

Cuprins

| | | |
|---|------------|-----------|
| Introducere | 4 | |
| O biografie scurtă a Maestrei Supreme Ching Hai | 8 | |
| Misterul lumii de dincolo | 11 | |
| Cuvântarea Maestrei Supreme Ching Hai din 26 iunie 1992, Națiunile Unite, New York | | |
| Inițierea: Metoda Quan Yin | 57 | |
| Cele cinci precepte | 59 | |
| Beneficiile regimului vegan (de post) | 61 | |
| Sănătatea și alimentația | | 62 |
| Ecologia și mediul înconjurător | | 67 |
| Foametea din lume | | 68 |
| Suferința animalelor | | 69 |
| Compania sfinților și a altora | | 69 |
| Maestra răspunde la întrebări | | 71 |
| Veganismul: cea mai bună soluția pentru criza mondială de apă ... | 84 | |
| Vești bune pentru vegani | 86 | |
| Publicații | 98 | |
| Cum să ne contactați | 109 | |

O mică precizare

◆ Atunci când vorbește despre Dumnezeu sau Spiritul Suprem, Maestra ne-a instruit să folosim o expresie neutră, ca să evităm argumentele cum că Dumnezeu ar fi un El sau o Ea. Datorită faptului că în limba română sunt două pronume pentru persoana a 3-a, el și ea, totuși, când Maestra spune El sau Ea referitor la Dumnezeu, nu este vorba că Dumnezeu ar fi bărbat sau femeie.

◆ Ca o creatoare de designuri artistice și în calitate de învățătoare spirituală, Maestra Supremă Ching Hai iubește toate expresiile frumuseții interioare. Din acest motiv, Ea se referă la Vietnam ca „Au Lac” și la Taiwan ca „Formosa”. Au Lac este numele din vechime al Vietnamului și înseamnă „bucurie”. În ceea ce privește numele Formosa, care înseamnă „frumos”, acesta reflectă mult mai bine frumusețea insulei și a oamenilor ei. Maestra este de părere că folosirea acestor nume aduce înălțare spirituală și noroc regiunii respective și oamenilor ei.

„Eu nu aparțin budismului sau catolicismului, aparțin Adevărului și predic Adevărul. Voi puteți să-l numiți budism, catolicism, taoism sau cum vă place. Eu le accept pe toate!”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Atunci când ajungeți la pacea lăuntrică, atunci veți avea totul. Toate satisfacțiile, toate împlinirile dorințelor lumești și divine, vin de la Împărăția lui Dumnezeu, din realizarea lăuntrică a armoniei noastre eterne, a înțelepciunii noastre eterne și a puterii noastre nelimitate. Dacă nu le avem pe acestea, atunci nu vom găsi satisfacție niciodată, nu contează câți bani sau câtă putere avem sau ce poziție înaltă avem.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Învățătura noastră este aceasta: tot ce avem de făcut în această lume, să o facem din toată inima. Să fiți responsabili și la fel, să meditați în fiecare zi. Veți obține mai multă cunoaștere, mai multă înțelepciune, mai multă pace, ca să serviți lumea și să vă serviți pe voi. Să nu uitați că aveți propria voastră bunătate în interiorul vostru. Să nu uitați că îl aveți pe Dumnezeu care sălășluiește în interiorul corpului vostru. Să nu uitați că îl aveți pe Dumnezeu în inima voastră.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

Introducere

De-a lungul anilor, omenirea a fost vizitată de o serie de oameni de excepție, al căror scop unic în viață a fost înălțarea spirituală a umanității. Iisus Cristos a fost unul dintre ei, ca și Shakyamuni Buddha sau Mohammed. Aceștia trei sunt cunoscuți de noi, dar sunt mulți alții al căror nume nu le știm. Unii au predicat în public și au fost cunoscuți câte puțin, alții au rămas anonimi. Acești oameni au purtat nume diferite, în vremuri diferite și țări diferite. Au fost numiți: Maestru, Avatar, Iluminat, Mântuitor, Mesia, Mama Divină, Trimisul lui Dumnezeu, Sfânt, Guru, și alte asemenea nume. Ei au venit să ne ofere așa numita Iluminare, Mântuire, Realizare, Eliberare sau Trezire. Cuvintele folosite sunt diferite, dar în esență ele au același înțeles.

Trimși ai aceleiași Surse Divine, cu aceeași măreție spirituală, puritate morală și putere de a înălța omenirea, cum au fost Sfinții din trecut, sunt și astăzi printre noi, chiar dacă puțini știu de prezența lor. Unul dintre ei este Maestra Supremă Ching Hai.

Maestra Ching Hai nu este o candidată potrivită pentru a fi pe larg recunoscută ca o Sfântă în viață. Pe de o parte pentru că este femeie și mulți budiști, ca și alții, cred încă în mitul că o femeie nu poate deveni un Buddha. Pe de altă parte, Ea este asiatică și mulți oameni din vest se așteaptă ca Salvatorul lor să arate ca ei. Oricum noi, discipolii Maestrei, din toate colțurile lumii și de religii diferite, noi cei care am ajuns să o cunoaștem și să-i urmăm învățăturile, știm cine este. Ca să o cunoașteți și dumneavoastră, aveți nevoie de deschiderea minții și de sinceritatea inimii. Vă trebuie, de asemenea, timp și atenție, nimic altceva.

În general, oamenii își petrec cea mai mare parte a timpului luptând să-și câștige existența, având grijă de necesitățile materiale. Noi muncim din greu, ca să facem viața noastră și acelor dragi nouă cât mai bună cu putință. Când timpul ne-o îngăduie, atenția noastră se lasă furată de subiecte precum politica, sportul, televiziunea sau ultimul scandal. Aceia dintre noi care au cunoscut *Puterea Dragostei* prin contactul interior cu *Divinitatea*, știu că în viață sunt și alte lucruri, mai importante decât acestea. Noi simțim că este un păcat că *știrile bune* nu sunt răspândite mai mult. Soluția tuturor problemelor vieții este să te cufunzi în tine însuși și să aștepți. Noi știm că Raiul este aproape, doar la un pas de noi. Iertați-ne dacă greșim și din prea mult entuziasm spunem lucruri care ofensează mintea voastră rațională, dar este foarte greu să păstrăm tăcerea după ce am văzut ce am văzut și știm ceea ce știm.

Noi, cei care ne considerăm discipolii Maestrei Supreme Ching Hai și practicieni ai metodei predată de Ea (Metoda Quan Yin), vă oferim această carte introductivă, în speranța că vă va înlesni apropierea de experiența personală a *Împlinirii Divine*, cu ajutorul Maestrei noastre sau al altui Maestru.

Maestra Ching Hai ne învață importanța practicării meditației, a contemplației interioare și a rugăciunii. Ea ne explică că noi trebuie să descoperim propria *Prezență Divină* lăuntrică, dacă vrem să fim cu adevărat fericiți în această viață. Ea ne spune că iluminarea spirituală nu este ezoterică și de neatins, accesibilă numai aceluia ce se retrag din societate. Misiunea ei este aceea de a redeștepta *Prezența Divină* dinăuntrul nostru, în timp ce noi trăim mai departe o viață normală. Maestra spune: **„Iată cum stau lucrurile, toți știm Adevărul, doar că l-am uitat. Așadar, câteodată, cineva**

trebuie să vină să ne reamintească scopul vieții noastre, de ce trebuie să găsim Adevărul, de ce trebuie să practicăm meditația, de ce trebuie să credem în Dumnezeu, în Buddha, sau în cine credem noi că este cea mai mare putere în Univers.”

Maestra nu cere nimănui s-o urmeze. Ea oferă simplu propria sa iluminare ca un exemplu pentru cei ce vor să atingă propria lor Eliberare.

Această carte este o introducere în învățăturile Maestrei Supreme Ching Hai. Vă rugăm să luați cunoștință de faptul că discursurile, comentariile, citatele din conținutul cărții au fost spuse de Maestra Ching Hai, înregistrate, transcrise, uneori traduse din alte limbi, și apoi date publicității. Vă recomandăm să ascultați sau să vizionați casetele audio sau video originale. Din aceste surse obțineți o experiență mult mai bogată a prezenței sale, comparativ cu cea obținută din cuvintele scrise. Desigur că cea mai completă experiență este aceea de a o vedea pe Maestră în persoană.

Pentru unii, Maestra Ching Hai este Mama lor, pentru alții este Tatăl sau Ființa preaiubită. Cel puțin, Ea este cel mai bun prieten pe care puteți să-l aveți vreodată în această lume. Ea se află aici nu pentru a lua, ci pentru a da. Ea nu cere nici un fel de plată pentru învățăturile, ajutorul sau inițierea sa. Singurele lucruri pe care vi le cere sunt suferința voastră, necazurile voastre și durerile voastre. Dar și pe acestea, numai dacă doriți!

„Maestrul este cel care are cheia pentru voi ca să deveniți Maeștri...., să vă ajute să realizați că și voi sunteți Maeștri, și că voi și Dumnezeu sunteți Una. Asta este tot, acesta este singurul rol al Maestrului”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Calea noastră nu este o religie. Eu nu convertesc pe nimeni la catolicism sau budism sau orice alt „ism”. Eu vă ofer simplu o cale de a vă cunoaște pe voi înșivă, să aflați de unde ați venit, să vă aduceți aminte de misiunea voastră aici pe pământ, să descoperiți secretele universului, să înțelegeți de ce este atât de multă suferință și să vedeți ce vă așteaptă dincolo de moarte.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Noi suntem separați de Dumnezeu pentru că suntem prea ocupați. Dacă cineva vorbește cu tine și telefonul sună mereu, dar tu ești ocupat ca să gătești sau să vorbești cu ceilalți, atunci nimeni nu poate să ia legătura cu tine. Același lucru se întâmplă cu Dumnezeu. El ne cheamă în fiecare zi, dar noi nu avem timp pentru El și îl facem să aștepte.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

O biografie scurtă a Maestrei Supreme Ching Hai

Maestra Ching Hai s-a născut în Au Lac într-o familie înstărită, ca fiică a unui reputat doctor naturopat. A fost crescută în religia catolică, dar a cunoscut și învățăturile budiste de la bunica Ei. De mică, ea a arătat un interes precoce pentru scrierile filozofice și religioase, precum și o compasiune neobișnuită pentru toate ființele.

La vârsta de 18 ani, Maestra Ching Hai a plecat în Anglia pentru studii, iar mai târziu în Franța și Germania, unde a lucrat pentru Crucea Roșie și s-a căsătorit cu un om de știință german. După doi ani fericiți de căsătorie, cu consimțământul soțului, Ea părăsește căsătoria în căutarea iluminării, în felul acesta împlinindu-și un ideal pe care îl avea încă din copilărie. La momentul respectiv, a studiat diferite metode de meditație și discipline spirituale, cu mulți învățători și maeștri pe care i-a putut întâlni. În acest fel, a început să înțeleagă cât este de greu pentru o singură persoană să pună capăt suferințelor omenești și a realizat că drumul cel mai bun pentru a-i ajuta pe cei din jur este ca Ea însăși să atingă iluminarea spirituală totală. Acesta fiind-i singurul țel, Ea a călătorit prin multe țări din lume în căutarea metodei perfecte de iluminare.

După mulți ani de căutări, încercări și suferințe, Maestra Ching Hai a găsit Metoda Quan Yin și Transmisia Divină în Himalaia. După o perioadă de practică asiduă în timpul retragerii în munții Himalaia, Ea a ajuns la starea de iluminare spirituală completă.

În anii care au urmat după iluminare, Maestra a trăit o viață liniștită, fără obligații, de călugăriță budistă. Rușinoasă din fire, Ea a păstrat *comoara* ascunsă, până când oamenii au convins-o să-i instruiască și să-i inițieze. Datorită cererilor insistente ale discipolilor din Formosa și Statele Unite ale Americii, Maestra a început să țină discursuri în întreaga lume și a inițiat zeci de mii de aspiranți spirituali sinceri.

Astăzi, tot mai mulți căutători ai Adevărului, de diferite religii și din diferite țări, vin din afluență să o caute pentru înțelepciunea Ei supremă. Celor care cu sinceritate vor să învețe și să practice Metoda iluminării imediate pe care Maestra însăși a verificat-o ca fiind metoda supremă, adică Metoda Quan Yin, Maestra Ching Hai le oferă inițierea și mai departe îndrumarea spirituală.

Lumea este plină de probleme.
Numai eu sunt plină de tine!
Dacă ar fi ca Tu să fii în lume,
Toate problemele ar dispărea.
Însă, lumea este plină de probleme,
Și nu mai este nici un loc pentru Tine!



Voi vinde toți sorii, toate lunile și toate stelele
Din univers,
Ca să cumpăr doar una din Privirile Tale Minunate.
Oh! Maestre al Strălucirii Infinite,
Fi grațios și lasă câteva scânteieri în inima mea plină de dor.



Oamenii merg afară noaptea să cânte și să danseze,
Sub muzica și lumina acestei lumi.
Numai eu singură stau în extaz,
Și mă leagăn în Strălucirea și Muzica din interior.



Din moment ce am ajuns să-ți cunosc Gloria, oh, Doamne,
Nu mai pot iubi nimic din această lume.
Îmbrățișează-mă în Grația Iubirii Tale,
Pentru totdeauna!

Amin.

Din: „Lacrimi tăcute”, o colecție de poeme
scrise de Maestra Supremă Ching Hai



Misterul lumii de dincolo

Prelegerea Maestrei Supreme Ching Hai

26 iunie 1992

Națiunile Unite, New York

Bine v-am găsit, aici, la Națiunile Unite! Și vă invit să ne rugăm împreună, fiecare după credința sa, să ne arătăm recunoștința pentru ceea ce avem, pentru ceea ce ni s-a dat și pentru ce sperăm să li se dea și celor ce nu au. Să ne rugăm pentru refugiații din întreaga lume, pentru victimele de război, pentru soldați, pentru conducătorii guvernelor și bineînțeles pentru ca liderii Națiunilor Unite să îndeplinească ce și-au propus și să trăim cu toții în pace.

Noi credem că ceea ce cerem ni se va da, pentru că așa este scris și în Biblie. Vă mulțumesc!

Știți că tema conferinței de azi este „Lumea de dincolo”, pentru că mi-am propus să nu mai vorbesc despre lumea noastră. Pe aceasta o știți cu toții. Dar dincolo de această lume avem și alte lucruri. Cred că toți care au venit astăzi aici sunt interesați să le cunoască. Nu este nimic de genul cum au povestit practicienii noștri despre miracole sau ceva fantastic în care nu

puteți să credeți. Este ceva științific, logic și extrem de important.

