 275-

4, Yangjae-dong, Seocho-gu, Seoul,
Korea
Tel: 070-8614-7953

❖ (Daegu - Sinmae)
587-4, Sinmae-dong, Suseong-gu,
Daegu,
Tel: 053-793-4451

❖ Education University Store (Daegu)
1794-7, Daemyeong 2-dong, Daegu
Nam-gu,
053-622-7230

❖ (Gaepo-dong, SM)
1229-10, Gaepo-dong, Gangnam-gu,
Seoul
Tel: 02-576-9637, 8

❖ Yangjae Store
Twin Tower Building 101, 275-4,
Yangjae-dong, Seocho-gu, Seoul,
070-8614-7953

❖ Sinchon Store
33-10, Changcheon-dong,
Seodaemun-gu,
02-333-8088

INDONESIA

Bali

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
Pertokoan Sudirman Agung B 12-A Jl.
PB Sudirman
Tel: 62-361-241-035
Fax: 62-361-255368
E-mail: light99@telkom.net

Jakarta

❖ Loving Hut International Vegan
Restaurant
The Plaza Semanggi, Lt. 3A, No. 3A
Kawasan Bisnis Granadha
Jl. Jend Sudirman Kav. 50, Jakarta -

12930
Tel. +62 - 21 - 2553 9369
<http://lovinghut.co.id/peta.shtml>

Medan

❖ (Medan Store)
Putri Hijau St/ Guru Patimpus St No.1 -
OPG, Deli Plaza Shopping Centre.
Medan,
Tel: 62 (61) 4563411

Publikacije

Da uzdigne naše duhove i osigura nadahnuće za naše svakodnevne živote dostupna je obimna kolekcija učenja Učiteljice Ching Hai u obliku knjiga, DVD-a, MP3 i CD-a.

Uz publicirane knjige i trake, niz raznovrsnih učenja Učiteljice se također može naći na Internetu, brzo i besplatno. Na primjer, više web stranica prikazuje najčešće izdavani časopis (vidi odlomak „Quan Yin web stranice“). Ostale on-line publikacije uključuju Učiteljičinu poeziju i nadahnjujuće aforizme, kao i predavanja u obliku video i audio fileova.

Još jedna na široku distribuirana publikacija, sada dostupna na više od 80 jezika, je uvodna brošura Učiteljice. Da bi dobili primjerak brošure posjetite slijedeće web stranice:

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

<http://www.Godsdirectcontact.org/sample/> (S.A.D.)

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

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

Knjige

The Key of Immediate Enlightenment: A collection of The Supreme Master Ching Hai's lectures. Available in Aulacese (1-15), Chinese (1-10), English (1-5), French (1-2), Finnish (1), German (1-2), Hungarian (1), Indonesian (1-5), Japanese(1-4), Korean (1-11), Mongolian (1,6), Portuguese(1-2), Polish(1-2), Spanish (1-3), Swedish (1), Thai (1-6) and Tibetan(1).

The Key of Immediate Enlightenment - Questions and Answers:

A collection of questions and answers from Master's lectures. Available in Aulacese (1-4), Chinese (1-3), Bulgarian, Czech, English (1-2), French, German, Hungarian, Indonesian (1-3), Japanese, Korean (1-4), Portuguese, Polish and Russian (1).

The Key of Immediate Enlightenment - Special Edition/1993 World Lecture Tour:

A six- volume collection of The Supreme Master Ching Hai's lectures during the 1993 World Lecture Tour. Available in English and Chinese.

The Key of Immediate Enlightenment — Special Edition/7-Day Retreat:

A collection of Master's lectures in 1992 during a 7-day retreat in San Di Mun, Formosa. Available in English and Aulacese.

Letters Between Master and Spiritual Practitioners:

Available in English (1), Chinese (1-3), Aulacese (1-2), Spanish (1)

The Key of Immediate Enlightenment — My Wondrous Experiences with Master

Available in Aulacese (1-2), Chinese (1-2)

Master Tells Stories:

Available in English, Chinese, Spanish, Aulacese, Korean, Japanese and Thai.

Coloring Our Lives: A collection of quotes and spiritual teachings by Master. Available in Aulacese, Chinese and English.

God Takes Care of Everything — Illustrated Tales of Wisdom from The Supreme Master Ching Hai:

Available in Aulacese, Chinese, English, French, Japanese and Korean.

The Supreme Master Ching Hai's Enlightening Humor – Your Halo Is Too Tight!

Available in Chinese and English.

Secrets to Effortless Spiritual Practice

Available in Aulacese, Chinese and English.

God's Direct Contact — The Way to Reach Peace: A collection of The Supreme Master Ching Hai's lectures during Her 1999 European Lecture Tour. Available in Chinese and English.

Of God and Humans — Insights from Bible Stories

This special anthology includes thirteen Bible narratives, uniquely retold by Master on various occasions. Available in Chinese and English.

The Realization of Health — Returning to the Natural and Righteous Way of Living.

Available in Chinese and English.

I Have Come to Take You Home: A collection of quotes and spiritual teachings by Master. Available in Arabic, Aulacese, Bulgarian, Czech, Chinese, English, French, German, Greek, Hungarian, Indonesian, Italian, Korean, Mongolian, Polish, Spanish, Turkish, Romanian and Russian.

Aphorisms: Gems of eternal wisdom from Master.

Available in English/Chinese, Spanish/Portuguese, French/German and Korean.

The Supreme Kitchen(1) - International Vegetarian Cuisine: A collection of culinary delicacies from all parts of the world recommended by fellow practitioners. Available in English/Chinese, Aulacese and Japanese.

The Supreme Kitchen (2) - Home Taste Selections:

Combined volume of English /Chinese

One World... of Peace through Music: A collection of interviews and musical compositions from a Benefit Concert in Los Angeles, California.

Combined volume of English/Aulacese/Chinese.

A Collection of Art Creation by The Supreme Master Ching Hai:

Available in English, Chinese.

S.M. Celestial Clothes (6):

Available in a combined language edition of English/Chinese.

The Dogs in My Life (1-2): This two-volume book set of 500 pages is a fabulous real-life set of doggy tales published by Master about Her canine companions. Available in Aulacese, Chinese, English, German, Japanese, Korean, Spanish, Polish.

The Birds in My Life: In this beautifully illustrated picture-story book, Master Ching Hai shows us the secret to unlocking the animals' inner world. Available in Arabic, Aulacese, Chinese, English, French, German, Korean, Mongolian, Russian, Indonesian.

The Noble Wilds: Lovingly composed and photographed by Master Herself, this book is filled with beautiful poetry and breathtaking pictures. In this intimate journal-like story, Master speaks of Her lakeside explorations and reveals to us the inborn noble qualities of our animals friends. Available Aulacese, Chinese, English, French, German, Korean, Mongolian.

Celestial Art: Celestial Art is a distinguished volume in which the author interprets artistic creation from a spiritual perspective to reflect Truth, virtue, and the beauty of Heaven. As readers are invited into the boundless world of Supreme Master Ching Hai's art and uplifted through its resonance with the divine, they will be profoundly touched by the deep emotions of a poet, the subtle touches of a painter, the unique ideas of a designer, and the romantic heart of a musician. Above all, one is blessedly introduced to the wisdom and compassion of a great spiritual teacher. Available in Chinese, English.