Noi am auzit cu toții din scrierile sfinte ale diferitelor religii, de existența a șapte ceruri, care reprezintă șapte niveluri diferite ale conștiinței. Aici se află Împărăția lui Dumnezeu, Natura lui Buddha, etc. Acestea sunt doar câteva din lucrurile care ne sunt făgăduite în lumea de dincolo. Dar nu toți au acces la ceea ce s-a promis în aceste scripturi. N-aș vrea să spun că nici unul, doar că nu prea mulți. Comparativ cu populația globului, cei care au acces la Împărăția lui Dumnezeu - adică ceea ce noi numim „lumea de dincolo” - sunt extrem de puțini.

Dacă sunteți în America, probabil aveți șansa să citiți o mulțime de cărți despre lumea de dincolo. Și multe din filmele făcute de americani nu sunt chiar ficțiune. De asemenea, există câteva filme japoneze care nu sunt deloc ficțiune. Cei care le-au creat au citit probabil cărți scrise de oameni care au fost în lumea de dincolo sau poate că ei înșiși și-au aruncat o privire în Împărăția lui Dumnezeu.

Deci, ce se află în Împărăția lui Dumnezeu? De ce trebuie să ne intereseze Împărăția lui Dumnezeu, când avem atâtea de făcut în această lume, unde avem o slujbă, case, prieteni, etc.? Tocmai pentru că avem toate acestea, ar trebui să ne facem griji despre Împărăția lui Dumnezeu.

Sună foarte religios când spunem Împărăția lui Dumnezeu. De fapt, este doar un nivel mai înalt de conștiință. În trecut oamenii îi spuneau rai, azi, în termeni științifici, putem să-l numim un nivel mai înalt de cunoaștere, un nivel mai înalt

de înțelepciune. Și la acest nivel noi putem avea acces, dar trebuie să știm cum.

Deci în ultimul timp, în America, am avut cu toții ocazia să auzim de ultima invenție, un fel de mașină care ne poate transpune direct în samadhi. Ați încercat-o cumva? Aparatul se vinde pe piața americană! Costă între patru și șapte sute de dolari, în funcție de nivelul de conștiință pe care îl vrei. Ei spun că este pentru oamenii comozi cărora nu le place să mediteze, ci vor doar să intre, fără nici un efort, direct în starea de samadhi. În caz că nu știți, vă voi explica acum, pe scurt, despre ea.

Se spune că acest fel de mașină te poate aduce într-o stare mentală de relaxare, o stare de relaxare, în care poți atinge un nivel înalt de I.Q. (coeficient de inteligență n.t.). Se presupune că aceasta vă poate da o stare de cunoaștere și înțelepciune superioară, în care vă veți simți extraordinar. Această mașină folosește muzică selecționată special, muzică din afară, deci pentru a o putea audia aveți nevoie de căști audio. Apoi, folosesc electricitate, probabil curenți electrici care vă stimulează și vă ajută să vedeți niște raze de lumină. Va fi nevoie și de o mască de ochi. Deci căștile audio și masca de ochi este tot ce ne trebuie pentru samadhi! E foarte bine și pentru patru sute de dolari, e foarte ieftin. Dar samadhi-ul pe care vi-l propunem noi este și mai ieftin, ba este chiar gratuit și durează o veșnicie. În afară de aceasta, nu mai este nevoie să procedați ca și cu o mașină propriu-zisă - să-i încărcați bateriile, să o băgați sau să o scoateți din priză sau să o reparați dacă se strică.

Acum, se pare că lumina și muzica artificială pot să le dea oamenilor relaxare și înțelepciune - se presupune că este așa, eu n-am încercat. De aceea este așa de căutată și se vinde bine. Dacă aceste mijloace artificiale ne pot relaxa și pot crește coeficientul nostru de inteligență, puteți să vă imaginați cât de mult ne pot ajuta cele adevărate? Lucrul adevărat își au originea în lumea de dincolo și este accesibil tuturor, numai să vrem să-l contactăm. El reprezintă Sunetul interior divin și Muzica interioară divină dinăuntrul ființei noastre. În funcție de intensitatea acestui Sunet, a Luminii sau a Muzicii interioare, noi putem să trecem dincolo de această lume, să intrăm într-un nivel mai profund al cunoașterii.

Cred că este asemănător legilor fizicii. Dacă vrei să trimiți o rachetă dincolo de câmpul gravitațional, este necesară o forță mare care să o împingă. De asemenea, când racheta atinge o viteză foarte mare, emană o lumină. La fel și noi când mergem cu viteză în lumea de dincolo și noi putem iradia Lumină și putem auzi Sunetul.

Sunetul este un fel de Putere care vibrează și care ne împinge astfel într-un nivel superior, dar o face fără zgomot, fără prea mult efort, fără să ne coste nimic și fără nici un disconfort pentru cel care experimentează. Aceasta este modalitatea de a călători spre lumea de dincolo.

Dar ce este în lumea de dincolo și care este cu mult mai bun decât a noastră? E tot ceea ce putem și tot ceea ce nu putem să ne imaginăm. Odată ce vom experimenta, vom ști. Nimeni nu poate să ne-o descrie în cuvinte. Dar trebuie să fim perseverenți și sinceri cu adevărat, pentru că nimeni nu

poate să o facă în locul nostru. La fel cum nimeni nu poate face munca voastră în oficiul Națiunilor Unite, iar voi doar să primiți plata. Tot așa nimeni nu poate mânca în locul nostru, pentru ca noi să ne săturăm. Prin urmare, drumul trebuie experimentat personal. Noi putem asculta la cei care au avut deja experiențe, dar noi nu vom câștiga multă experiență din aceasta. E posibil să avem și noi înșine experiențe în acest sens, o dată, de mai multe ori sau chiar vreme de câteva zile, datorită puterii persoanei care l-a experimentat pe Dumnezeu. În acest caz, este posibil să vedem o Lumină sau să auzim un Sunet, foarte natural, fără nici un efort, dar în cele mai multe cazuri nu durează prea mult. Prin urmare, trebuie să experimentăm noi înșine și să o facem noi înșine.

Dincolo de lumea noastră sunt multe alte lumi. Să luăm, de exemplu, pe cea imediat superioară lumii noastre, Lumea Astrală așa cum o numim noi în terminologia vestică. În Lumea Astrală sunt peste o sută de niveluri diferite, iar fiecare nivel este el însuși o altă lume și reprezintă nivelul nostru de înțelegere. Este la fel ca într-o universitate. Cu fiecare an pe care îl trecem avansăm în cunoștințe și încetul cu încetul ne îndreptăm spre absolvire.

În Lumea Astrală noi vom vedea multe feluri de așa numite miracole și probabil vom fi tentați de aceste miracole și chiar vom avea parte de miracole. Vom putea vindeca bolile, vom putea vedea uneori ceea ce alți oameni nu pot vedea. Vom avea cel puțin șase feluri de puteri miraculoase. Vom putea vedea dincolo de limitele obișnuite, vom putea auzi dincolo de limitele spațiului. Distanța nu va mai conta pentru noi. Aceasta este ceea ce numim urechile divine și ochii divini. De asemenea, vom putea citi gândurile

oamenilor și vom putea vedea ce au ei în mintea lor. Acestea sunt puterile pe care le putem dobândi uneori, dacă avem acces la Primul Nivel al Împărăției lui Dumnezeu.

V-am spus deja că în primul nivel există alte subniveleuri, care ne oferă mai mult decât limba omenească poate să descrie. De exemplu, după inițiere, dacă medităm și nivelul nostru este chiar la primul, atunci vom avea și mai multe abilități. Vom putea să ne dezvoltăm talentul literar, pe care nu l-am avut niciodată înainte. De asemenea, vom ști multe lucruri pe care alți oameni nu le știu, și multe lucruri vin la noi ca daruri cerești, câteodată sub aspect financiar sau profesional sau sub diferite alte forme. Și vom fi capabili să scriem poezii, să pictăm sau să facem lucruri pe care nu eram capabili să le facem și nici măcar nu ne închipuiam că suntem în stare să le facem. Acesta este primul nivel. Și putem să scriem poezii și să scriem cărți în stiluri foarte frumoase. Chiar dacă înainte eram scriitori neprofesioniști, dar acum putem să scriem, este un exemplu. Acestea sunt beneficii foarte materiale pe care le putem obține la primul nivel de conștiință.

De fapt aceste lucruri nu sunt daruri de la Dumnezeu. Aceste lucruri se află deja în noi și pentru că le-am trezit, ele revin la viață. Și astfel le vom putea folosi. Cam acestea ar fi de spus despre Primul Nivel.

Dacă trecem într-un nivel mai înalt, vom vedea și vom obține multe alte lucruri. Bineînțeles că nu vă pot spune totul din cauza timpului limitat. De asemenea, nu trebuie să vorbim despre toate aceste lucruri frumoase, despre prăjituri și bomboane și noi să nu le mâncăm niciodată. De aceea eu vreau

doar să vă trezesc puțin pofta și dacă vreți să le mâncați, este cu totul altceva. Putem să vă oferim mâncarea adevărată mai târziu. Da! Doar în cazul în care doriți să gustați din aceste lucruri.

Acum, dacă mergem puțin mai departe, la Nivelul Doi. Noi îl numim „al Doilea” doar ca să simplificăm lucrurile. La Nivelul Doi, probabil că vom avea mult mai multe abilități decât la primul, inclusiv miracolele. Dar cea mai șocantă realizare pe care o putem avea la Nivelul Doi este elocvența și abilitatea de a dezbate. Nimeni nu este capabil să întreaacă o persoană care a atins al Doilea Nivel, pentru că el are o putere de convingere uriașă, iar intelectul său se află în culmea strălucirii.

Majoritatea celor cu o minte obișnuită sau un coeficient de inteligență simplu nu se pot compara cu un astfel de om, deoarece coeficientul său de inteligență atinge valori foarte mari. Nu este numai creierul fizic care s-a dezvoltat mai mult, este Puterea mistică, Puterea divină, înțelepciunea interioară care este moștenită în interiorul nostru și acum începe să se trezească. În India, acest nivel este numit „Buddhi”, adică nivelul intelectual. Când atinți acest nivel, devii un Buddha. De aici vine cuvântul Buddha, „Buddhi – Buddha”. Deci asta înseamnă Buddha, cu precizie, dar nu s-a terminat aici, n-am de gând să vă vorbesc doar despre Buddha, căci sunt mult mai multe.

Deci, majoritatea oamenilor atribuie numele de Buddha unei persoane iluminate. Dacă el nu cunoaște dincolo de Nivelul al Doilea, atunci se va simți, probabil, foarte mândru. Da, se va gândi că el este un Buddha în viață, iar discipolii lui, foarte mândri, îl vor numi Buddha. Dar în realitate, el a atins doar

Nivelul al Doilea, în care poate vedea trecutul, prezentul și viitorul oricărei persoane dorește și unde a dobândit o elocvență absolută în vorbire – dar acesta nu este sfârșitul Împărăției lui Dumnezeu.

Nimeni nu trebuie să fie mândru de abilitatea de a citi în trecut, prezent sau viitor, căci acestea sunt registrele akashice, cum sunt numite în terminologia occidentală. Aceia dintre voi care practică yoga sau orice fel de meditație, vor înțelege că registrele akashice sunt un fel de bibliotecă, asemănătoare aceleia pe care o aveți aici, la Națiunile Unite. Puteți vedea în această bibliotecă documente scrise în limba arabă, rusă, chineză, engleză, franceză, germană, toate limbile. Dacă aveți abilitatea de a citi în aceste limbi, puteți să știți ce se întâmplă în țara respectivă. Înțelegeți? Tot așa, cine are acces la al Doilea Nivel, va înțelege și va interpreta foarte clar fișa personală a fiecăruia, așa cum ți-ai vedea propria biografie.

Însă, sunt multe alte lucruri de dobândit la Nivelul Doi de conștiință. Dar pentru cel care a atins Nivelul Doi, este deja fantastic, el este un Buddha în viață, pentru că și-a deschis buddhi-ul - adică intelectul. Și atunci știm multe lucruri, pe care nici măcar nu le putem numi. Ni se vor întâmpla multe miracole, fie că vrem sau nu vrem, căci intelectul nostru s-a deschis și știe cum să contacteze cea mai înaltă sursă de vindecare, știe cum să organizeze lucrurile, astfel încât viața noastră să devină mai ușoară și mai bună. Și intelectul nostru sau Buddha s-a deschis astfel încât noi să putem avea acces la toate informațiile necesare din trecut și din prezent, astfel încât să putem aranja lucrurile sau să corectăm greșelile din trecut. Noi ne corectăm greșelile și ne facem viața mai bună.

De exemplu, nu știam că fără voia noastră, ne-am jignit vecinul cu ceva, dar acum știm. E foarte simplu! Până acum nu eram conștienți de aceasta și nu știam de ce vecinul ne arată ostilitate și chiar încearcă să ne facă rău pe la spatele nostru, din cauza neînțelegerii și pentru că noi sau vecinul am făcut ceva rău. Dar acum știm ce s-a întâmplat. Soluția e simplă. Putem merge la vecin, îi putem telefona sau îl putem invita la o petrecere ca să-i explicăm neînțelegerea și să clarificăm totul.

La fel se întâmplă când ajungem la nivelul intelectual. Atunci automat, vreau să spun în liniște, noi înțelegem toate acestea, aranjăm toate lucrurile sau contactăm sursa puterii care ne poate ajuta să le îndreptăm, făcându-ne viața mai bună, traiul mai bun. Astfel, reducem la minimum multe accidente, multe situații nedorite și condiții nefavorabile din viața noastră. Ați înțeles? Da! Da! De aceea când ajungem la Nivelul Doi, este deja fantastic.

Prin urmare, ceea ce v-am explicat este ceva foarte științific și foarte logic și nu trebuie să vă gândiți că un yogin sau o persoană care practică meditația este un fel de persoană mistică, sau un E.T., adică un extraterestru. Ele sunt ființe pământești, ca și noi, care însă au evoluat, pentru că au știut cum să o facă.

În America se spune „*totul e să știi cum*”, deci totul poate fi învățat. Așa e, noi putem învăța totul. Ceea ce vă spun eu este un fel de știință a lumii de dincolo care, de asemenea, poate fi învățată. Și deși pare ciudat, dar cu cât ne aflăm la un nivel mai înalt, cu atât lucrurile sunt mai simple. E mult mai simplu decât

la liceu sau la colegiu, unde sunt tot felul de probleme de matematică și întrebări complicate.

Al Doilea Nivel are de asemenea multe alte niveluri diferite. Am să vă spun pe scurt, pentru că nu pot să vă descriu în detaliu toate secretele raiului. Oricum, voi puteți afla toate acestea când veți călători cu un Maestru care cunoaște deja drumul acesta. Deci, nu este un secret. Dar ne ia prea mult timp dacă e să ne oprim la fiecare nivel, care are multe niveluri și subniveluri și să examinăm totul, ia prea mult timp. Câteodată, Maestrul vă ia cu el repede dintr-un nivel într-altul, pac, pac, pac! Pentru că, dacă nu aveți nimic de-a face cu meseria de Maestru, atunci nu trebuie să învățați așa de mult. V-ar da dureri de cap. De aceea doar vă ia și vă aduce înapoi acasă, pentru că și așa ne ia prea mult timp. Câteodată poate să dureze o viață întreagă. Dar iluminarea spirituală o obțineți imediat.

Dar acesta nu este decât începutul, ca o înscriere, știți? Din prima zi când vă înscrieți la universitate deveniți imediat studenți. Dar asta nu are nimic de-a face cu examenul de doctorat. Facultatea o absolviți numai după patru, șase sau doisprezece ani. Dar voi deveniți studenți la universitate imediat, dacă este o universitate adevărată și dacă într-adevăr, doriți să fiți studenți. Deci amândouă părțile trebuie să coopereze.

La fel se întâmplă dacă vrem să mergem în lumea de dincolo, să zicem doar pentru amuzament, pentru că nu mai avem ce să vizităm în New York. Știm totul despre Manhattan, despre Long Beach (Plaja Lungă), despre plaja „scurtă” sau oricare altă plajă (răsete). Să presupunem că dorim să facem o călătorie în lumea lui E.T., să vedem ce se întâmplă acolo, bine? De ce

nu? Dacă tot cheltuim o mulțime de bani în Miami sau Florida, doar ca să facem o baie în mare, de ce nu am putea călători, uneori, dincolo de lumea aceasta, în alte lumi, să vedem cum arată planetele vecine și cum trăiesc oamenii acolo? Cred că nu este nimic ciudat în asta. Nu? E doar un fel de călătorie mai lungă, o călătorie mentală, spirituală, în loc de una fizică. Sunt două feluri de călătorii. Deci este foarte logic și ușor de înțeles.

Deci noi ne aflăm la Nivelul Doi. Ce altceva ar trebui să vă mai spun? Prin urmare, noi continuăm să trăim în această lume, dar în același timp știm și de existența altor lumi. Aceasta, deoarece noi călătorim.

La fel cum, de exemplu, noi am fi cetățeni americani sau din oricare altă țară a lumii, și călătorim din țară în țară, ca să știm cum arată țările vecine. Presupun că mulți dintre cei de la Națiunile Unite nu sunt americani de origine. Nu? Desigur. Și în cazul nostru e același lucru. Putem să ne deplasăm pe altă planetă sau în alt nivel de viață, ca să cunoaștem. Pentru că distanța este prea mare, nu putem să ne deplasăm fizic, nici cu racheta, nici măcar cu un OZN.

Unele lumi se află la o distanță mult mai mare decât poate un OZN să străbată. OZN! Adică un Obiect Zburător Neidentificat, nu-i așa? Prin urmare un obiect care zboară, da! Ei bine, există în noi ceva mai rapid decât un astfel de obiect zburător. Acesta este sufletul nostru. Uneori îl numim spirit. Cu el putem zbura fără combustibil, fără s-avem probleme cu traficul sau cu poliția, fără alte neplăceri. Nu mai trebuie să ne facem griji că într-o zi, arabii nu ne vor mai vinde petrol (râsete), pentru că spiritul este independent din punct de vedere material.

Nu se strică niciodată, exceptând cazul în care noi vrem să-l stricăm prin violarea preceptelor universale, violarea armoniei dintre cer și pământ, lucru de altfel ușor de evitat. Vă voi spune cum să o faceți, dacă sunteți interesați.

De exemplu, vă voi vorbi pe scurt, bine? Nu vă țin o predică, deci să nu vă temeți că am să vă duc la biserică. Este doar un exemplu.

În univers există câteva legi care trebuie respectate, precum legile de circulație atunci când ne aflăm la volanul unei mașini. La lumina roșie vă opriți, la cea verde, treceți. Conducere pe dreapta sau pe stânga, autostrăzi, limită de viteză, etc. Tot așa și în universul fizic sunt câteva legi foarte simple. Dincolo de această lume, dincolo de acest univers fizic, nu sunt legi de loc. Acolo noi suntem liberi, cetățeni liberi, dar trebuie mai întâi să ajungem acolo. Atâta timp cât trăim în această lume, în corpul nostru fizic, trebuie să respectăm pe cât posibil aceste legi, ca să nu dăm de necaz. În acest fel, vehiculele noastre nu se vor strica și vom putea zbura mai repede, mai sus, fără probleme.

Deci aceste legi au fost scrise în Biblie, în Biblia voastră creștină, în Biblia budistă sau Biblia hindusă. Cele mai simple, cum ar fi: nu face rău aproapelui tău, nu ucide, să nu aveți relații extraconjugale, să nu furați, etc. Și în plus, să nu consumați substanțe toxice, acestea incluzând și drogurile de azi. Buddha probabil a știut că în secolul al 20-lea, noi vom inventa cocaina și celelalte, deci a spus fără droguri. Asta înseamnă și fără jocuri de noroc și orice lucru care face ca mintea noastră să se atașeze de plăcerile fizice, uitând astfel de călătoria spirituală.

Dacă vrem să zburăm repede, cât mai sus și fără pericole, trebuie să respectăm aceste legi, care se aseamănă cu legile fizicii. Pentru a face o rachetă să zboare, omul de știință trebuie să respecte cu precizie legile fizice. Cam atâta ar fi de spus, da? În concluzie, noi trebuie să fim și mai atenți, pentru că vrem să zburăm mai sus decât rachetele și mai rapid decât farfuriile zburătoare. Ar fi încă multe detalii care ar trebui explicate dacă sunteți interesați, dar asta se va petrece la timpul inițierii. Acum nu vreau să vă plictisesc prea mult cu aceste precepte, despre care veți spune. „Le știu, le-am citit în Biblie. Cele zece porunci, nu-i așa? Cele zece porunci.”

De fapt, mulți dintre noi am citit aceste precepte, dar nu ne-au interesat prea mult sau nu le-am înțeles prea bine. Sau poate le înțelegem cum vrem noi, nu cum au fost ele scrise. De aceea, nu strică din când în când, să ni le reamintim sau să încercăm să ascultăm la o aprofundare mai adâncă a lor, din nou. De exemplu, în Biblie, în Vechiul Testament, pe prima pagină, Dumnezeu spune: *„Am creat toate animalele ca să vă fie prietene și să vă ajute, iar voi să stăpâniți peste ele.”* Apoi mai spune că a făcut hrană pentru toate animalele, diferită pentru fiecare. Dar nu ne spune nouă să mâncăm animalele. Nu! El spune: *„Am creat toată hrana, toate ierburile câmpului și fructele pomilor, care sunt parfumate la gust și plăcute vederii. Aceasta să fie hrana voastră”*. Dar foarte mulți oameni nu dau atenție la aceste vorbe. Și astfel, mulți adepți ai Bibliei încă mănâncă carne, fără să înțeleagă adevăratul sens al cuvintelor Domnului.

Dacă vom studia mai profund, vom vedea că noi nu suntem creați pentru a fi carnivori. S-a dovedit științific că

Întregul nostru sistem digestiv - intestinele, stomacul, dinții - au fost făcute pentru o dietă vegană. Nu e de mirare că mulți oameni se îmbolnăvesc, îmbătrânesc mai repede, oboresc sau devin apatici, deși s-au născut cu atâta strălucire și inteligență. Pe zi ce trece devin mai deprimați și cu cât îmbătrânesc se simt mai rău. Aceasta din cauză că noi ne avariem singuri „vehiculul”, obiectul nostru zburător, farfuria noastră zburătoare. Prin urmare, dacă vrem să folosim acest „vehicul” timp mai îndelungat și să ne simțim mai în siguranță, atunci trebuie să avem grijă de el cum se cuvine.

Dacă avem o mașină, de exemplu, cu toții conduceți. Dacă alimentăm mașina cu benzină necorespunzătoare, ce se va întâmpla? Va merge probabil câțiva metri și se va opri. Nu trebuie să condamnăm mașina, căci este greșeala noastră. Noi am alimentat-o cu un combustibil necorespunzător. La fel, dacă benzina are apă în ea, mașina va merge pentru un timp, apoi vom avea neazuri. Sau dacă uleiul devine prea murdar și noi nu-l curățăm, atunci va merge pentru un timp, dar vom avea probleme. Uneori se întâmplă să și explodeze, dacă nu am îngrijit mașina așa cum trebuie.

În mod similar, corpul nostru funcționează ca un vehicul de care ne putem folosi pentru a zbura de aici spre eternitate, către cel mai înalt nivel al cunoașterii științifice. Câteodată însă, noi îl stricăm sau nu-l folosim pentru adevăratul lui scop. De exemplu, mașina noastră poate parcurge mulți kilometri ca să ne ducă la serviciu, la prietenii noștri sau în diferite locuri pitorești. Dar noi n-avem grijă de ea, îi punem benzină inferioară, nu avem grijă de ulei, de apă, de tot. Atunci bineînțeles că nu o să meargă nici prea mult, nici cu viteză și ne trezim că ne învârtim în cerc pe iarba din propria noastră

curte. Este în regulă și așa, dar asta înseamnă că am cumpărat mașina degeaba. Ne-am risipit banii, timpul și energia noastră. Asta este tot. Nimeni nu e de condamnat. Nici poliția n-o să vă amendeze pentru asta. Doar că ați risipit banii și mașina, când ați fi putut să călătoriți departe, să fi văzut multe lucruri și să vă fi bucurat de priveliști noi.

La fel și cu corpul nostru. Noi trăim în această lume, dar trebuie să avem grijă, căci în corpul nostru fizic se găsesc acele instrumente care ne permit să zburăm dincolo. La fel ca un astronaut, el stă în racheta lui, racheta este instrumentul lui. El trebuie să aibă grijă ca să respecte legile fizicii, ca racheta să zboare repede și sigur. Astronautul din interiorul rachetei este cel important. Racheta îl duce la destinație, dar racheta nu este obiectul principal, ci astronautul și destinația lui. Dacă o va folosi doar ca să zboare în jurul insulei Long Island, atunci va fi pierdere de timp. Va risipi banii poporului său.

Prin urmare, corpul nostru este deosebit de prețios, pentru că în el se află Maestrul. De aceea se spune în Biblie: „*Nu știți că trupul vostru este templul lui Dumnezeu și Dumnezeu se află în voi?*” Sau Duhul Sfânt, care e același lucru. Dacă noi suntem casa în care locuiește Duhul Sfânt sau Dumnezeul Atotputernic, vă dați seama ce teribil este, ce semnificație copleșitoare are? Dar mulți oameni citesc această propoziție și nu realizează măreția ei și nici nu încearcă să-i afle înțelesul. De aceea, discipolii mei, ei îmi urmează învățăturile, pentru că ei pot afla cine se află în interiorul lor, ce se află dincolo de lumea noastră, în afară de lupta zilnică pentru existență, pentru a câștiga bani, în afară de toate problemele fizice.

Înăuntru nostru, noi avem mult mai multă frumusețe, libertate și cunoaștere. Toate acestea sunt ale noastre, le avem în noi, trebuie doar să descoperim calea de a le contacta. Pur și simplu noi nu știm unde este cheia, am ținut această casă închisă atât de mult timp, încât am și uitat de comoara care zace înăuntru. Asta e tot.

Deci, așa numitul Maestru este cel care ne ajută să deschidem ușa și ne arată ceea ce ne aparține deja de la început. Dar trebuie să avem răbdare și să mergem înăuntru și să analizăm fiecare lucru care se află acolo.

Deci, eram la Nivelul Doi. Sunteți interesați să mergem mai departe? (Publicul: Da! Da!) Vreți să știți totul fără să munciți? (Maestra râde) Bine. Cel puțin cineva vă poate spune cum arată o altă țară pe care voi nu ați vizitat-o. În regulă? Cel puțin voi sunteți interesați, poate vreți să mergeți. Bine. Deci, după Nivelul Doi, de fapt n-am terminat totul despre Nivelul al Doilea, dar știți, nu putem să stăm aici toată ziua. Deci, după Nivelul al Doilea, puteți avea și mai multă putere. Dacă sunteți hotărâți și munciți pentru asta, puteți trece în al Treilea. Așa zisul al Treilea Nivel, reprezintă o treaptă mai sus.

Cel care merge în a Treia Lume trebuie să fie absolut curat de toate datoriile din această lume, cel puțin. Dacă datorăm ceva regelui acestei lumi fizice, nu putem merge mai sus. La fel, de exemplu, dacă ești un criminal care nu și-a săvârșit pedeapsa, nu poți trece granița în altă țară. Datoria din această lume include multe lucruri pe care le-am făcut întrecut, în prezent și poate în zilele viitoare ale vieții fizice. Înainte de a pleca în lumea de dincolo, toate acestea trebuie plătite, așa cum ne plătim taxele. Deci, când suntem în a Lumea a Doua,

noi începem să lucrăm cu ce a mai rămas din karma din trecut și karma pe care o creăm în viața prezentă. Pentru că fără karma din trecut, noi nu putem exista în această viață.

Maestrii sunt de două categorii. Unii fără karmă, dar care împrumută karma ca să coboare pe pământ, și alții sunt ca noi, oameni obișnuiți, dar cu karma curată. Deci, fiecare dintre noi este un potențial Maestru, un Maestru în devenire. Câteodată, Maestrul coboară de la nivelul lumilor înalte cu karma împrumută. Cum vi se pare să împrumutați karma? (Maestra râde) E posibil. E posibil.

De exemplu, înainte ca voi să veniți jos aici, voi ați mai fost în această lume și înainte. Și ați avut interacțiuni, relații, ați cunoscut oameni de ani de zile, poate de sute de ani. Apoi vă întoarceți în rai sau la casa voastră, care poate fi foarte departe, la un nivel diferit, cel puțin la Nivelul Cinci. Acolo este casa Maestrului, la Nivelul Cinci. Dar dincolo de acesta sunt multe alte niveluri.