From Crisis to Peace: Available in Aulacese, Chinese, English, Dutch, Korean, French, Hungarian, Indonesian, Japanese, Norwegian, Spanish, Swedish, Thai, Portuguese, Polish, Russian and Romanian.

Thoughts on Life and Consciousness

A book written by Dr. Janez. Available in Chinese

The Real Love: Available in English

Kolekcije poezije

Silent Tears: A book of poems written by Master.

Available in German/French, English/Chinese, and Aulacese, English, Spanish, Portuguese, Korean and Filipino.

Wu Tzu Poems: A book of poems written by Master.

Available in Aulacese, Chinese, English

The Dream of a Butterfly: A book of poems written by Master.

Available in Aulacese, Chinese and English.

Traces of Previous Lives: A book of poems written by Master.

Available in Aulacese, Chinese and English.

The Old Time: A book of poems written by Master.

Available in Aulacese, Chinese and English.

Pebbles and Gold: A book of poems written by Master.

Available in Aulacese, Chinese and English.

The Lost Memories: A book of poems written by Master.

Available in Aulacese, Chinese and English.

The Love of Centuries. A book of poems written by Master. Available in Aulacese,

Chinese, English, French, German, Mongolian, Korean and Spanish.

Beyond the Realm of Time (song performance in Aulacese): CD & DVD

A Touch of Fragrance (song performance in Aulacese by celebrated singers): CD

That and This Day (poetry recital in Aulacese): CD

Dream in the Night (song performance in Aulacese): CD & DVD

T-L-C, Please (song performance in Aulacese): CD

Please Keep Forever (poetry recital in Aulacese): CD

Songs & Compositions of The Supreme Master Ching Hai: (CD) English,

Aulacese, Chinese

The Song of Love: (DVD) Aulacese and English

Good Night Baby: (CD) in English

The Jeweled Verses (poems by distinguished Aulacese poets, recital in

Aulacese): CDs 1, 2 & DVDs 1, 2

The Golden Lotus (poetry recital in Aulacese): CD & DVD

We invite you to listen to the recital of Venerable Thich Man Giac's beautiful poetry, through the melodious voice of Supreme Master Ching Hai, who also recited two of Her own poems, "Golden Lotus" and "Sayonara".

An Ancient Love (poetry recital in Aulacese): CD & DVD

Traces of Previous Lives (poetry recital in Aulacese): Audio tapes & CDs 1, 2 & 3, DVDs 1, 2 (with 17 choices of subtitles)

A Path to Love Legends: Audio tapes & CDs 1, 2 & 3, Video tapes 1 & 2 (poems by distinguished Aulacese poets, recital in Aulacese)

* The poems from "A Path to Love Legends", "An Ancient Love", "Beyond the Realm of Time", "Dream in the Night", "Please Keep Forever", "That and This Day", "Traces of Previous Lives", "The Jeweled Verses", "The Golden Lotus", and "T-L-C, Please", were recited or set to music and sung by the Poet Herself.

DVD-i

Code	Title	Place
184	The Truth About The World – Maitreya Buddha & Six Children	Hsihu, Formosa
240	Leading The World Into A New Era	Hsihu, Formosa
260	The Mystery of The World Beyond	UN., U.S.A.
356	Let God Serve Through Us	U.N. Geneva, Switzerland
389	Songs & Compositions of The Supreme Master Ching Hai – MTV	
396	Forgive Yourself	CA., U.S.A.
401	The Mystery of Cause and Effect	Bangkok, Thailand
444	Rely on Yourself (1, 2)	Hawaii, U.S.A.
467	The Suffering of This World Comes From Our Ignorance	Singapore
474	We Are Always Together	Paris, France
493	Appreciate The Value of Initiation	Hamburg, Germany
497	We Are Always Together	Hamburg, Germany
501	The Way of Family Harmony	Hsihu, Formosa
512	How To Practice In The Complicated Society	Hsihu, Formosa

513	The Best Way To Beautify Yourself	Hsihu, Formosa
518	Shiva's 112 Ways of Concentration (I)	Hsihu Center, Formosa
549	The Mark of A Great Saint	Phnom Penh, Cambodia
560	Each Soul Is The Master	Raising Center, Cambodia
562	The God Consciousness Is in Everything	Raising Center, Cambodia
571	The True Manifestation of A Living Master	Hyatt Hotel, Long Beach, CA, U.S.A.
582	Be Determined On the Spiritual Path	Australia
588	Master's Pilgrimage to the Himalayas (Part 1, 2)	LA Center, U.S.A.
600	The Real Meaning of Ahimsa	Pune, India
602	Our Child Nature is God	LA Center, U.S.A.
603	Entering The Blissful Union of God	Singapore
604	Spiritual Life and Professional Ethics	Washington D.C., U.S.A
605	The Purpose of Enlightenment	Washington D.C., U.S.A.
608	The Methods of Spiritual Improvement	Washington D.C., U.S.A.
611	Eternal Care From A True Master	Washington D.C., U.S.A.
618	Sacred Romance	Young Dong Center, Sangju, Korea
620	The True Master Power	Young Dong Center, Sangju, Korea
622	Bringing Perfection Into This World	Young Dong Center, Sangju, Korea
626	The Choices of Each Soul	LA Center, U.S.A.
638	Bring Out the Best in Yourself	Florida Center, U.S.A.
642	Divine Love Is the Only True Love	Los Angeles, U.S.A.
645	Connecting Yourself with God	Lisbon, Portugal
648	The Way to End Wars	Edinburgh, Scotland
656	Spirituality Shines in Adversities	Dublin, Ireland
662	Face Life With Courage	London, England
668	The Invisible Passage Way	Durban, South Africa
665a	Pacifying The Mind	Istanbul, Turke
667	Be a Torchbearer for God	Johannesburg, S. Africa

670	Our Perfect Nature	Florida Center, U.S.A
671	To Be Enlightened	Tel Aviv, Israel
673	Transcend Emotions	Cape Town, South Africa
674	Walking In Love And Laughter	Cape Town, South Africa
676	Parliament of the World's Religions	Cape Town, South Africa
677	The Smile of an Angel	Bangkok, Thailand
680	Beyond the Emptiness of Existence	Bangkok, Thailand
681	The Heart of A Child	Bangkok, Thailand
685	Concentration On Work: A Way of Spiritual Practice	Bangkok, Thailand
688	Love Is The True Essence of Life	Malaysia
689	Enlightenment and Ignorance	Nepal
690	True Happiness Is Recognizing Our True Nature	Hong Kong
691	Illusion Is A Reflection of Reality	Manila, Philippines
692	Listening Inwardly To Our Self-Nature	Taoyuan, Formosa
693	Wisdom & Concentration	Tokyo, Japan
694	Life Continues Forever	Seoul, Korea
695	A Spiritual & Intellectual Interchange A Conference at the Academia Sinica	Formosa
696	Freedom Beyond The Body & Mind	Young Tong, Korea
701	To Impart The Great Teaching	Yong Dong, Korea
703	The Inner Telepathy with a Master	Young Dong, Korea
705	Waking Up from the Dream	Seoul Center, Korea
709	An Evening with the Stars	Los Angeles, CA, U.S.A.
710	Celebrating Master's Birthday (Part I , II)	Young Dong, Korea
711	The Hotel Called Life	Fresno, California, U.S.A.
712	The Divine Intelligence of Animals	Florida Center, U.S.A.
716	-740	Florida Center, U.S.A.
741	The Millennium Eve Performance	Bangkok, Thailand
742	Elevating the World with Spiritual Practice	Hsihu, Formosa; Hong Kong and China
743	Buddha's Sadness (MTV)	U.S.A. & Au Lac
744	Since I've Loved You (MTV)	U.S.A. & Au Lac
745	Contributing to This World	Los Angeles , & Houston, U.S.A., Singapore Center