Acum, dacă vrem să ne întoarcem pe pământ, din compasiune sau pentru că Tatăl ne trimite cu o misiune, atunci coborâm. Și datorită afinităților cu anumiți oameni din trecut, putem să împrumutăm din accontul lor, știți, karma lor. Împrumutăm numai datorii, nimic bun de la oameni, doar datorii. Împrumutăm unele datorii și apoi le plătim cu ajutorul puterii noastre spirituale, încet, încet, până ne terminăm misiunea pe pământ. Deci, acesta este un gen diferit de Maestru, da? Mai există și altă categorie, cei care sunt din această lume și care practicând devin imediat Maeștri, aici pe pământ, ca și cum ar absolvi o școală. Da. Ca la universitate, unde avem profesori și studenți care termină și devin și ei profesori

după aceea. Există profesori cu vechime mare în muncă și alții care au absolvit facultatea de curând. În mod asemănător se întâmplă și cu această categorie de Maeștri.

Acum, dacă vrem să mergem în lumea a treia, trebuie să fim absolut curați de orice urmă de karmă. Karma este legea „*ce semeni, aceea vei culege*”. De exemplu, dacă plantăm o sămânță de portocală, obținem portocale, dacă plantăm o sămânță de măr, obținem mere, aceasta este așa numita karma. În limba sanscrită, karma înseamnă cauză și retribuție. Biblia nu vorbește de karmă, dar spune „*ce seamănă omul, aceea va și secera*”, ceea ce este același lucru.

Biblia este forma concisă a învățăturilor Maestrului, și oricum și viața Lui a fost scurtă. De aceea nu avem prea multe explicații în Biblie. În plus, multe versiuni ale Bibliei au fost cenzurate, ca să satisfacă interesele așa zișilor lideri ai mișcărilor religioase, care nu au fost mereu oameni spirituali. Știți cum e, peste tot oamenii vând și cumpără, comercianți, există comercianți în toate aspectele vieții. Dar știm că Biblia adevărată este puțin diferită, ceva mai lungă, mai precisă și mai ușor de înțeles. Dar, pentru că nu dispunem de dovezi suficiente, e mai bine să nu vorbim, să nu fim acuzați de blasfemie. Deci noi putem să afirmăm numai ce putem dovedi.

Desigur că mă veți întreba: „Ne vorbiți de Lumea a Doua, a Treia și a Patra. Cum puteți dovedi existența lor?” Ei bine, pot! Pot să o dovedesc. Dacă veți merge cu mine, pe același drum, veți vedea aceleași lucruri ca și mine. Dar dacă nu, atunci nu vă pot dovedi nimic. Se înțelege de la sine. Deci, îndrăznesc să vă vorbesc despre aceste lucruri, pentru că există dovezi. Putem să o dovedim prin sute de mii de discipoli din întreaga

lume. Deci noi putem să spunem lucruri pe care le cunoaștem. Dar pentru asta trebuie să mergeți cu mine, trebuie să mergeți. Altfel, nu puteți să spuneți: „Știți, mergeți dumneavoastră în locul meu și apoi spuneți-mi ce-ați văzut și arătați-mi totul.” Așa nu pot.

De exemplu, dacă nu m-aș afla acum la Națiunile Unite, în această încăpere, oricât mi-ați povesti despre ea, nu ar avea sens pentru mine, deoarece experiența nu mi-ar aparține. E adevărat? Deci, acolo trebuie să mergem personal cu ghidul cu experiență. Sunt prezenți în această sală câțiva din discipolii mei, de diferite naționalități, care au avut aceste experiențe despre care v-am vorbit, unii parțial, alții în totalitate.

Prin urmare, după Lumea a Treia, dar tot ce v-am spus până acum nu reprezintă totul, este doar o parte din lucruri. Un fel de jurnal de călătorie care relatează totul pe scurt, fără detalii. Când citim o carte despre o țară, nu este țara în realitate. Am dreptate? În concluzie, noi avem multe cărți de călătorie despre țările lumii, dar tot preferăm să mergem noi înșine să le vedem. Așa este? Cunoaștem destule lucruri despre Spania, Tenerife, Grecia, dar acestea sunt doar informații din filme sau cărți. Trebuie să ne ducem acolo să simțim bucuria de a ne afla în asemenea locuri, să savurăm mâncarea care ni se oferă, să ne bucurăm de apa mării și vremea frumoasă, de oamenii prietenoși și întreaga atmosferă pe care nu o putem trăi sau experimenta doar citind cărți.

Acum, să presupunem că am trecut și de Lumea a Treia. Ce urmează? Bineînțeles, mergeți mai sus, în a Patra. Și aceasta este mai mult decât extraordinară. Nu putem folosi limbajul uman pentru a descrie toate aceste lucruri, de teamă că

ofensăm pe stăpânul acestei lumi. Căci această lume este așa de frumoasă, chiar dacă are și câteva părți întunecoase, mai negre decât o pană de lumină în New York. Ați trăit vreodată senzația provocată de un oraș întreg scufundat în întuneric absolut? Da! Ei bine, este mai întunecat decât atât. Este un fel de oraș interzis. Înainte de a ajunge la cunoașterea lui Dumnezeu, suntem opriți acolo. Doar cu ajutorul unui Maestru, un Maestru cu experiență, puteți trece, altfel nu veți putea găsi drumul în acea lume.

Când vom atinge diferite niveluri ale planurilor de existență, vom experimenta schimbări nu numai spirituale, dar și fizice și intelectuale. Totul se va schimba în viața noastră. Vom privi viața altfel, vom merge altfel, vom munci altfel. Chiar când muncim, munca noastră zilnică va avea o însemnătate nouă, vom înțelege de ce trebuie să avem această meserie sau de ce trebuie să o schimbăm. Vom înțelege scopul nostru în viață, nu vom mai fi neliniștiți și agitați, da! Vom aștepta răbdători ca misiunea noastră pe pământ să se termine, pentru că știm unde vom merge după aceea. O să știm încă în timpul vieții. De aceea se spune „a muri în timp ce trăiești”. Da, da! Și cred că mulți dintre voi ați mai auzit aceasta înainte, căci nu cunosc nici un maestru care o poate exprima diferit (Maestra râde), decât că trebuie să experimentăm noi înșine bucuria experiențelor interioare.

Cum ar putea cineva să descrie un Mercedes, de exemplu, diferit? Descrierile trebuie să coincidă. Oricine are un Mercedes Benz și știe ce este un Benz, cum arată, îl va descrie la fel, dar acesta nu e Benz-ul adevărat. Prin urmare, chiar dacă folosesc un limbaj obișnuit, lucrurile despre care v-am vorbit nu sunt obișnuite, ele trebuie experimentate personal,

cu muncă, cu sinceritate și sub îndrumarea unui ghid. În acest fel, este mai sigur. Altfel, șansa de a reuși singuri este de unu la un milion, este periculos, riscant, iar rezultatele nu sunt sigure.

În trecut au existat câțiva oameni care au reușit singuri, de exemplu Swedenborg sau Gurdjieff, care se presupune că au reușit să parcurgă acest drum singuri. Dar când citesc despre unii din ei, în legătură cu această muncă, n-au făcut-o fără pericole și fără o mulțime de probleme. Și apoi, nu e sigur că au atins cel mai înalt nivel.

Deci, după a Patra Lume, puteți merge într-un nivel și mai înalt. Nivelul al Cincilea este casa Maeștrilor, toți Maeștrii vin de acolo. Chiar dacă nivelul unora este mai înalt decât al Cincilea, ei stau totuși acolo. Este reședința Maeștrilor. Dincolo de acest nivel există multe aspecte ale lui Dumnezeu, care sunt foarte greu de înțeles. Mă tem să nu vă creez confuzii, așa că vi le voi dezvălui probabil altă dată sau poate după inițiere, când veți fi pregătiți puțin mai mult. Atunci vă voi spune câteva lucruri teribile despre imaginația voastră, cum greșește câteodată în interpretarea multor idei despre Dumnezeu.

Sesiunea de întrebări și răspunsuri după prelegere

Î. - Ați menționat că un Maestru poate împrumuta karma oamenilor. În acest caz, karma este ștearsă pentru acești oameni? Ce consecințe are acest lucru asupra lor?

M. - Da, desigur! Maestrul poate șterge karma oricui, dacă asta dorește Maestrul să facă. De fapt, toți discipolii, la momentul inițierii, trebuie să aibă karma din trecut anulată. Vă las doar karma prezentă, ca să vă puteți continua această viață, altfel ați muri imediat. Fără karmă nu puteți trăi aici. De aceea Maestrul trebuie să șteargă doar karma din trecut, astfel încât persoana va fi purificată și să îi lase doar o mică parte din karmă, ca să continue această viață și să termine ceea ce are de făcut. După aceasta s-a terminat. De aceea poate să plece, altfel cum ar putea? Chiar dacă este curat în această viață, cât de curat poate fi? Ce face cu karma din viețile trecute, înțelegeți?

Î. - Care este scopul practicii dumneavoastră?

M. - Care este scopul? Nu v-am spus? De a călători dincolo de această lume, de a ne întoarce la Împărăția lui Dumnezeu, de a ne cunoaște înțelepciunea și de a fi mai buni în această viață.

Î. - Și există karmă în toate lumile superioare?

M: - Nu în toate, până la Nivelul Doi, pentru că mintea noastră, creierul nostru, calculatorul, este construit la Nivelul al

Doilea. Când coborâm de-a lungul drumului până în planul fizic, să presupunem că avem o sarcină de îndeplinit, să spunem ca un exemplu, chiar și Maestrul care coboară de la Nivelul al Cincilea până la nivelul fizic al acestei lumi, trebuie să treacă prin Nivelul Doi și să-și ia un calculator și să-l fixeze ca să poată lucra în această lume. La fel ca un scafandru care se scufundă în mare. Trebuie să-și pregătească masca, tubul de oxigen, totul. Chiar dacă el nu arată așa de ridicol, când își pune masca de oxigen și costumul de scafandru, arată ca o broască. Cam așa arătăm și noi câteodată cu acest computer și neajunsurile noastre fizice. În rest, arătăm de-a dreptul minunat. Chiar dacă vă gândiți că sunteți frumoși acum, sunteți atât de urâți în comparație cu înfățișarea voastră adevărată, din cauza tuturor acestor instrumente ne sunt necesare ca să ne scufundăm adânc în această lume să putem lucra.

Deci după ce depășim Nivelul al Doilea și urcăm mai sus, trebuie să lăsăm computerul la acest nivel, pentru că numai avem nevoie de el. Ca și scafandru, când atinge țărnuțul își dă jos masca de oxigen, tot echipamentul și arată cum era înainte. Da? Bine.

Î. - Ne-ați spus că la sfârșitul celui de-al Doilea Nivel, înainte de a urca mai sus, trebuie să curățăm toată karma. Aceasta înseamnă și karma din toate viețile trecute, cea cu care intrăm în această lume?

M. - Da. Pentru că noi nu mai avem nici un „computer” ca să înregistreze ceva. Avem karmă doar atunci când avem computerul, adică mintea și creierul care au rolul de a înregistra orice experiență din lumea fizică. De aceea le avem. Bune sau rele, noi le înregistrăm aici. Asta este ceea ce numim karmă. Ce este karma, de fapt? Nimic altceva decât

experiențele și reacțiile noastre, bune sau rele, experiențele învățate de-a lungul multor vieți. Și pentru că noi avem o așa numită conștiință, noi știm că ar trebui să facem bine, dar uneori am făcut rău. Deci, aceasta numim noi karmă. Faptele rele ne trag în jos, la fel ca un balast, ca un bagaj greu, din cauza legii gravitației, ne trage în jos și ne îngreunează urcarea noastră pe munte. Deoarece în lume există o mulțime de legi morale, de tradiții și obiceiuri care diferă de la o națiune la alta, acestea ne îngădesc concepțiile noastre despre bine și rău, vinovăție și inocență. Prin urmare, când intrăm în legătură cu oamenii din această lume, vom încerca sentimente de bine sau rău, de vinovăție sau inocență, în funcție de obiceiurile, legile și tradițiile națiunii respective. Și devine un obicei că noi gândim în felul respectiv, dacă facem asta este greșit, dacă facem cealaltă suntem răi. Și toate acestea sunt înregistrate aici. Din această cauză noi transmigrăm și devenim prizonierii acestei lumi fizice sau ai unei lumi ceva mai înalte decât cea fizică, dar nu destul de înaltă. Noi nu suntem destul de liberi și nici destul de ușori ca să plutim deasupra, din cauza acestor concepții sau idei preconcepute.

Î. - Este hotărât dinainte ce nivel vom atinge în fiecare viață?

M. - Nu, noi suntem liberi să mergem mai repede sau mai încet. Da. Să luăm de exemplu mașina voastră, puneți în ea 100de litri de benzină și puteți să mergeți mai repede și să ajungeți la destinație mai repede, sau puteți să mergeți mai încet. Cum vreți voi.

Î. - Aș vrea doar să întreb, îngerii, la ce nivel se află?

M. - Îngerii? Oh! Depinde, ce fel de îngeri?

Î. - Îngerii păzitori.

M. - Ah, îngerii păzitori. Pot ajunge până la al Doilea Nivel. Îngerii sunt inferiori oamenilor, au prestigiu mai mic. Rolul lor e să ne servească pe noi.

Î. - Și ei nu depășesc niciodată acest nivel?

M: - Nu! Exceptând cazul în care pot deveni ființe umane. De fapt, ei sunt foarte invidioși pe ființele umane, pentru că Dumnezeu sălășluiește în ele. Noi avem toate facilitățile să devenim una cu Dumnezeu, dar îngerii nu. E mai complicat. Am să vă explic altă dată.

Sunt unele lucruri făcute pentru folosul nostru, deși există mai multe feluri de îngeri. De exemplu, dacă sunt făcuți de Dumnezeu, ei au rolul de a ne servi pe noi și nu ar trebui, nu trebuie să depășească acest prag. Dar ei pot. Câteodată, ceva este construit fără aranjamentul de rigoare de a se perfecționa.

De exemplu, în casa voastră, un obiect este construit pentru confortul vostru. Chiar dacă este ceva fantastic, totuși nu e decât un obiect care vă slujește. De exemplu, stați în acest loc dar puteți stinge și aprinde lumina în întreaga casă și grădină, sau puteți aprinde și stinge televizorul, pentru că voi ați inventat toate aceste aparate, doar ca să vă servească pe voi. Chiar dacă sunt mai perfecționate decât noi sub anumite aspecte, de exemplu stai într-un singur loc și poți controla întreaga casă, dar nu poți să faci așa ceva prin efortul propriu, asta nu înseamnă că sunt mai bune decât voi. Ele sunt făcute cu scopul unic de a vă servi pe voi. Chiar dacă în anumite privințe vă întrec, totuși nu sunt mai bune decât voi. Computerul nu va fi niciodată o ființă umană.

Î. - Maestră Ching Hai, aș vrea să știu - faptul că suntem într-un corp acum - asta înseamnă că noi nu am reușit să ne eliberăm din acest corp în trecut? Am fost întotdeauna în

această stare sau am fost într-o stare mai bună înainte? Care ar fi atitudinea sau starea cea mai potrivită pentru a progresa rapid?

M. - Deci, să părăsim corpul și să plecăm cât mai repede? Da, se poate, dacă știm cum. Sunt multe metode diferite de a părăsi trupul și de a merge în lumea de dincolo. Unele nu ne duc prea departe, altele ne duc foarte departe, iar unele ne duc până la sfârșit. Acesta este rezultatul cercetărilor mele pe care le-am făcut în tinerețe - chiar dacă și acum arăt tânără, atunci eram și mai tânără. Metoda noastră este cea mai bună. Ea ne duce până la cel mai îndepărtat capăt al drumului, până la sfârșit.

Sunt multe alte metode și dacă vrei, poți alege. Sunt multe pe piață, unele vă duc în lumea Astrală, altele mai departe, în lumea a Treia, chiar a Patra, dar nu sunt multe care vă pot duce până la Nivelul Cinci. Scopul metodei, a practicii noastre, este să vă ducă până la Nivelul Cinci, înainte de a vă lăsa liberi. Vă lăsăm să mergeți singuri. Dincolo de Nivelul Cinci, putem atinge diferite manifestări ale lui Dumnezeu, dar aceasta nu este întotdeauna ceva plăcut.

Noi ne imaginăm mereu că mai sus înseamnă mai bine, dar nu este întotdeauna adevărat. De exemplu, să ne imaginăm că ne aflăm într-un palat și suntem invitați în camera de oaspeți a maestrului. Noi stăm acolo și suntem serviți cu băuturi răcoritoare, mâncăruri fine și de toate. Și deodată ne gândim să mergem mai departe și în alte camere, să aruncăm o privire. Și așa ajungem în camera pentru gunoi și alte lucruri din casă. Nu e întotdeauna important. Să zicem că întâmplător intrăm în centrala electrică din spatele casei, din afara casei, și ne electrocutăm și murim. Deci, nu e întotdeauna necesar sau recomandat să mergem prea adânc în miezul lucrurilor, deși o putem face de dragul aventurii.

Î. - Am două întrebări. Prima este că dacă e să avem memorii dintr-o viață trecută, din ce nivel vin ele? Și a doua, care este legătura dintre viața trecută și karma noastră prezentă, modul nostru de înțelegere? Ele sunt o parte din „bagajul acesta în exces”?

M. Da, da. Ele sunt legate foarte mult. Prima întrebare, de unde vine karma trecută? Poți să citești înregistrarea din viața trecută, asta este sigur. Iar informațiile din viața trecută, după cum v-am mai spus, vin din registrul akashic. Acesta este un fel de bibliotecă de la Nivelul al Doilea, accesibilă tuturor celor care ajung acolo. Nu oricine poate intra în biblioteca Națiunilor Unite și să aibă acces. Eu am, de exemplu, astăzi, pentru că am fost invitată să vorbesc aici, la Națiunile Unite. Bine? Nu oricine poate intra aici, dar voi puteți, pentru că voi sunteți un fel de rezidenți aici. În mod asemănător, când avem accesul la Nivelul al Doilea, putem citi totul despre viața trecută. De asemenea, când avem acces la Primul Nivel, unii din noi putem arunca o privire în viața trecută a unei persoane. Dar acesta nu este o înregistrare foarte fidelă sau completă.

Care este legătura dintre experiențele din viața trecută și karma prezentă? Putem spune că acestea sunt experiențele pe care le-am asimilat, ca să putem face față în viața prezentă. Ceea ce ați asimilat în trecut, acum aplicați în practică. La fel, prea multe experiențe neplăcute din trecut, vă pot produce teamă când vedeți un semn foarte asemănător cu cel din viața trecută. De exemplu, în viața trecută ați căzut pe scări, a fost un accident, v-ați lovit rău, era întuneric și nimeni în jur ca să vă ajute. Acum, când coborâți scările, vă este puțin frică, în mod deosebit când este întuneric, ezitați, nu știți ce să faceți, să coborâți sau nu. Sau, dacă în viața trecută ați studiat și ați făcut cercetări într-un anumit domeniu științific, în această viață

veți fi interesați mai departe în același domeniu. Deci, veți simți o atracție către cercetare, chiar dacă nu sunteți un om de știință acum. Se întâmplă lucruri de acest fel.

De aceea Mozart a fost genial încă de la vârsta de patru ani. S-a așezat direct la pian și a devenit faimos, rămânând faimos până și azi. A fost un geniu, pentru că a practicat multe vieți înainte, până a devenit maestru, apoi a murit. Înainte de a atinge vârful carierei sale a murit și n-a vrut să-și părăsească cariera pentru că a iubit muzica. Așa că a revenit pe pământ și tot ce a învățat în trecut, toată experiența și talentul, i-au revenit și ele, datorită dorinței sale puternice de a continua, dorință avută atunci când a murit.

Unii oameni învață foarte multe lucruri în lumea Astrală sau la Nivelul Doi, înainte de a se naște din nou! De aceea sunt așa de înzestrați în știință, muzică, literatură sau fel de fel de invenții extraordinare, pe care alți oameni nu le înțeleg sau nici măcar nu visează să le inventeze. Pentru că ei le-au mai văzut și le-au studiat înainte.

Prin urmare sunt două moduri de a învăța: în această lume sau în lumea de dincolo. Aceia care sunt deosebit de dotați, geniile, ei sunt experții din lumea Astrală, din Nivelul Doi, uneori chiar al Treilea Nivel dacă ei au ales să se nască din nou. Ei sunt excelenți, sunt genii.

Î. - În mod specific, ce implică inițierea dumneavoastră și odată inițiat, în ce va consta practica de zi cu zi?

M. - În primul rând, totul este gratuit și nu vă impune nimic, însă acela care vrea să continue pe acest drum va trebui să-și impună singur anumite lucruri, dacă vrea să progreseze. Deci condițiile sunt că nu este necesar să aveți experiențe anterioare, și nici cunoștințe despre yoga sau

meditație. Dar trebuie să țineți toată viața o dietă vegană (de post). Fără ouă. Tot ce e obținut fără a ucide este în regulă.

Ouăle nu sunt permise, pentru că implică ucidere pe jumătate, chiar dacă unele sunt nefertilizate. În plus, ouăle au tendința de a atrage forțele negative. Știți, de aceea, mulți practicanți ai magiei albe sau negre, așa numiții „voodoo”, ei folosesc ouăle pentru a scoate spiritele rele din ființele posedate. Știați asta sau nu? (Cineva răspunde: da.) Știi? Oh, este fantastic! Cel puțin am o dovadă imediată, dacă nu am iluminare imediată.

La timpul inițierii veți avea experiența Luminii și Sunetul lui Dumnezeu. Muzica spiritului vă va ridica la cel mai înalt nivel de conștiință. Veți cunoaște savoarea samadhiului, pacea și bucuria profundă. Și după aceea veți continua să practicați acasă, dacă sunteți serioși. Dacă nu, eu nu vă pot forța și n-am să vă mai deranjez niciodată. Dacă însă continuați și vreți ca eu să vă ajut mai departe, atunci voi continua și eu. Dacă nu, atunci aceasta este calea. Și două ore și jumătate de meditație pe zi. Vă treziți dimineața mai devreme, meditați două ore înainte de a dormi, și poate o jumătate de oră la prânz. Aveți pauza de prânz de o oră atunci când eu nu sunt aici ca să vorbesc, deci vă ascundeți undeva și să meditați. Deci este deja o oră. Apoi seara puteți medita încă o oră sau o jumătate de oră. Dimineața puteți să vă sculați cu o oră mai devreme.

Încercați să faceți mai multă ordine în viața dumneavoastră, știți, mai puțin televizor, bîrfă, telefoane, ziare, și veți găsi astfel o grămadă de timp. Da, este adevărat, noi avem timp destul, dar câteodată îl risipim. Ca mașina care se învârteste pe loc în grădină, în loc să ne ducă la Long Island. Sunteți mulțumiți cu ce v-am spus? (Cel întrebat răspunde: da.) Nici o altă condiție pentru voi, decât că trebuie să vă

angajați la această practică toată viața. Și zilnic voi veți experimenta schimbări în bine și chiar miracole vor avea loc în viața voastră, nu pentru că le doriți, ele se vor întâmpla oricum. Înțelegeți? Veți cunoaște cu adevărat ce înseamnă raiul pe pământ, dacă practicați cu seriozitate. De aceea sute de mii de discipoli mă urmează de atâția ani, pentru că ei au experiențe tot mai bune, deoarece sunt serioși și practică.

Î. - Vă rog să explicați natura conștiinței.

M. - Natura conștiinței, bine. Este greu de explicat, dar vă puteți folosi inteligența ca să vă imaginați. Este un fel de înțelepciune, știți, care vă ajută să știți ceva mai bine decât ați știut-o înainte. Da, știți lucruri care aparțin lumii de dincolo și lucruri care aparțin acestei lumi, pe care nu le-ați cunoscut până acum, și începeți să înțelegeți multe lucruri pe care nu le-ați înțeles până nu demult sau poate niciodată. Aceasta este conștiința.

Atunci când veți deschide această conștiință sau așa zisa înțelepciune, veți înțelege cu adevărat cine sunteți, de ce sunteți aici, cine și ce se află dincolo de această lume sau în afară de lumea noastră. Sunt multe lucruri. Deci nivelul de conștiință reprezintă grade diferite de înțelegere, ca treptele unui colegiu. Cu cât înveți mai mult, cu atât știi mai multe, până când ai absolvit.

E dificil să explici ceva ce este atât de abstract, dar am încercat. E un fel de deșteptare, este dificil să explici deșteptarea. Atunci când atingeți niveluri diferite, mai înalte, ale conștiinței, gradul tău de deșteptare este diferit. Veți cunoaște și veți percepe lucrurile diferit. Veți simți pacea absolută, liniștea, binecuvântarea. Nu veți mai avea griji și totul în viața zilnică va deveni clar pentru voi. Veți ști cum să vă

rezolvați problemele și să aveți grijă de ele mai bine. Veți avea beneficii încă în timp ce vă aflați în lumea fizică. Și în interiorul vostru, ceea ce veți simți, numai voi veți ști. E dificil să explici aceste lucruri. E ca și cum vă căsătoriți cu fata pe care o iubiți - ce simțiți, numai voi știți. Nimeni nu poate simți pentru voi.

Î. - Stimată Maestră, vă mulțumim pentru învățăturile dumneavoastră. Aș dori să vă adresez o întrebare care mă preocupă în mod deosebit. De ce astăzi sunt așa de mulți Maeștri pe pământ, dându-ne șansa să învățăm așa de repede, pe când în trecut era așa de dificil? Puteți să ne vorbiți despre aceasta?

M. - Da, desigur. E pentru că în vremurile noastre mijloacele de comunicare sunt mult mai bune. Așa putem afla mai repede de existența Maeștrilor, nu că ei n-ar fi existat întrecut sau că ar fi fost inaccesibili. Desigur, unii Maeștri sunt mai accesibili decât alții. Depinde de alegerea lor, de dorința lor de a oferi sau de afinitățile cu masele largi de oameni. Dar și-atunci, în trecut, au existat întotdeauna unul, doi, trei, patru, cinci Maeștri, în funcție de necesitățile timpului. Astăzi noi suntem informați mai bine de existența lor, pentru că astăzi suntem norocoși să avem mass-media, televiziunea, radioul sau cărți care pot atinge tiraje de milioane sau sute de milioane într-un timp foarte scurt.

Pe vremuri, dacă doream să tipărim o carte, trebuia să tăiem mai întâi copacul, să-l cioplim cu unelte rudimentare care ajung „kaput” destul de repede și nu mai sunt de nici un folos, să-l lustruim cu piatra și apoi să gravăm cuvintele unul după altul. Și dacă am fi vrut să transferăm un set întreg de Biblii asta ar fi însemnat un convoi întreg, camioane mari, dacă s-ar fi

putut vorbi de așa ceva pe atunci. De aceea acum știm de existența multor Maeștri.

Da, este un noroc, este foarte bine pentru voi să aveți, să puteți cumpăra, să puteți alege ce doriți. Nimeni nu va putea să vă înșele și să spună „eu sunt cel mai bun”. Voi aveți termeni de comparație și puteți să judecați singuri, folosindu-vă de înțelepciunea și inteligența voastră: „Oh, acesta este mai bun”. Sau: „Celălalt îmi place mai mult”. „Acesta arată bine”. Sau. „Oh, acela e prea urât”. (Râsete)

Î. - Fiindcă tot ați vorbit de cumpărături, întrebarea mea pentru dumneavoastră ar fi, puteți iniția pe cineva care deja a primit inițierea de la alt Maestru?

M. - Pot, doar dacă acea persoană crede cu sinceritate că eu sunt mai capabilă să o călăuzesc către un nivel mai înalt și într-un timp mai scurt. Altfel, e mai bine să rămână cu Maestrul pe care îl are, dacă se simte atașat cu putere și crede în el. Dacă aveți credința că Maestrul vostru este cel mai bun, atunci nu-l schimbați. Dacă, însă, vă îndoiiți și încă nu aveți Lumina și Sunetul de care v-am vorbit, atunci puteți încerca. Da, pentru că Lumina și Sunetul este etalonul cu care se măsoară un Maestru adevărat. Îmi pare rău să o spun, dar cel care nu este capabil să vă dea Lumina și Sunetul imediat, acela nu este un maestru adevărat. A merge spre rai, înseamnă să fii echipat cu Sunet și Lumină.

Așa cum pentru a vă scufunda în mare aveți nevoie de costum și mască de oxigen. Fiecare lucru cu rostul lui. De aceea vedeți că toți sfinții au un cerc de lumină deasupra capului. Acea este Lumina. Când veți practica această metodă veți radia aceeași Lumină ca în picturile cu Iisus, și oamenii pot să o vadă, cei ce sunt medii bune pot să o vadă. De aceea Iisus

și Buddha sunt pictați cu un cerc de Lumină în jurul lor. Dacă sunteți deschiși – Maestra arată punctul din mijlocul frunții - veți putea vedea practicanții de un nivel înalt, radiind Lumină. Mulți oameni o pot vedea. A văzut cineva dintre cei care sunteți aici? Dumneavoastră? Ce ați văzut?

Î. - Pot vedea aura, aura...