746	Our Loved Ones Go to Heaven	Toronto Center,EU Retreat in Hungary
747	Children of the Dragon and Fairy	Florida Center, U.S.A.
748	The Beginning of Humility	Seoul, Korea, San Francisco, USA
751	Non-Regressing Bodhisattvas	Hsihu, Formosa
752	A Meeting of Love	
753	Love for All Beings	Indiana Center, USA. & Vienna Center, Austria
754	The Ladder of Spiritual Enlightenment	Florida Center U.S.A.
755	758	Florida Center U.S.A.
759	Au Lac in Ancient Times	Houston, Texas, U.S.A.
760	The Real Heroes	Stanton, CA, U.S.A.
761	The Song of Love	Hungary Center
762	Dealing with Karma	Mexico City Center, Mexico / San Jose Center, Costa Rica
763	Self-Discipline in Spiritual Practice	Boston, USA /Jakarta, Indonesia, Hamburg , Germany
766	Attending Retreats with a Pure Motive	Florida Center, U.S.A.
767	768	Florida Center, U.S.A.
771	A Youth's Passion	
772	Laughing Through Life	
773	Unconditional Devotion	
774	Positive Thoughts Lead to a Peaceful World	Pattaya, Thailand
775	777	Pattaya, Thailand
779	Springtime Folk Songs	Hsihu, Formosa
780	The Dogs and the Birds in My Life	
781	Always Keep a Pure and Contented Heart	Hsihu, Formosa
782	785	Hsihu, Formosa
793	A Simple and Noble Life	Paris Center, France
794	797	Paris Center, France
798	The Best Way to Communicate with Animals	Taipei, Formosa
Sun TV	Art and Spirituality (Collections)	Formosa
TV1	Walk the Way of a Living Saint	

TV4	Love Beyond Boundaries	
800	The Noble Wilds	
801	An Ancient Love	
804	The Infinite Blessings of Meditation	Paris, France
807	-810	Paris, France
827	Go All Out to Resolve the Ecocrisis	Klagenfurt, Austria
828	Changing the World with Love	Klagenfurt, Austria...etc.
833	<i>Celestial Art (Part I) – Hsihu Center</i>	Hsihu Center, Formosa
834	<i>Celestial Art (Part II) – Heavenly Beauty</i>	
835	<i>Supreme Master Ching Hai on the Environment:</i> <i>Part 1- Eden on Earth through Veganism</i> <i>Part 2- Spreading the Vegan Solution</i>	Surrey, UK / Seattle, USA
836	<i>Supreme Master Ching Hai on the Environment: Veganism is the Solution to Save the World</i>	London, United Kingdom
837	<i>2008 Critical Moments to Save the Earth: What Can I Do?</i>	Formosa
838	<i>Heart-Touch Tour of the Supreme Master Ching Hai: Eden on Earth Arts Gallery Exhibition</i>	Formosa
841	<i>Climate Change International Conference</i> – <i>Supreme Master Ching Hai with Hollywood Celebrities</i>	Hollywood, California, USA
843	<i>SOS: Stop Global Warming Seminar</i>	Tokyo, Japan
844	<i>Videoconference with Supreme Master Ching Hai:</i> <i>Premiere of “The Birds in My Life”</i>	Thailand & Germany
845	<i>Supreme Master TV’s 2nd Anniversary: A Cultural Celebration Honoring All Life</i>	Los Angeles, CA, U.S.A.
846	<i>“Stop Global Warming: Act Now” Conference</i>	Bangkok, Thailand
847	<i>Supreme Master Ching Hai on the</i>	Korea

- 848 *Environment: Be Veg: Change Our Destiny, Save the Planet*
Supreme Master Ching Hai on the Environment:
Live Our Lives with Conscience & Love Penghu, Formosa
- 849 *Supreme Master Ching Hai on the Environment: Compassion Begets Compassion* Sydney, Australia
- 850 *Purity of Heart Can Create Many Miracles* France
- 854 *Media Interviews with Supreme Master Ching Hai:*
- James Bean of Spiritual Awakening Radio
- Bob Lebensold of Environmentally Sound Radio
- Ms. Andrea Bonnie of Irish Independent Newspaper New York, U.S.A / Ireland
- 856 *Supreme Master Ching Hai on the Environment: Benevolent Messages from Mars-Be Virtuous and Save the Earth* Los Angeles, California, USA
- 856 *Supreme Master Ching Hai on the Environment: Benevolent Messages from Mars-Be Virtuous and Save the Earth* Los Angeles, California, USA
- 858 *Awakening a Peaceful Planet -Toward a Heavenly Earth*
- 859 *A Taoist Tale of Longevity* France
- 860 *Videoconference with Supreme Master Ching Hai: Global Warming - SOS International Conference on Urgent Problems of Climate Change Save Our World” Concert from Mongolia* Mongolia
- 861 *Videoconference with Supreme Master Ching Hai & Former Philippine President Fidel Ramos – “Act Now! For a More* Formosa

	<i>Peaceful & Safer World”</i>	
863	<i>Videoconference with Supreme Master Ching Hai: SOS - Save the Planet</i>	Xalapa, Mexico
864	<i>Trust in God</i>	France
866	<i>The Ego is the Greatest Enemy</i>	France
868	<i>The Wise Saints--Nasrudin and Rumi’s Poems</i>	France
867	<i>Save Our Earth Conference 2009</i>	Seoul, Korea
870	<i>The Blessed Power of High Level</i>	Seoul, Korea
871	<i>Practice with Selflessness: Sila and Dhyana Paramita</i>	France
872	<i>Let’s Make the Change - Protect the Environment</i>	Veracruz, Mexico
873	<i>Vegan Earth Day for a Vegan World</i>	California, USA
874	<i>Supreme Master Ching Hai on the Environment: Killing is Never Right</i>	France
875	<i>Supreme Master Ching Hai on the Environment: We Have to Save the Planet at All Costs</i>	France
876	<i>Create Heaven on Earth</i>	France
877	<i>-919</i>	
921	<i>Mexican Media Interviews with Supreme Master Ching Hai: Televisa TV and Agence France-Presse News Agency</i>	Cancun, Mexico
922	<i>Press Conference on Climate Change with Supreme Master Ching Hai</i>	Cancun, Mexico
923	<i>Be Selfless and Unconditional All the Time</i>	Cancun, Mexico
924	<i>God Quality, and Ways a Master Helps Humanity</i>	Los Angeles, U.S.A.
925	<i>Birds of Paradise “Just Winging It”</i>	
926	<i>A Gift of Love: Simple and Nutritious Cooking with Supreme Master Ching Hai - Happy Christmas Vegan Meal</i>	
927	<i>A Gift of Love: Simple and Nutritious</i>	

	Cooking with Supreme Master Ching Hai - A Fireside Reunion for Lunar New Year	
929	A Gift of Love: Simple and Nutritious	France
	Cooking with Supreme Master Ching Hai Aromatic Wood-fired Delicacies	
942	Everything Is Possible If We Live the Way of Heaven	France
943	Interview with Supreme Master Ching Hai by James Bean of Spiritual Awakening Radio	U.S.A.
944	Revealing the Mystery of the Pyramids and Crop Circles	Los Angeles, U.S.A.
945	Simplify Life:A Way to Improve Our Spiritual Practice	Cancún, Mexico
946	The Difference Between the Quan Yin Method and Breatharianism	Cancún, Mexico
947	Celebrating the Moon Festival with Supreme Master Ching Hai	France
950	Supreme Master Ching Hai's Book Premiere: The Love of Centuries	Ulaanbaatar, Mongolia
954	Working in Unity: to Save the Planet	Cancún, Mexico
957	Spiritual Blessing Portals & the Gates to Heaven and Hell	Los Angeles, CA, USA
960	The Negative Influence on Leaders: Portals, Roads, and Sub-Portals to the Hell & Lower Worlds	Los Angeles, CA, USA
974	Auspicious Locations for Leaders' New Headquarters, a Boon for World Peace	Los Angeles, CA, USA

Gledanje Učiteljjičinih DVD-a može obnoviti našu perspektivu i pružiti podsjetnik našeg istinskog Jastva. S mudrošću često prenesenom kroz humor, Njene riječi i geste također donose našim srcima toplinu smijeha. K tome, audio trake s predavanjima i razgovorima s iniciranima će svaku promjenu pretvoriti u radosno iskustvo.

U nastavku je naveden mali prikaz dostupnih DVD-a. Za više informacija o tome kako doći do tih i drugih DVD-a pogledajte odlomak "Kako doći do publikacija".

- 1 A Prayer for World Peace: Lecture in Ljubljana, Slovenia.
- 2 Be Your Own Master: Group Meditation in AT, USA.

- 3 The Invisible Passageway: Lecture in Durban, South Africa.
- 4 The Importance of Human Dignity: Group Meditation in NJ, USA.
- 5 Connecting Yourself with God: Lecture in Lisbon, Portugal.
- 6 How to Love Your Enemy: Group Meditation in Santiman, Formosa.
- 7 Return to the Innocence of Childhood: Lecture in Stockholm, Sweden.
- 8 The Way to Find the Treasure Within: Group Meditation in Chiang Mai,
Thailand.
- 9 Together We Can Choose a Bright Destiny: Lecture in Warsaw, Poland.
- 10 The Choices of Each Soul: Group Meditation in LA, USA.
- 11 Walk the Way of Love: Group Meditation in London, England
- 12 Let Others Believe God the Way They Want: Group Meditation in LA,
USA

Glazbeni CD-i

Učiteljičin glazbeni dar uključuje budistička pjevanja, poeziju i originalne kompozicije izvođene na tradicionalnim instrumentima poput kineske citre i mandoline.

Mnoge od glazbenih kompozicija i predavanja su dostupne u MP3 i CD formatu. Za više informacija o tome kako doći do tih i drugih kompozicija pogledajte odlomak “Kako doći do publikacija”.

- 1 Buddhist Chanting: CDs1, 2, 3. (Meditation Chanting)
- 2 Holy Chanting: Hallelujah
- 3 Collection of Music Composed by Master: (CDs1-9) Original compositions played on dulcimer, harp, piano, Chinese zither, digital piano, and more.

DVD-i, MP3 i CD-i s predavanjima, glazbom i koncertima Učiteljice Ching Hai su dostupni na arapskom, armenskom, bugarskom, češkom, danskom, engleskom, finskom, francuskom, grčkom, hebrejskom, hrvatskom, indonezijskom, japanskom, kambodžanskom, kantonskom, korejskom, mađarskom, malajskom, mandarinskom, mongolskom, nepalskom, nizozemskom, njemačkom, norveškom, kineskom, perzijskom, poljskom, portugalskom, ruskom, sinhaleškom, slovenskom, španjolskom, švedskom, Tai, talijanskom, turskom, vijetnamskom i Zulu jeziku

Kako doć i do publikacija

Sve publikacije se nude po cijeni blizu troškova. Ako želite kupiti ili naručiti publikacije, najprije provjerite dostupnost u svom lokalnom Centru ili kod kontakt osobe. Da bi dobili listu dostupnih publikacija, možete kontaktirati svoj lokalni Centar, ili posjetiti slijedeće web stranice:

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

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

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

Osim toga, mnoga on-line izdanja Časopisa imaju liste nedavno objavljenih knjiga i traka. Izložbeni proctor na povlačenjima je također izvrsno mjesto da direktno pogledate Učiteljčine knjige, trake, slike, i nakit.

Ako je potrebno, možete ih naručiti direktno iz sjedišta na Formozi Formosa (P.O.Box 9, Hsihu, Miaoli, Formosa, ROC). Na upit možete dobiti i detaljan katalog.

Quan Yin WWW stranice

Globalna internet stranica Međunarodne udruge Učiteljice Ching Hai je:

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

Pristup popisu Quan Yin web stranica diljem svijeta, dostupnim za pregledavanje na mnogim jezicima, kaon i 24-satni pristup TV programu, Putovanju kroz profinjene svjetove. Možete preuzimati ili se pretplatiti na The Supreme Master Ching hai News, dostupan u obliku e-knjige ili u formatu za ispis. Također su dostupna i izdanja brošure 'Ključ neposrednog prosvjetljenja' na mnogim jezicima.

Kako kontaktirati s nama

Međunarodna Udruga The Supreme Master Ching Hai

P.O. Box 9, Hsihu Miaoli 36899, Formosa, ROC
P.O.Box 730247, San Jose, CA 95173-0247, U.S.A.

* na slijedećoj listi su one nacije u kojima su poštovana osnovna prava slobode vjeroispovjesti. Ako na vašem području nema kontakt osobe, kontaktirajte sjedište ili naš najbliži ured.

Sadržaj naše liste se ponekad može mijenjati; za najnovije informacije posjetite

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

AFRICA

* Angola / Luanda center / 244-935177196 / walkinginlove@gmail.com

* Benin:

• Cotonou / Mr. Yedjenou Georges / 229-96681228 / smchwisdom@gmail.com

• Cotonou / Mr. Yedjenou Sylvestre / 229-21380404 / yedsylves@gmail.com

• Cotonou / Mrs. Hounwanou Sessito Lucie / 229 93427641, 229 95910948 / smchcelestialhome@gmail.com

• Porto-Novo / Mr. Hounhoui Mahougbe Didier / 229- 90 93 29 99 / smportonovo@yahoo.fr

* Burkina Faso: Ouagadougou / Mr. Kabore Bouawindemanegre Desire / 226-76 16 90 45 / dkabore15@yahoo.fr

* Cameroon:

- Douala / Boyomo Jean Jules / 237 94310598 / Boyalo86@yahoo.fr
- * Dem. Rep. of the Congo:
 - Kinshasa / Center / 243-991279996 / blessedcongo@yahoo.fr
- * Gabon: Libreville / Center / 241-06301779, 241-04572394 / Guimbety01@yahoo.fr
- * Ghana:
 - Accra / Mr. Abel Attoh / 233-243347098 / schekles@yahoo.com
- * Ivory Coast / Abidjan / Mr. Kobena Yao Dominique / 255-0145 4424 / lansing.kiss@gmail.com
- * Kenya:
 - Nairobi / Mr. Henry Nganga Mwangi / 254-720108871 / Deelock90@yahoo.com
- * Mauritius:
 - Port Louis / Mr. Janesh KISTOO / 230-2577520 / janesh1977@gmail.com
- * Nigeria: Yenagoa / Ms. Harry Juliana / 234 813 488 0142 / brayila@yahoo.com
- * Rep. of the Congo: Brazzaville Center / 242-5694029, 242-5791640 / goldenagecongo@yahoo.fr
- * R.S.Africa:
 - Cape Town / Center / 27-83-952-5744 / capetowncentre@yahoo.com
 - Johannesburg / Mr. Gerhard Vosloo / 27-11-44-765-44 / 27-82-70-437/ ghvosloo@mweb.co.za
- * Togo:
 - Kpalime / Mr. DJOLA Fawi/ 228-91 32 94 46 / fawidjo@yahoo.fr
 - Lome / Mr. GAMADO Komlan / 228-92 40 06 57 / divinraso@yahoo.fr
- * Uganda: Kampala / Ms. Kigoonya Rosalyn / 256-772-675436 / kigoonyarosalyn@yahoo.com

AMERICA

- * Argentina: Buenos Aires / Mrs. Silvia Graciela, Gennaro / 54-11-4924-1802 / Silvia.gennaro@gmail.com
- * Brazil:
 - Belem / Ms. Cleci de Brito Neves / 55-9188019288 / contato.belem@yahoo.com.br
 - Goiania / Mr. Eusmar Rodrigues Martins / 55-62-96016636 / goianiacenter@gmail.com
 - Recife / Center / recife.center.pe@gmail.com
 - Recife / Ms. Salma Casierra Alvarez / 55 81 3326 7479 / salmacasierra@gmail.com
 - Pernambuco / Ms. Isabela de Carvalho Cavalcante da Silva / 55-81-9612-7370 / isabela._.cavalcante@hotmail.com
 - San Paulo / Liaison office / 55-11-5083-7227 / sp@contatodiretocondeus.org
 - San Paulo / Mrs. Marcia Mantovaninni / 55-11-3083-5459 / Manto.CAM@hotmail.com
- * Canada:

- Edmonton / Mr. Tuan Anh Phan / 1-780-235-7578 / Edmonton99999@yahoo.ca
- London / Center / Mr. Bill Barton / 1-519-4952215 / bbarto2162@rogers.com
- Montreal / Mr. Terry Terrian / 1-514-758-7762 / tterrian@yahoo.com
- Ottawa / Center / ottawacentre@gmail.com
- Ottawa / Ms. Sonal Pathak / 1-819-770-5516 / sjpathak36@hotmail.com
- Toronto / Ms. Wai Ling Anita Kwok / 1-647-2005966 / anitawlkwok@gmail.com
- Vancouver / Center / Vancouver.Center@gmail.com
- Vancouver / Mr. Clay D' Altroy / 1-604-780-3865 / claydaltroy@gmail.com
- Victoria / Mrs. Betska K-Burr/ 1-250 652-7020 / Bea@BeautifulEarth.org

* Chile:

- La Serena / Mr. Ruben Augusto Bonilla Araus / 56-92967880 / ruboar@hotmail.com
- Santiago / Center / 56-2-6385901 / chilecenter1@yahoo.com
- Santiago / Mr. Mario Gonzalez Berrios / 56-82614056 / berriosgonzalez@gmail.com

* Colombia: Bogota Center / Mrs. Yudy Liceth Guzman Perdomo/ 57-3003932587 / contactodirectocondioscolombia@gmail.com

* Costa Rica:

- San Jose / Mr. Luis Alonso Alfaro Sibaja / 506-8888-0837 / CostaRicalInfoPC@gmail.com

* Ecuador:

- Loja / Mr. Alan LEE / 653-9722 0387 / alantblee@gmail.com

* El Salvador / San Salvador / Ms. Carolina del Carmen Rivera / 503- 7790-6258 / fenixcarolina@yahoo.com

* Honduras: Tegucigalpa / Mrs. Ondina Corrales Flores / 504-222-7733 / ondicotgu@yahoo.com

* Mexico:

- Mexico State / Ms. Laura Lopez Aviles / 52 55 50249316, 52 55 13974330/ texcenter@gmail.com
- Monterrey / Mr. Humberto Martinez / 52-81-811-1691541 / mtycenter@gmail.com

* Nicaragua: Managua / Center / 505-248-3651 / pastora7iglesia@yahoo.com

* Panama:

- Panama / Mrs. Huang Kuo Mei-O / 507-6500-8652 / meio54@hotmail.com

* Paraguay: Ciudad del Este / Mr. & Mrs. Italo Acosta / 595-61-510417, 595-983614592 / Italoacostaa@hotmail.com

* Peru:

- Cusco / Mrs. Patricia Kross / 51-84-232-682 / ef_pat@yahoo.com
- Lima / Ms. Maria Isabel, Tuesta Angulo / 51-01-3486976 / maritue_pe@yahoo.com
- Puno/ Ms. Karla La Torre Choquehuanca / 51-51-368523 / karlaetc@hotmail.com
- Trujillo / Ms. Maria Andrea Paredes Lopez / 51-44224908 / paloma_qyin@yahoo.com

* Surinam / Mrs. Nian Li Chen / 597-8597491 / nianli.2006@yahoo.com.cn

* Uruguay: Montevideo / Mr. Esteban Ceron / 598-2-305 9288 / estceron@yahoo.com

* Venezuela: Maracaibo / Ms. Dianela Carola Diaz Ferreira / 58-414-0592606 / dianela33@yahoo.es

* USA:

§ Arizona / Mr. Elie Firzii / 1-602 692 5035 / pelikan@cox.net

§ Arkansas: Ms. Cynthia Hudson / 1-479-981-1858 / arkansascenter1es@cox.net

§ California:

- Fresno / Ms. Ching Wen You / 1-559-647-2652 / jean168you@yahoo.com
- Los Angeles / Mr. Elias Rodriguez / 1-951-244-4485, 1-626-664-1664 / elias.bebliss@gmail.com
- Los Angeles / Mr. Loi To / 1-714-803-8818 / Loi.To@hotmail.com
- Sacramento / Mr. Thi Thai Le / 1-916-799-7768 / thaivegi@yahoo.com
- Sacramento / Mr. Tuan Minh Le / 1-916-234-0467 / tuanins@yahoo.com
- San Diego / Mr. Dau Van Ngo / 1-858-573-2345 / sandiegocenterusa@gmail.com
- San Francisco / Ms. Karen Lam / 1- 415-564-5464 / SFshines@gmail.com
- San Jose / Ms.W. Patricia Chiang / 1-650-2003628 / us.sanjose.wisdom@gmail.com
- San Jose / Mr. David Allan Smugar / 1-818 261-4003 / David_Smugar@yahoo.com
- San Jose / Ms. AiHoa / 1-408-821-2733 / lamaihoa@gmail.com

- Calexico / Mr. Marco Calderon / 1-760-960-0708 / macuarte@hotmail.com

§ Colorado: Mrs. Rachel Marzano / 1-720-229-0446 / coloradocenterusa@gmail.com

§ Florida:

- Cape Coral / Mr. Long Huynh / 1-239-398-0639 / cccflsaints@gmail.com
- Fort Lauderdale / Mr. Henry Lu / 1-212-385-9900 / yihyohlu@gmail.com
- Orlando / Ms. Kim Anh Hang / 1-407-487-0651 / kimanh.hang@gmail.com

§ Georgia: / Mrs. Bernal, Mariela / 1-770-383-2143 / Kminantes12@gmail.com

§ Hawaii: Mr. Neil Trong Phan / 1-808-398-4693 / neilphan@gmail.com

§ Illinois: Ms. Ciel Lord / 1-773-351-5957 / sm.illinois@gmail.com

§ Indiana:

- Fort Wayne / Center / indianacenter@yahoo.com
- Fort Wayne / Mr. George Le / 1-260-348-1254 / goldenageFW@gmail.com

§ Kentucky:

- Frankfort / Center / kycenter2000@yahoo.com
- Louisville / Mr. Lei Wang / 1-502-644-2804 / wanglei300@gmail.com

§ Maryland: Mr. Pete Theodoropoulos / 1-410-443-1358 / petetheo1111@hotmail.com

§ Massachusetts:

- Boston / Center / 1-401-651-4684 / bostoncenter2013@yahoo.com
- Boston / Ms. Allison C. Joyal / 1-401-769-5948 / joyallison@yahoo.com
- Boston / Mrs. Thao Bich Le / 1-860-519-8054 / tle2tp@gmail.com
- Boston / Ms. Li-Yu Chen / 1-781-228-1941 / leahchen3@yahoo.com

§ Michigan: Mr. Martin J. White / 1-734-834-9208 / michigancenter@att.net

§ Minnesota: Mrs. Jade Tran / 1-952-583-2427 / godwife606@yahoo.com

§ Missouri: Ms. Mary Ella Steck / 1-573-230-3843 / maryellasmtv@gmail.com

§ New Mexico: Mrs. Nga Truong / 1-505-796-6847 / ntruongnm@yahoo.com

§ New Jersey:

- New Jersey / Mr. Sidney Sit / 1-318-537-4471 / Sidney.sit@gmail.com

§ New York: Mrs. Lisa Li-Fang Wang / 1-917-805-3888 / Sumamanagement@aol.com

§ North Carolina: Mr. Fred Lawing / 1-704-614-4397 / northcarolinacenter@hotmail.com

§ Ohio:

- Ohio / Mrs. Lynn McGee / 1-973-864-7633 / lynn.mcgee@yahoo.com

§ Oklahoma: Mrs. Tran, Thao / 1-918-292-8884 / smtu2007@cox.net

§ Oregon: Mrs. Xuan Cheng / 1-541-9054073 / xuan.cheng2008@gmail.com

§ Pennsylvania:

- Philadelphia / Ms. Ling-Ling Hsu / 1-484-336-9043 / llhsu.pacp@gmail.com
- Pittsburgh / Mr. Trung Kieu / 1-408 786 4856 / pittsburghcp@gmail.com

§ South Carolina / Mr. Michael Stephen Blake / 1-407-474-3492 / smch_southcarolina@yahoo.com

§ Texas:

- Austin / Mr. Nam Tran / 1-512-363-6399 / namtran@yahoo.com
- Dallas / Center / Mrs. Loching Huang (Ellie) / 1-214-264-3348 / 1-214-264-3348 / ellie_hu@yahoo.com
- Houston / Mr. Son Le / 1-832-955-3620 / sonbachle@gmail.com
- Houston / Mrs. Van Le Ngoc / 1-832-964-4980 / phivanlove@yahoo.com
- San Antonio / Mr. Adam Gomez / 1-210-313-5023 / adamgomez@hotmail.com

§ Virginia

- Washington DC & Virginia Center / VaCenterUSA@gmail.com

§ Washington:

- Seattle / Mr. Victor Huynh / 1-206 412-9645 / vichuynh99@yahoo.com

§ Wisconsin / Madison / Ms. Thu Lieu Thi Dang / 1-608-844-4480 / wi.bevegan@yahoo.com

ASIA

- * Azerbaijan / Baku / Mr. Ahmad Shahidov / 994-55 205 65 65 / ahmad_shahidov@hotmail.com
- * Cambodia / Center / 855-16829811 / starsoeng@yahoo.com
- * Formosa:
 - Taipei / Center / 886-2-2788-0866 / tpe.light@gmail.com
 - Taipei / Mr. Yu, Pin / 886-958839586 / smchiloveu@gmail.com
 - Miaoli / Mr. Lai, Guan Yuan / 886-923313253 / angle.flying@msa.hinet.net
 - Kaohsiung / Mr. Wu, Kun Jan / 886-921-680197 / as8867093@gmail.com
- * Hong Kong:
 - Hong Kong / Liaison office / 852-26378257 / yfyl.hongkong@gmail.com
- * India / Mumbai / Bipin Thosani / 91-9833086680 / bipinthosani@gmail.com
- * Indonesia:
 - Bali / Center / 62-361-231-040 / smch_bali@yahoo.com
 - Bali / Mr. I Nyoman Widyasa / 62-81558068909 / qomink2006@yahoo.com
 - Jakarta / Center / 62-21-6319066 / smch_jkt@gmail.com
 - Jakarta / Ms. Faye Yowargana / 62-815-9982537 / fayebright@gmail.com
 - Malang / Mrs. Leny Laniwati / 62-341491964 / 62-83833408736 / leny_alpine@yahoo.com
 - Medan / Center / 62-61-4514656 / smch_medan@hotmail.com
 - Medan / Ms. Erika Wijaya Ng / 62-85664065425 / universallove333@gmail.com
 - Surabaya / Ms. Swandajani Handjaja / 62-8155000990 / swanny@sby.dnet.net.id
 - Yogyakarta / Mr. Tomitro / 62-274.624560 / 62-8122701642 / tomitrojusdarman@gmail.com
- * Israel: Tel Aviv / Ms. Orit Adari / 972-50-2465008/ orita444@gmail.com
- * Japan:
 - Gunma / Ms. Ritsuko Takahashi / 81-90-1605-6863 / rita@rainbow.plala.or.jp
 - Tokyo / Mrs. Takahashi, Eiko / 81-9071971478 / eco117heart@yahoo.com
 - Osaka / Mrs. Miyake Mie / 81-86682-1126 / mm.lucky22@gmail.com
- * Jordan / Mr. Jafar Marwan Irshaidat / 962 7 95119993 / estaphuam@hotmail.com
- * Korea:
 - Andong / Center / 82-54-821-3043 / smandong@hanmail.net
 - Andong / Ms. Kim Jin Hee / 82-10-4855-6855 / kjh5606kr@yahoo.co.kr
 - Busan / Center / 82-51-334-9204 / chinghaibusan@gmail.com
 - Busan / Mrs. Chang Hee KIM / 82-51-266-5105 / 82-10-6355-0106 / Kchee123@naver.com