M. - Da, dar aura este diferită de Lumină. Aura are diferite culori, câteodată este neagră sau de culoarea cafelei, altă dată este galbenă sau roșie. Depinde de temperamentul persoanei la acel moment. Dar dacă întâlniți o persoană cu o aură spirituală puternică, vă dați seama că este cineva deosebit. În regulă?

Î. - Eu nu am de fapt o întrebare. Doar că am practicat raja yoga pentru un timp. Și la timpul acela puteam vedea astfel de aure, deși nu știam prea multe atunci, nu înțelegeam prea multe.

M. - Și acum nu le mai vezi? Sau le vezi doar câteodată?

Î. - Nu, acum nu mai meditez.

M. - Oh, de aceea, ți-ai pierdut puterea. Ar trebui să meditezi din nou. Dacă încă crezi că acesta este drumul, trebuie să meditezi. Asta te va ajuta într-o anumită măsură, în orice caz, nu-ți va face rău. Bine?

Î. - Am citit în cartea dumneavoastră că sunt cinci precepte. După inițiere trebuie să păstrăm aceste precepte?

M. - Da, da, da. Acestea sunt legile universului.

Î. - Nu înțeleg „conduita sexuală greșită”.

M. - Înseamnă, dacă ai deja un soț, nu te mai gândi și la al doilea. (râsete) Foarte simplu. Păstrează-ți viața cât mai simplă, fără complicații, certuri din emoții. Da. Acestea cauzează dureri sentimentale pentru ceilalți. Noi nu-i rănim pe alții, nici măcar emoțional. Asta voiam să spun. Încercăm să evităm

conflictele, suferințele, emoțiile, să nu facem pe nimeni să sufere, în special pe cei pe care îi iubim, asta este tot.

Dacă ai deja pe cineva, nu-i spune. Doare și mai tare când îi spui. Doar rezolvă-ți singur problema, încet și în tăcere, fără să te confesezi. Câteodată, oamenii cred că dacă au o aventură extraconjugală și merg acasă și se confesează soțului sau soției, atunci este foarte cinstit și înțelept. N-are nici un rost. Nu e bine. Ai făcut deja greșeala, de ce să aduci tot gunoiul în casă și să lași ca alții să se bucure de el? Dacă nu va ști nimic, nu va suferi așa de rău. Faptul de a ști este dureros. Deci, noi încercăm să rezolvăm această problemă și să nu o mai repetăm niciodată, asta este. Este mai bine să nu-i spunem partenerului despre toate acestea, ca să nu-l rănim.

Î. - Am observat că mulți Maeștri spirituali au un simț dezvoltat al umorului. Care este legătura dintre umor și practica spirituală?

M. - Oh, înțeleg întrebarea. Cred că se simt fericiți, relaxați și cu inima deschisă către orice. Ei pot să râdă de ei înșiși sau de alții, de lucrurile ridicole ale vieții, în timp ce oamenii le iau prea în serios și sunt atașați de ele prea mult.

După ce practicăm o perioadă de timp, ne „relaxăm”, nu mai suntem așa de serioși. Dacă murim mâine, murim, dacă trăim, trăim. Dacă pierdem totul, atunci pierdem totul, dacă câștigăm totul, atunci câștigăm totul. Da, după iluminare noi avem destulă înțelepciune, ca să ne purtăm de grijă în orice situație. Nimic nu ne mai sperie. Ne pierdem frica, neliniștea sau nerăbdarea. De aceea suntem relaxați. Ne simțim detașați de această lume. Orice pierdem sau câștigăm în această lume, nu mai contează pentru noi. Dacă câștigăm o mulțime de lucruri este doar pentru binele oamenilor, noi le oferim lor, și spre binele celor pe care-i iubim. Altfel, noi nu

mai considerăm că noi sau viața noastră este așa de importantă încât să trecem prin toate luptele și suferințele pentru a o păstra. Dacă o păstrăm, e bine și așa. Dar asta nu înseamnă că stăm în pat toată ziua, suntem bătuți în cuie în pat, și medităm. Dimpotrivă, muncim.

De exemplu, și eu continui să muncesc. Pictez, fac lucru de artizanat, ca să-mi câștig existența. Nu vreau să primesc donații de la nimeni. Chiar am un câștig destul de bun să ajut și pe alții. Ajut refugiații, victimele dezastrelor și toți cei la nevoie. De ce să nu lucrăm? Noi avem așa de mult talent și abilități, iar viața este așa de ușoară pentru noi după iluminare, încât simțim că nu trebuie să ne facem griji. Noi ne relaxăm în mod firesc. Așa se naște simțul umorului. Mă gândesc că așa este.

Găsiți că eu am simțul umorului? (Publicul: Da, da!) (Râsete și aplauze) Atunci poate că sunt și eu un fel de maestru, nu? (Râsete) Să sperăm, pentru binele vostru, n-ați pierdut două ore din timpul vostru doar ca să ascultați la o persoană neiluminată.

Î. - Sunt întrebări pe care noi, în căutarea sufletului, ni le punem mereu și primim în schimb fel de fel de teorii și povești, deci aș vrea să vă întreb ce părere aveți dumneavoastră. Prima este: Cine suntem noi? Cine sunt eu? Cum am ajuns în situația neplăcută că trebuie să mă întorc Acasă? Cum de am părăsit Casa și de ce este așa de important să mă întorc? Ați vorbit despre întoarcerea la Nivelul Cinci și că nu este important să mergem mai departe. Dacă există și un punct mai îndepărtat, care este scopul lui? Ce relație există între acest punct și mine ca să nu fie necesar să mă întorc la el? Acestea sunt întrebările mele.

M. - Începe să devină chiar distractiv acum. (Râsete și aplauze) În ceea ce privește întrebarea „Cine sunt eu?”, poți merge să întrebi unul din maeștrii Zen, care sunt din abundență în statul New York. Poți să te uiți în paginile aurii și să găsești unul (râsete). Eu nu sunt specialistă în așa ceva.

A doua este: „De ce mă aflu aici?” Poate pentru că îți place să fii aici. Altfel, cine ne-ar forța să stăm aici, câtă vreme suntem copiii lui Dumnezeu? Așa numiții copii ai lui Dumnezeu sunt chiar Dumnezeu Însuși. Nu? Un prinț este asemenea regelui, în unele aspecte, este mai mult sau mai puțin ca regele, este chiar viitorul rege. Deci el se va afla într-un loc anume numai dacă îi place să fie acolo. Oricum, noi avem liberul arbitru de a alege între a fi în ceruri sau în altă parte, pentru a avea propriile noastre experiențe. Probabil că dumneavoastră ați ales de la început, cu mulți ani în urmă, să fiți aici, ca să învățați ceva într-un mediu mai aventuros, ceva mai înfricoșător, mai teribil. Unora le plac experiențele primejdioase.

De exemplu prințul, el poate să rămână în palat, dar poate cutreiera și în junglă, pentru că îi place mult să exploreze tot ce există în natură. Se poate întâmpla și așa. Poate că noi am fost așa de plictisiți în rai, unde totul era gata făcut și servit la porțile palatului, încât am simțit nevoia să facem ceva noi înșine. La fel ca cei din palatul regal. Câteodată vor să gătească ei singuri, nu mai vor servitori prin preajmă. Și se murdăresc de ulei și de ketchup peste tot, dar le place. Nu arată prea regal, dar lor le place.

De exemplu, sunt oameni care conduc mașina pentru mine. Oriunde merg, oamenii doresc să fie șoferii mei. Dar câteodată îmi place să conduc eu însămi. Îmi conduc tricicleta mea electrică, fără benzină, cu baterie care se încarcă la priză, zece kilometri pe oră. Și îmi place să merg așa. Pentru că

oriunde mă duc, oamenii mă cunosc, și câteodată simt nevoia să merg undeva unde nu mă cunoaște nimeni. Sunt foarte rușinoasă, cu excepția cazului în care trebuie să țin un discurs, căci aceasta a devenit o datorie de când oamenii m-au scos la iveală și m-au făcut faimoasă și până astăzi. Nu pot să mă ascund prea des, dar câteodată tot fug pentru două sau trei luni. La fel ca o soție alintată, care fuge de soțul ei. Deci aceasta este alegerea mea.

Probabil că voi ați ales să fiți aici pentru un timp. Și poate acum e timpul să plecați pentru că ați învățat destul în această lume și simțiți că nu mai este nimic ce să învățați aici și sunteți oboseți de călătorie. Vreți să vă odihniți. Mergeți Acasă, odihniți-vă întâi, apoi vedeți dacă mai vreți să plecați din nou într-o călătorie aventuroasă. E tot ce vă pot spune acum.

Și de ce trebuie să mergeți Acasă? De ce al Cincilea și nu al Șaselea? Asta depinde de voi. După al Cincilea puteți merge oriunde doriți. Sunt mult mai multe niveluri mai sus. Dar este mult mai confortabil și mai neutru să rămâneți acolo. Este prea puternic mai sus. Puteți merge pentru o perioadă de timp, dar poate n-o să vreți să rămâneți acolo.

De exemplu, aveți o casă frumoasă și o parte din camere sunt destinate odihnei. Dar totuși, voi nu vreți să vă odihniți acolo pentru totdeauna, chiar dacă este în afara casei voastre. Este ca și cum ne urcăm pe deal, cu cât urcăm mai sus, cu atât peisajul devine mai frumos, dar totuși, nu este locul potrivit pentru a ne odihni. Același lucru când intrați în camera unde se află centrala electrică a locuinței voastre - e zgomot, căldură mare și e periculos. Deci, nu v-ar place să stați acolo, chiar dacă e un loc folositor pentru casa voastră. Asta e tot.

Există multe aspecte ale lui Dumnezeu pe care nici nu ni le putem imagina. Noi ne imaginăm mereu că pe măsură ce ajungem mai sus, vom găsi mai multă iubire. Sunt însă multe feluri de iubire, există iubire violentă, iubire puternică, îngăduitoare sau neutră. Depinde cât putem noi să suportăm. Dumnezeu ne va da grade diferite de iubire. Așa este. La niveluri diferite vom întâlni grade diferite de iubire. Dar câteodată e foarte puternică, simțim că ne rupem în fășii.

Î. - Văd atâta distrugere în jurul meu, distrugere ecologică și cruzime. Cruzime față de animale. Mă întreb ce părere aveți despre aceasta și ce le recomandați celor care încearcă să se elibereze de lumea aceasta într-o manieră spirituală, pentru a-i ajuta să facă față mediului și devastării care se petrece în jurul lor? Și credeți că trecerea în lumea de dincolo este suficientă pentru a ne da seama ce lășăm în urmă sau credeți că avem datoria de a încerca să alinăm suferințele, încă în timp ce ne aflăm în planul acesta? Va aduce vreun bine?

M. - Da. Sigur că merită. Cel puțin pentru noi, pentru conștiința noastră, să fim cu cugetul împăcat că am încercat totul pentru a ușura suferințele semenilor noștri. Și eu fac la fel. Am făcut-o, o fac și o voi face.

V-am spus deja că banii noștri sunt distribuiți diferitelor organizații sau țări, unde au avut loc dezastre. Nu vreau să mă mândresc cu asta, dar pentru că întrebați, de exemplu, anul trecut am ajutat insulele Filipine, datorită dezastrului provocat de erupția vulcanului Pinatubo. Am ajutat apoi victimele inundațiilor din Au Lac, China și alte țări. Și acum încercăm să ajutăm refugiații din Au Lac, pentru a ușura efortul Națiunilor Unite, în cazul în care vor să primească ajutorul nostru. Deci noi încercăm. Noi le oferim suportul nostru

financiar și putem chiar să le asigurăm adăpost, dacă ONU ne permite să o facem, deci cu binecuvântarea ONU.

Deci și noi facem toate aceste lucruri despre care ați întrebat, deoarece atâta timp cât suntem aici, ar fi bine să păstrăm mediul înconjurător cât mai curat posibil. Prin urmare, noi îi ajutăm pe cei ce suferă și ajutăm la ridicarea standardului lumii, moral, fizic și spiritual. Pentru că unii nu acceptă ajutorul meu spiritual, atunci eu le ofer ajutorul fizic. Așa vor ei, așa îi ajutăm. Deci, asta facem și pentru asta trebuie să câștig bani. De aceea eu nu vreau să trăiesc din donațiile oamenilor.

Toți călugării și discipolii mei trebuie să muncească, la fel ca și voi. Apoi, în afară de aceasta, noi ajutăm și pe plan spiritual, ajutăm în ceea ce privește suferința lumii, ajutăm la eliberarea lumii de suferință. Trebuie să facem aceasta. Nu înseamnă că noi stăm toată ziua în samadhi și ne bucurăm numai noi. Am fi un fel de Buddha egoist și nu dorim să avem printre noi așa ceva. (Râsete)

Î. - Ne-ați spus că la un anumit nivel suntem conștienți de puterile noastre, care vin din această stare de conștiință. Acum, ce se întâmplă dacă suntem conștienți de aceste puteri, dar nu știm dacă noi le avem sau nu? S-ar putea să avem doar impresia că le avem. Cum putem să le accesăm? Și dacă avem acces la ele, cum să facem să nu devenim nerăbdători cu tot ce se întâmplă în jurul nostru? Vedeți, cum putem să lăsăm totul să se desfășoare atât de lent, când știm că prin rugăciune sau alte metode putem ajunge la rezultate mult mai bune și mai rapide? Cum se explică fenomenul și în ce fel se poate ajunge la aceste puteri, alături de binecuvântarea care decurge din ele? Întelegeți ce vreau să spun?

M. - Înțeleg, înțeleg. Vreți să spuneți: Cum să avem răbdare să suportăm un sistem birocratic și așa de lent, când știm că avem puterea să schimbăm lucrurile? Cum să ai răbdare și să nu schimbi lucrurile, așa? Sau nu este mai bine să ne rugăm sau să facem ceva magie sau doar să arătăm cu degetul și lucrurile să se schimbe? Nu, eu am răbdare pentru că trebuie să lucrăm în ritmul acestei lumi, pentru a evita haosul. Da.

De exemplu, un copil nu poate să fugă. Doar pentru că tu te grăbești și vrei să alergi, asta nu înseamnă că trebuie să faci copilul să se împiedice și să cadă. Deci trebuie să fim răbdători. Chiar dacă noi avem puterea să alergăm, vom merge la pas cu copilul. De aceea și eu, uneori, am sentimente de frustrare și nerăbdare, însă trebuie să învăț singură să am răbdare. De aceea trebuie să merg și să-mi plec capul, de la un președinte la altul, chiar dacă suportul financiar vine din partea noastră. Noi vom da tot ce avem, milioane de dolari, miliarde chiar. Dar trebuie să trecem prin sistemul birocratic. Să dăm Cezarului ce este al Cezarului.