- Daegu / Center / 82-53-743-4450 / chinghaidaegu@hanmail.net
- Daegu / Mrs. Si-jung, Kim / 82-10-4043-0351 / sjk616@hanmail.net
- Daejeon / Center / 82-42-625-4801 / smdaejeon@gmail.com
- Daejeon / Mrs. Kim Joung Eun / 82-10-6267-6090 / smnet21@naver.com
- Gwang-Ju / Center / 82-62-525-7607 / smgwangju@naver.com
- Gwang-Ju / Mr. Hong Soon / 82-10-3198-8212 / hong8212@naver.com
- Incheon / Center / 82-32-867-5351 / lightundinchon@yahoo.co.kr
- Incheon / Ms. Kong, Mee-Hee / 82-10-48045303 / kmeeh7562@naver.com
- Jeonju / Mr. Choi Beyong Sun / 82-11-9715-9394 / buda1996@hanmail.net
- Sang Ju / Center / 82-54-532-5821 / hounri21@yahoo.co.kr
- Seoul / Center / 82-2-5772158 / worldvegan.seoul@gmail.com
- Seoul / Mr. Kang Jin Tae / 82-11-263-3563 / samwoncokr@daum.net
- Ulsan / Center / 82-52-224-4111 / chinghaiulsan11@hanmail.net
- Ulsan / Mrs. Lee Mal Soon / 82-52-265-4766, 82-10-5142-4766 / soon605@hotmail.com
- Wonju / Center / 82-33-763-9358 / chinghai1ju@hanmail.net
- Wonju / Mr. WON, Eumtai / 82-11-622-2843 / wdolte@hanmail.net
- Youngdong / Center / 82-54-5325821 / hounri21@yahoo.co.kr

* Laos: Vientiane / Mr. Somboun Phetphommassouk / 856-20 22072452 / sobo52@yahoo.com

* Macau:

- Macau / Center / 853-28532231 / macpositive@yahoo.com.hk

* Malaysia:

- Alor Setar / Ms. Chin Chai Yean / 60-19-4118298 / jellyyeen@yahoo.com
- Johor Bahru / Mr. Wang Ah Sang / 60-16-7220779 / wangahsang@yahoo.com
- Kuala Lumpur / Ms. Phua Mee Heng / 60-12-2786098 / phmegan@gmail.com
- Penang / Center / 60-4-2285853 / pgsmsch@gmail.com
- Perak / Mr. Cheng Huat Tan / 6016-5232237 / orgvegantan@hotmail.com

* Mongolia:

- Ulaanbaatar / Ms. Undral Tumurkhuyag / 976-95359909 / Mongolia.centre.fa@gmail.com
- Ulaanbaatar / Mr. Enkhbat, Dombon / 976-11-301101, 976-11-318153, 976-99-722198 / smcenter4mongolia@gmail.com

* Myanmar:

- Yangon / Center / saisaik.006@gmail.com
- Yangon / Ms. Thin Thin Lwin / 95-42-24373 / 95-9-8550401 / thinthinlwin28@gmail.com

* Nepal: Kathmandu / Mrs. Meera Kumari Khanal / 977-9845253713 / meerakumari_khanal@yahoo.com

* Philippines:

- Manila / Ms. Rosean Villones / 63-9295583763 / rosean_204@yahoo.com

* Singapore:

- Singapore / Center / 65-6741-7001 / chinghai@singnet.com.sg
- Singapore / Mr. Chin Joo, Tay / 65-62975973 / 65-81826695 / t_chinjoo@yahoo.com

* Sri Lanka:

- Colombo / Center / 94-11-2412115, 94-772-984912 / smchp2freedom@gmail.com

* Pakistan / Zahid / Mr. Ali Shah / 92-300-3348775 / Xash1@hotmail.com

* Syria / Mr. Aiham Bader / 963-949-200481 / Yamato9@gmail.com

* Thailand:

- Bangkok / Mrs. Tanya Chongvilaiwan / 66-2807 9895 / 66-897484907 / tanya_angspatt@yahoo.com
- Songkhla / Mrs. Suda Sangthongkoon / 66-84-969-7129 / sinnsuda@gmail.com
- Nakhon Ratchasima / Mr. Watana Sridanklang / 66-81-760-6281 / sridarn_wat@hotmail.com
- Chiang Mai / Mrs. Kantha, Kulitsara / 66-53-852832/ 66-851554337 / lartar.kunta@gmail.com

* Turkey:

- Istanbul / Ms. Gizem Atesoz / 90-216-369-3788 / 90-507-363-8901 / gizem@quanyin.info
- Ankara / Mrs. Sule Nesrin Alper / 90-5325180146 / snalp@hotmail.com

* UAE: Abu Dhabi / Mr. Dhiraj D. Radadiya / 971-50-3118499 / dradadiya@yahoo.com

EUROPE

* Austria:

- Vienna / Mr. Kral Alfred / 43-699 1000 5738 / viennaveganpeace@gmail.com

* Belgium: Brussels / Mrs. LUU, Kim Yen / 32-2-479-1546 / kimyen.luu@mail.be

* Bulgaria:

- Sofia / Ms. Dilyana Mileva / 359-886-549 599 / mileva74@gmail.com
- Plovdiv / Ms. Radostina Koleva / 359 0887773480/ radost_kol@yahoo.com

* Croatia / Ms. Dorotea Žic / 385-98-378165 / tebudd@gmail.com

* Czech:

- Prague / Center / 420-261-263-031 / czech-center@spojenisbohem.cz
- Prague / Mr. Nguyen Tuan Dung / 420-608124709 / czech-center@spojenisbohem.cz

* Estonia / Ms. Astrid Murumagi / 358 5059 62315 / astrid_murumagi@yahoo.com

* Finland:

- Helsinki / Ms. Camilla Victoria Sonninen / 358-415293188 / helsinkicenter@gmail.com

* France:

- Alsace / center / Mr. HENRION Arnaud / 33-3-89-77 0607 / allmightylove@gmail.com
- Montpellier / Mr. Sylvestrone Thomas / 33-4-67650093 / ocean-amour@wanadoo.fr
- Paris / Ms. Anna Horodynska / 33-620076254 / journeyback@hotmail.com
- Guadeloupe / Ms. David Lorin / 590-590223214/ 590-690549017 / sarvamaata@hotmail.fr

* Germany:

- Berlin / Mrs. Anja Hable / 49-179-7976653 / berlin-center@gmx.de
- Duisburg / Mrs. Rost, Henrike / 49-221-78963428 / 49-179-9025423/ henrikerost@gmx.net
- Freiburg Breisgau / center / Spindler Alain / 33-3 69 34 14 15 / p.bojang@gmx.de
- Hamburg / Mr. Pa-Landing Bojang / 49-176 73952134 / 49-176 68938725 / lidanli@gmx.de
- Munich / Ms. Nguyen, Thi Thuy / 49-89-37966730 / ahimsa.tn@googlemail.com

* Greece:

- Athens / Mr. John Makris / 30-210 8660784 / johnmackris@yahoo.co.uk

* Hungary:

- Budapest Center / 36-1-363-3896 / budapestcenter@gmail.com
- Budapest / Ms. Boros, Kata Vera / 36-70 53 999 75 / filagoria@gmail.com

* Iceland / Ms. Ngo Th? Kha / 354 - 8205778 / reykjavik.center.iceland@gmail.com

* Italy:

- Pescara / Mrs. Bettina / Bettina.adank@gmail.com
- Bologna / Mrs. Nancy Dong Giacomozzi / QuanYinBologna@gmail.com

* Ireland:

- Dublin / 353-861709879 / dublinsmch@yahoo.co.uk

* Norway: Oslo / Ms. LIN YANG / 47-21449273/ aileenlyoung@hotmail.com

* Poland:

- Szczecin / Ms. Marta Pajak / 48-600149958 / martapajak@gazeta.pl
- Warsaw / Ms. Malgorzata Mitura / 48-724 115 369 / malgorzata.mitura@gmail.com
- Bielsko - Biala / Ms. Marta Pajak / 48-600149958 / qy.marta@gmail.com

* Portugal:

- Lisbon / Mr. H. Silva / 351-933257757 / heqyss@hotmail.com

* Romania: Bucharest / Center / 358-443338893 / bucharestqy@yahoo.com

* Russia:

- Moscow / center / smchmoscow@yandex.ru

* Serbia: Belgrade / Ms. Maja Mijatović / 381642748820 / majazemun@yahoo.com

* Slovakia: Zilina / Mr. Roman Sulovec / 421-903100216 / meditacia@spojeniesbohom.sk

* Slovenia:

- Celje / Mr. Damjan Kovačič / 386-40236433 / qy4ever@yahoo.com
- Ljubljana / Center / 386-1-518 25 42 / quanyinslo@gmail.com
- Ljubljana / Mr. Benjamin Borišek / 386-70834649 / forevershinelove@gmail.com
- Maribor / Mr. Igor Gaber / 386-41592120 / igor.gaber@gmail.com

* Spain:

- Madrid / Mrs. Maria Jose Lobo Cardaba / 34 675389788 / mjose.loba@yahoo.es
- Malaga / Mr. Vicente Perez Gonzalez / 34-675199062 / vicpergon@gmail.com
- Valencia / Mrs. Wenqin Zhu / 34-963301778, 34-695953889 / valenciachinghai@yahoo.es
- Valencia / Mr. Jose Luis Orduna Huertas / 34-653941617 / joselorduna@gmail.com

* Sweden:

- Malmo / Mrs. Helen Tielman / 46-70-5719057 / qysouthsweden@gmail.com
- Stockholm / Ms. Elizabeth Dabrowska Hagman / 46-76-84 80 978 / elizabeth.dhagman@telia.com
- Uppsala / Ms. Youwei Wang / 46-73 789 6019 / peacejoy333@gmail.com

* Switzerland:

- Geneva / Mrs. Eva Gyurova / 33 633 60 11 91 / gyurovi@yahoo.com

* The Netherlands:

- Amsterdam / Naima ben Moussa / naima01@casema.nl
- Amsterdam / Ms. Samia Chouhou / 31-610188302 / Samia155@hotmail.com

* United Kingdom:

§ England:

- London / Center / 44-77-3743 5869 / londonukcentre@googlemail.com
- London / Mr. Andrzej Misiek / 44-77-6848 9583 / a.misiek23@gmail.com
- Surrey / Ms. Leong Siew Yin / 44-7760275088 / surrey.centre@yahoo.co.uk

OCEANIA

* Australia:

- Adelaide / Ms. Hoa Thi Nguyen / 61-433161065 / gohomeasap@yahoo.com
- Brisbane / Ms. Renata Halpin / 61-412 775 678 / renatahalpin@gmail.com
- Canberra / Mrs. Tieng thi Minh Tam / 61-2-6100-6213 / tam.tieng@gmail.com
- Melbourne / Center / melbsmch@aol.com
- Melbourne / Ms. Jenny McCracken / 61- 431 587 830 / jam2arts@mac.com

- Melbourne / Mr. Nguyen / 61-422 113 775 / danhnguyen2475@yahoo.com.au
 - Melbourne / Ms. Wei Feng / 61-414 839 533 / wfwisdom@gmail.com
 - Mid North Coast / Mr. Eino Laidsaar / 61-2 6550 4455 / goldenagecenter@gmail.com
 - Northern Rivers/ Byron Bay / Mark Kingsley Swanson Thornquest / 61 266740374 / mthornquest@hotmail.com
 - Perth / Mr. Michael Page / 61-0499995922 / sunblessing905@gmail.com
 - Sydney / Center / 61-469 719 222 / goldenyear2003@gmail.com
 - Marulan / Ms. Julie Pharr / 614-2989-1282 / Julie.p.dixon@gmail.com
- * New Zealand:
- Auckland / Mr. Garret Jaxen / 64-9-5541434/64-212551952 / nzgarretjaxen@gmail.com
 - Christchurch / Mr. Terry Prince / 643-357-8387 / princenz@gmail.com
 - Hamilton / Mr. Dean Niki Powell / 64-7-8566496 / hamiltoncp@yahoo.co.nz
 - Nelson / Mr. Tim Guthrey / 64-3-5391313 / timguthrey@gmail.com

SUPREME MASTER TELEVISION

E-mail: Info@SupremeMasterTV.com

Tel: 1-626-444-4385 / Fax: 1-626-444-4386

<http://www.suprememastertv.com/>

A Journey through Aesthetic Realms TV Program Videotapes

E-mail: TVGodsdirectcontact.org

THE SUPREME MASTER CHING HAIINTERNATIONAL ASSOCIATION

PUBLISHING CO., Ltd. Taipei, Formosa.

E-mail: smchbooks@Godsdirectcontact.org

Tel: (886) 2-87873935 / Fax: (886) 2-87870873

<http://www.smchbooks.com>

BOOK DEPARTMENT

E-mail: divine@Godsdirectcontact.org

Fax: 1-240-352-5613 or 886-949-883778

(You are welcome to join us in translating Master's books into other languages)

NEWS GROUP

E-mail: lovenews@Godsdirectcontact.org

Fax: 1-801-7409196 or 886-946-728475

SPIRITUAL INFORMATION DESK

E-mail: lovewish@Godsdirectcontact.org

Fax: 886-946-730699

ONLINE SHOPS

Celestial Shop: <http://www.theCelestialShop.com> (English)

Eden Rules: <http://www.EdenRules.com> (Chinese)

S.M. CELESTIAL CO., LTD.

E-mail: smcj@mail.sm-cj.com

Tel: 886-2-22261345 / Fax: 886-2-22261344

<http://www.sm-cj.com>

LOVING HUT INTERNATIONAL COMPANY, LTD

Tel: (886) 2-2239-4556 / Fax: (886) 2-2239-5210

E-mail: info@lovinghut.com

<http://www.lovinghut.com/tw/>

Mi, učenici Vrhunske Učiteljice Ching Hai, iskusili smo nevolje i teškoće onih koji traže konačnu Istinu. Mi zbog toga razumijemo kako je teško i dragocjeno naći potpuno prosvijetljenog živog Učitelja koji podučava najvišu metodu buđenja naše unutarnje mudrosti i spoznaju Istine; onu istu metodu koju su podučavali svi istinski Učitelji od pamtivijeka. Iskusivši duboku korist od prakticiranja ove metode, mi ovdje predstavljamo zbirku predavanja Vrhunske Učiteljice Ching Hai, održanih u različitim državama svijeta, u želji da pomognemo tragačima za Istinom koji žude za vječnim oslobođenjem u ovom jednom ljudskom životu, a drugima da odgovorimo na različita pitanja o životu, rođenju i smrti, kao i o duhovnom oplemenjivanju i Istini.