Nu am de gând să folosesc puterile magice, să dau din cap sau să arăt cu degetul, pentru a face lucrurile să meargă. Nu, nu. Folosind puterile magice vom produce numai dezastre în lume. Lucrurile trebuie să se desfășoare normal, natural. Lucrurile trebuie să-și urmeze cursul lor firesc. Dar noi le putem ridica conștiința oamenilor prin tămăduirea lor spirituală, prin înțelepciune și înțelegere spirituală. Să le dați cunoștințele pe care ei să fie dispuși să le aplice și cooperați cu ei. Aceasta este cea mai bună soluție, nu folosirea puterilor magice. Eu nu folosesc niciodată în mod intenționat puterea magică, în nici o împrejurare a vieții. Dar miracolele se întâmplă în jurul celor care practică. Este foarte natural, dar nu intenționat. Nu încercați să forțați lucrurile. Nu este bine.

Copilul nu poate alerga. Sunteți satisfăcut de răspunsul meu?

Dacă nu înțelegeți vreunul din răspunsurile mele, spuneți-mi și pot să vă dau explicații suplimentare. Am însă convingerea că sunteți oameni foarte inteligenți, fiind aleșii și trimișii națiunilor de pe întreg globul. De aceea nici eu nu dezvolt prea mult subiectele.

Este foarte bine că avem Națiunile Unite, trebuie să spun lucrul acesta, pentru că a venit vorba. Da, da. Putem, astfel, să eliminăm multe din conflictele și războaiele lumii, chiar dacă nu le putem opri pe toate. Am citit cărțile voastre despre Națiunile Unite. Toată lumea face parte din Națiunile Unite. Și am văzut o parte din munca depusă aici. Apreciez efortul și eficiența în salvarea prizonierilor, acolo unde alți oameni sau puterile lumii nu reușesc, dar un singur comisionar al Națiunilor Unite a putut. Da, și multe alte probleme, cum sunt dezastrelor sau refugiații.

Aveți aproape 12 milioane de refugiați, ceea ce înseamnă o mare responsabilitate. Nu? E un volum de lucru enorm la care se mai adaugă războaiele și altele. E într-adevăr bine că avem Națiunile Unite, da! E foarte bine.

Î. - Vă mulțumim, Maestră Ching Hai, pentru că ne împărtășiți din înțelepciunea dumneavoastră. Am și eu o întrebare. Este vorba de creșterea vertiginoasă a populației globului și problemele care o însoțesc: abuzul ecologic și cererea tot mai mare de hrană. Vreți să comentați puțin pe această temă? Este aceasta o karmă a lumii? Sau va ajunge să creeze un fel de karmă în viitor?

M. - Să avem mai mulți oameni în această lume este de asemenea un lucru bun. De ce nu? Mai multă aglomerație, mai mult zgomot, mai multă veselie. Nu? (Râsete). Nu este faptul că

noi suntem suprapopulați. Doar că nu ne-am răspândit uniform. Oamenii se strâng de regulă în anumite regiuni și nu vor să se mute în altă parte. Asta este tot. Avem așa de mult pământ pe care nu-l folosim. Multe insule virgine, platouri care au doar păduri și nimic altceva. Dar oamenilor le place să stea în New York, de exemplu (râsete) pentru că sunt mai multe distracții aici. Dacă un guvern ar fi în stare să creeze locuri de muncă și industrie în diferite ținuturi, oamenii ar merge acolo să lucreze. Ei stau doar în anumite locuri, pentru că e mai ușor să găsească de lucru și e mai sigur. Dacă și în alte locuri ar exista siguranță, securitate și locuri de muncă, oamenii ar merge acolo să locuiască. Ar merge pentru o viață mai bună. E foarte natural.

Deci, nu trebuie să ne facem griji din cauza suprapopulației. Ar trebui să fim mai bine organizați, pentru a le putea oferi oamenilor mai multe posibilități de muncă, de locuit și siguranță. Atunci peste tot va fi la fel. În acest fel, nu vom fi niciodată supra-aglomerati.

Cu privire la hrana pe glob, ar trebui să fiți mai la curent decât mine. Asta pentru că în America aveți atât de multe informații despre cum trebuie păstrată lumea. Alimentația vegană este unul din cele mai bune mijloace de a păstra resursele lumii, de a hrăni întreaga populație, pentru că în prezent noi risipim o mulțime de hrană vegetală, energie, electricitate și medicamente, pentru creșterea animalelor, când am putea în schimb să-i hrănim direct pe oameni. Multe țări din lumea a treia își vând produsele vegane bogate în proteine pentru un preț de nimic. Acesta nu este un ajutor pentru populația celorlalte țări ale lumii. Dacă am repartiza hrana în mod egal - și dieta vegană ajută la îndeplinirea acestui lucru - atunci, va fi suficientă nu numai pentru noi, nu numai pentru animale, dar chiar pentru întreaga lume.

Cercetările științifice care s-au publicat în reviste, arată că dacă toți oamenii ar fi vegani, n-ar mai exista foamete în lume. Dar pentru aceasta trebuie să ne organizăm. Cunosc pe cineva care poate face din tărâțe de orez, alimente nutritive și chiar lapte. Am stat de vorbă cu el despre aceasta. Spunea că a cheltuit aproape trei sute de mii de dolari și că a putut hrăni șase sute de mii de oameni în Ceylon - săraci și subnutriți. Da, a fost fantastic. Ceea ce duce la risipirea resurselor naturale este felul în care se procedează în multe părți ale lumii, și nu că nu am avea destul. Dumnezeu nu ne-a adus aici ca să murim de foame. De fapt, noi ne înfometăm singuri.

Deci, trebuie să ne gândim din nou, să reorganizăm totul, dar aceasta necesită aprobarea guvernelor din multe țări. Ele trebuie să ne protejeze cu o onestitate absolută, sinceritate și demnitate în tot ceea ce fac, să servească oamenii, nu propriile lor interese. Dacă am avea această binecuvântare din partea guvernelor, înțelegeți, cu siguranță că nu am avea probleme. Nici o problemă.

Ne trebuie conducători buni, o organizare economică bună, talente bune și guverne cinstite. Dar aceasta va veni mai rapid când oamenii se vor spiritualiza. Atunci vor cunoaște disciplina și preceptele. Atunci vor ști cum să fie onești și curați, vor ști cum să-și folosească înțelepciunea. Atunci vor putea să se gândească la multe lucruri care trebuie făcute și să reorganizeze viețile noastre.

Î. - Acest lucru pare să fie foarte greu de înfăptuit, pentru că, din câte văd, din câte înțeleg eu, cea mai mare parte a abuzului ecologic de astăzi este legat de creșterea populației, a cererii tot mai mari de spațiu vital, pentru case, pentru a trăi în stilul secolului al XX-lea.

Să luăm, de exemplu, junglele din Brazilia și abuzul ecologic care se săvârșește acolo. Distrugerea pădurilor tropicale, pământul este defrișat și asta are ca rezulta inundațiile, și toate acestea nu sunt străine de problema suprapopulației.

M. - Da, toate se leagă una de alta în această lume. Și singura soluție este de a rezolva problema de la rădăcină, nu de la crengi. Iar rădăcina este stabilitatea spirituală. Înțelegeți? (Aplauze)

Deci, tot ce avem de făcut este să răspândim mesajul spiritual, ceea ce știm noi, și să păstrăm o disciplină spirituală pe care de regulă oamenii nu o au. E perfect dacă vreți să folosiți acea mașina electrică pentru a vedea ceva lumină, să auziți ceva muzică și să intrați în samadhi. Dar dacă nu aveți o disciplină morală, veți folosi toată puterea numai în scopuri negative, nu veți putea să o controlați.

De aceea, noi, în acest grup, noi păstrăm, noi îi învățăm pe oamenii mai întâi să păstreze preceptele. Ele sunt foarte importante. Trebuie să știm încotro mergem și cum să ne folosim Puterea. Puterea n-are nici un folos fără iubire, compasiune și înțelegerea corectă a valorilor morale. Devine un abuz, magie neagră. De aici vine magia neagră.

Prin urmare, este ușor să capeți iluminarea, dar este greu să o păstrezi. Pe calea noastră, dacă nu sunteți cu adevărat disciplinați și bine echipați moral, Maestra vă va lua o parte din Puterea voastră, ca să nu abuzați de ea și să faceți rău societății. Aceasta este diferența. Maestra are controlul. Puterea Maestrei, Puterea Maestrei, bine?

Sunt foarte mulțumită de întrebările inteligente pe care mi le puneți. Foarte inteligente.

Vedeți, oamenii fac toate aceste lucruri pentru că nu au destulă înțelepciune, de exemplu folosesc terenurile abuziv,

după cum ați menționat sau fac anumite lucruri pentru că le lipsește înțelepciunea. Prin urmare, rădăcina tuturor lucrurilor este înțelepciunea, practica spirituală. Obțineți iluminarea!

Vă mulțumesc pentru atenție, numai bine!

„Inițierea nu este o inițiere cu adevărat ..., voi veniți aici și mă lăsați pe mine să vă ajut ca voi să vă ajutați singuri. Eu nu am venit aici să fac din voi discipolii mei, am venit să vă ajut să deveniți Maeștri”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Toată lumea știe deja cum să mediteze, numai că voi meditați la ce nu trebuie. Unii meditează la fete frumoase, unii meditează la bani, unii meditează la afaceri. De fiecare dată când dați atenție totală, din toată inima, la un lucru, aceea este meditația. Eu dau atenție numai la Puterea din interiorul meu, la Compașiunea, la calitățile pline de Iubire și Milă ale lui Dumnezeu”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Inițierea înseamnă începutul unei vieți noi, într-un ordin nou. Înseamnă că Maestra v-a acceptat pe voi să deveniți una din ființele din cercul de Sfinți. De atunci încolo, voi nu mai sunteți deloc o ființă obișnuită, voi sunteți elevați. În timpurile vechi, ei îl numeau „botez” sau „a te refugia în Maestru”.

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

Inițierea în Metoda Quan Yin

Maestra Supremă Ching Hai inițiază persoanele sincere care doresc să cunoască Adevărul în Metoda Quan Yin. Termenul chinezesc de „Quan Yin” înseamnă contemplația la sunetul vibrator. Metoda implică meditația cu ambele, Lumina și Sunetul din interiorul nostru. Aceste experiențe spirituale au fost descrise repetat în literatura spirituală a tuturor religiilor lumii încă din timpurile vechi.

De exemplu, Biblia creștină spune că: ***„La început a fost Cuvântul și Cuvântul a fost Dumnezeu și Cuvântul a fost cu Dumnezeu.”*** (Ioan 1:1). Acest Cuvânt este Sunetul din interior. A mai fost numit Logosul, Shabd, Tao, Izvorul Sunetului, Naam sau Muzica Cerească. Maestra Ching Hai spune: *„Acesta vibrează în tot ce conține viață și susține întregul univers. Această melodie din interior poate vindeca toate rănilile, poate împlini toate dorințele și potoli toată setea lumii. Este tot numai putere și iubire. Pentru că noi suntem făcuți din acest Sunet, contactul cu el ne aduce pace și satisfacție în inimile noastre. După ce ascultăm la acest Sunet, întreaga noastră ființă se schimbă și întreaga noastră înfățișare va fi schimbată în mai bine.”*

Lumina din interior, Lumina lui Dumnezeu, este aceeași lumină la care se referă cuvântul „iluminare”. Intensitatea ei poate varia de la o strălucire subtilă până la strălucirea a milioane de sori. Prin Lumina și Sunetul din interior noi îl vom cunoaște pe Dumnezeu.

Inițierea în Metoda Quan Yin nu este un ritual ezoteric sau o ceremonie de aderare la o religie nouă. În timpul inițierii, sunt date instrucțiuni specifice despre meditația cu Lumina și Sunetul din interior, iar Maestra Ching Hai va oferi *„transmiterea spirituală”*. Prima gustare a Prezenței Divine este

dată în tăcere. Maestra Ching Hai nu trebuie să fie prezentă în persoană ca să deschidă această poartă pentru voi. Această transmitere este o parte esențială din metodă, tehnica ca atare va aduce puține beneficii fără grația Maestrei.

Acest eveniment este numit uneori „*iluminare imediată*” sau „*dintr-o dată*” pentru că veți auzi Sunetul din interior și veți vedea Lumina din interior imediat după inițiere.

Maestra Ching Hai acceptă pentru inițiere persoane de toate felurile și credințele religioase. Nu trebuie să vă schimbați religia actuală sau credința. Nu veți fi întrebați să vă alăturați nici unei organizații sau să participați la ceva care nu se potrivește stilului de viață actual. Totuși, vi se va cere să deveniți vegetarieni. Promisiunea de a menține un regim vegetarian pe viață este o cerință pentru a primi inițierea.

Inițierea este oferită gratuit.

Practica zilnică a Metodei de meditație Quan Yin și păstrarea celor **Cinci Precepte** sunt singurele cerințe după inițiere. Preceptele sunt îndrumări care vă vor ajuta să nu vă răniți pe voi sau celelalte ființe vii din jurul vostru. Practica zilnică vă va adânci și fortifica experiențele inițiale de iluminare și vă va da posibilitatea să atingeți cel mai înalt nivel al Deșteptării Spirituale sau nivelul lui Buddha. Fără practica zilnică, veți uita cu siguranță de iluminare și vă veți reîntoarce la nivelul normal de conștiință.

Țelul Maestrei Supreme Ching Hai este să ne învețe să fim independenți. Deci Ea predă o metodă care poate fi practică de oricine, singuri, fără ritualuri sau procesiuni. Ea nu caută oameni care să o urmeze sau să o slujească, nu caută discipoli sau să stabilească o organizație cu cotizație de membru. Ea nu acceptă bani, prosternări sau cadouri, deci nu este nevoie să-i oferiți aceste lucruri.

Ea va accepta numai sinceritatea voastră din viața de zi cu zi și din practica meditației, ca să progresați pe urmele sfințeniei.

Cele Cinci Precepte

- 1. Să te abții de la a lua viața ființelor cu conștiință.****
- 2. Să te abții de la a vorbi ceea ce nu este adevărat.***
- 3. Să te abții de la a lua ceea ce nu-ți aparține.***
- 4. Să te abții de la comportamentul sexual greșit.***
- 5. Să te abții de la folosirea intoxicanților. *****

* Acest precept cere aderarea strictă, pe viață, la un regim vegan (de post), fără nici un fel de produs de origine animală (lactate, carne, pește sau ouă fertilizate sau nefertilizate).

** Acest precept presupune evitarea tuturor otrăvurilor de orice fel, precum alcoolul, drogurile, tutunul, jocurile de noroc, pornografia și filmele și literatura excesiv de violente.

„O persoană complet divină este o ființă umană deplină. O ființă umană deplină, este o persoană complet divină. Acum, noi suntem ființe umane pe jumătate. Noi facem totul cu ezitare, noi facem lucruri cu egoul. Noi nu credem că Dumnezeu a aranjat totul pentru bucuria noastră, pentru experiența noastră. Noi separăm păcatul de virtute. Noi dăm importanță la toate și în acord cu aceasta ne judecăm pe noi și pe ceilalți. Noi suferim de pe urma propriilor limite în legătură cu ce ar trebui Dumnezeu să facă. Înțelegeți? În realitate, Dumnezeu este în interiorul nostru și noi îi punem limite. Nouă ne place să ne bucurăm de noi și să ne distrăm, dar nu știm cum. Noi le spunem la ceilalți mereu: „Ah, nu ar trebui să faci asta”. Și ne spunem și nouă: „Nu ar trebui să fac asta, ar trebui să fac așa. Deci de ce să fiu vegan?” Da, știu. „Eu sunt vegană pentru că Dumnezeul din mine o dorește.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Atunci când suntem puri în faptele, vorbele și gândurile noastre, chiar și pentru o secundă, toate ființele cerești, toți zeii și toți îngerii gardieni ne vor ajuta. La momentul acela, tot universul ne aparține și ne ajută, și tronul este acolo pentru noi ca să dominăm pe el.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

Beneficiile regimului vegan

Angajamentul de a ține toată viața un regim vegan (de post) este o condiție necesară pentru a primi inițierea în Metoda Quan Yin. Toate alimentele provenite din plante sunt permise în acest regim, dar orice produs provenit din surse animaliere, inclusiv ouăle, sunt interzise. Sunt multe motive pentru aceasta, dar cel mai important vine de la Primul Precept, care ne spune să ne abținem să luăm viața ființelor însuflețite sau „***Abține-te să ucizi***”.

A nu ucide sau a nu răni creaturile din jurul nostru este evident în folosul lor. Mai puțin evident este faptul că a ne abține de a răni pe cineva este în egală măsură și în avantajul nostru. De ce? Din cauza legii karmei: „***Ce semeni, aceea vei culege***”. Când ucizi sau îi faci pe alții săucidă pentru a-ți satisface pofta pentru carne, îți creezi datorii karmice, și aceste datorii trebuie plătite la urma urmei.

Prin urmare, în adevăratul sens, a păstra o dietă vegană este un dar pe care ni-l oferim noi singuri. Ne vom simți mai bine, calitatea vieții noastre se va îmbunătăți pe măsură ce greutatea datoriei karmice se va diminua, și ni se oferă accesul spre noile realități subtile și divine ale experienței noastre lăuntrice. Se merită pe deplin prețul mic pe care îl plățiți! Argumentele spirituale împotriva mâncatului cărnii sunt convingătoare pentru unii oameni, dar există și alte motive evidente pentru a fi vegan. Toate își au originea în felul firesc de a trăi, ele sunt în legătură cu sănătatea noastră și modul de alimentație,

ecologia și mediul, etica și suferința animalelor, foamea din lume.

Sănătatea și alimentația

Studiile făcute asupra evoluției speciei umane ne arată că strămoșii noștri au fost vegani de la natură. Structura corpului uman nu este potrivită pentru mâncatul cărnii. Acest lucru a fost demonstrat de Dr. G. S. Huntingen de la Universitatea Columbia, în lucrarea sa de anatomie comparată. El a arătat că toate carnivorele au intestinul mic și mare mai scurt, intestinul lor gros fiind drept și neted. În contrast, animalele ierbivore au ambele intestine - subțire și gros - mai lungi. Din cauza conținutului scăzut în fibre și din cauza densității mari de proteine din carne, intestinele nu au nevoie de mult timp pentru absorbția hranei, prin urmare, intestinele carnivorelor sunt mai scurte decât cele ale ierbivorelor.

Și la oameni - asemenea tuturor animalelor ce se hrănesc cu plante - intestinul subțire și cel gros sunt lungi. Împreună, intestinele noastre au aproximativ opt metri și jumătate lungime. Intestinul subțire este îndoit de mai multe ori, iar pereții sunt încrețiți și nu netezi. Pentru că intestinele noastre sunt mai lungi decât cele ale carnivorelor, carnea pe care o mâncăm stă în intestinele noastre un timp mult mai lung. Drept consecință, în această perioadă de timp carnea începe să putrezească și să creeze toxine. Aceste toxine se presupune a fi cauza cancerului de colon, de asemenea, ele sporesc efortul ficatului, care are funcția de a elimina toxinele. Aceasta poate declanșa ciroze sau chiar cancerul hepatic.

Carnea conține multe proteine urokinazice și uree, care

îngreunează activitatea rinichilor și le poate distruge funcția. În fiecare kg de carne sunt 14 grame de proteine urokinazice. Dacă punem celule vii în proteine urokinazice lichide, funcția lor metabolică s-ar degenera. Mai mult, carnea nu conține fibre dietetice sau celuloză și prin urmare poate duce foarte ușor la constipație. După cum se știe, constipația poate cauza cancerul rectal sau a hemoroizilor.

Colesterolul și grăsimile saturate din carne creează, de asemenea, boli cardiovasculare. În Statele Unite ale Americii și acum în Formosa, bolile cardiovasculare sunt cauza numărul unu a mortalității.

Cancerul se situează pe locul al doilea în cauza morții. Experimentele arată că fierberea și prăjirea cărnii creează o substanță chimică (methylcholantherenul), care este un carcinogen puternic.

Majoritatea oamenilor presupun că la ora actuală, carnea este curată și sănătoasă fiindcă se fac inspecții la toate măcelăriile. În realitate, numărul vitelor, porcilor sau al păsărilor sacrificate zilnic este mult prea mare pentru a putea fi examinate în parte. Este foarte dificil ca fiecare bucată de carne să fie analizată dacă are cancer sau nu, să nu mai vorbim de examinarea fiecărui animal în parte. La ora actuală, în industria cărnii, dacă este o problemă cu capul animalului, atunci capul este îndepărtat, dacă piciorul este bolnav, atunci este îndepărtat. Numai partea bolnavă este înlăturată, iar restul este pus la vânzare.

Dr. J. H. Kellogg, un vegetarian faimos, a spus: „*Când mâncăm*

hrană vegetariană, nu trebuie să ne mai facem griji din cauza cărei boli i s-a tras moartea. Și asta îți face masa mai plăcută!”

Mai sunt și alte motive de îngrijorare. Antibioticele, ca și alte droguri, incluzând steroizii și hormonii de creștere, fie că sunt puse în hrana animalelor sau sunt injectate direct în animale. A fost deja publicat faptul că oamenii care mănâncă aceste animale absorb și aceste substanțe în corpul lor. Există astfel posibilitatea ca antibioticele din carnea animalelor să diminueze eficiența antibioticelor folosite omului.

Sunt și oameni care consideră că regimul vegetarian nu este suficient de hrănitor. Un expert în chirurgie, american, Dr. Miller, a practicat medicina în Formosa timp de 40 de ani. El a înființat un spital unde toate mâncărurile sunt vegetariene, atât pentru pacienți, cât și pentru cei care lucrează în spital. El a spus: Doctorul a adăugat: *„Medicina pe care ne-o oferă azi știința modernă s-a îmbunătățit considerabil, dar ea nu face decât să trateze boala. Hrana este totuși cea care ne susține sănătatea”*. Apoi arată că: *„Mâncarea din plante este o sursă nutritivă mai directă decât carnea. Oamenii mănâncă animale, dar acestea la rândul lor se hrănesc cu plante. Majoritatea animalelor au o viață scurtă și suferă de aproape toate bolile întâlnite și la oameni. Este foarte probabil deci, ca bolile omului să provină din carnea animalelor bolnave pe care o mănâncă. Prin urmare, de ce n-ar lua omul hrana direct din plante?”* Dr. Miller ne sugerează că noi nu avem nevoie decât de cereale, păstăioase și legume, ca să luăm toate substanțele nutritive de care avem nevoie pentru a ne menține sănătoși.

Majoritatea oamenilor cred că proteinele animale sunt superioare celor de origine vegetală, deoarece primele sunt considerate a fi proteine complete, iar celelalte incomplete. Adevărul este că unele proteine din plante sunt complete, iar prin combinarea judicioasă a alimentelor se pot crea proteine complete din câteva surse de proteine incomplete.

În martie 1988, Asociația Americană pentru Dietă dădea următorul comunicat: *„Opinia ADA este că regimurile vegetariene sunt sănătoase și suficient de hrănitoare, dacă sunt planificate în mod corespunzător.”*

Există credința falsă că cei ce se hrănesc cu carne sunt mai puternici decât cei vegetarieni. Însă, experimentul făcut de profesorul Irving Fisher de la Universitatea Yale, pe 32 de vegetarieni și 15 mâncători de carne, arată că vegetarienii sunt mai rezistenți decât cei care consumă carne. Participanților li s-a cerut să stea cu mâna întinsă cât mai mult posibil. Rezultatul testului a fost cât se poate de clar. Dintre cei 15 consumatori de carne, doar doi au rezistat cu mâinile întinse între 15 și 30 de minute; dintre cei 32 de vegetarieni, 22 de persoane au rezistat cu mâinile întinse între 15 și 30 de minute, 15 persoane peste 30 de minute, 9 persoane peste o oră, 4 persoane peste 2 ore, iar unul din vegetarieni și-a ținut mâinile întinse mai multe de 3 ore.

Mulți alergători pe distanță lungă păstrează un regim vegan sau vegetarian înainte de competiții. Dr. Barbara More, o expertă în terapia vegană și vegetariană, a terminat cursa de 110 mile în 27 de ore și 30 de minute. În vârstă de 56 de ani, ea a bătut toate recordurile atleților tineri: *„Vreau să fiu un exemplu și să demonstrez că aceia care păstrează un regim în întregime*

vegan vor avea un corp puternic, o minte limpede și o viață curată.”

Asigură regimul vegan destule proteine în hrană? Organizația Mondială a Sănătății recomandă ca 4,5% din calorii zilnice să fie derivate din proteine. Dar 17% din caloriiile grâului sunt proteine, broccoli conține 45%, iar orezul 8%. Este foarte ușor să avem un regim bogat în proteine, fără să mâncăm carne. Beneficiind și de avantajul de a ne feri de bolile cauzate de dietele bogate în grăsimi - ca de exemplu bolile de inimă și cancerul - regimul vegan este de departe alternativa cea mai bună.

Relația dintre consumul exagerat de carne sau alte produse animale bogate în grăsimi și bolile de inimă, cancerul de sân, cancerul de colon sau infarct, a fost deja dovedită. Sunt însă alte boli care pot fi prevenite și câteodată chiar vindecate printr-un regim vegan scăzut în grăsimi: litiaza renală, cancerul de prostată, diabetul, ulcerul peptic, litiaza biliară, artrite, gingivita, acnea, cancerul pancreasului sau cel al stomacului, hipoglicemia, constipația, diverticuloza, hipertensiunea, osteoporoza, cancerul ovarian, hemoroizii, obezitatea, astma.

În afara fumatului, nu mai există nici un alt factor cu un risc așa de mare pentru sănătatea omului cum este consumul de carne.

Ecologia și mediul înconjurător

Creșterea animalelor pentru carne își are propriile urmări: distrugerea pădurilor, încălzirea planetei, poluarea și diminuarea resurselor de apă, eroziunea solului, abuzul de

resurse energetice, foametea la scară mondială. Folosirea pământului, a apei, a energiei și a forței umane pentru a produce carne nu este un mod eficient de a folosi resursele planetei.

Începând din 1960, 25% din pădurile Americii Centrale au fost distruse și în locul lor au fost create pășuni pentru vite. Se estimează că pentru fiecare 100 de grame de carne din vitele crescute pe aceste pășuni, se distrug 15 metri pătrați de pădure. În plus, creșterea vitelor are o contribuție semnificativă la producția a trei dintre gazele răspunzătoare pentru încălzirea planetei și reprezintă, de asemenea, cauza majoră a poluării apelor - sunt necesari aproximativ 22 400 de litri de apă pentru producția fiecărui kilogram de carne de vită. Pentru un kilogram de roșii, de exemplu, este nevoie doar de 260 de litri de apă, iar pentru a produce un kilogram de pâine din grâu este nevoie de 1 260 de litri de apă. Aproape jumătate din apa consumată în Statele Unite este folosită pentru creșterea vitelor și a altor animale de consum.

Mult mai mulți oameni ar putea fi hrăniți dacă resursele folosite pentru creșterea vitelor ar fi folosite la producerea de cereale pentru a hrăni populația lumii. Un pogon de pământ cultivat cu ovăz ar produce de 8 ori mai multe proteine și de 25 de ori mai multe calorii dacă ovăzul ar fi folosit la hrănirea populației și nu a vitelor. Un pogon de pământ folosit pentru cultivarea de broccoli produce de 10 ori mai multe proteine, calorii și niacin, decât un pogon de pământ folosit pentru a produce carne de vită. Statisticile de genul acesta sunt foarte numeroase. Resursele lumii ar fi folosite mai eficient, dacă pământul folosit pentru creșterea animalelor ar fi cultivat cu plante pentru hrana oamenilor.

Regimul vegan ne permite să pășim cu inima împăcată pe pământul acestei planete. Pe lângă faptul că folosim numai ceea ce avem nevoie și înlăturăm excesul, ne vom simți mai bine la gândul că nu trebuie sacrificată o ființă vie de fiecare dată când noi ne așezăm la masă.

Foamea din lume

Aproape un miliard de oameni suferă de foame și malnutriție pe această planetă. Peste 40 de milioane mor în fiecare an de foame și majoritatea lor sunt copii. În ciuda acestui fapt, mai mult de o treime din producția de grâne a lumii este folosită pentru hrana animalelor. În Statele Unite, vitele consumă 70% din producția totală de grâne. Dacă am hrăni oamenii în loc să hrănim aceste animale, nimeni n-ar mai suferi de foame.

Suferința animalelor

Știați că în Statele Unite sunt sacrificate zilnic peste 100.000 de vaci?

În țările vestice, cele mai multe animale sunt crescute în ferme de producție. Acestea sunt construite pentru a produce un număr maxim de animale de consum cu o cheltuială minimă. Animalele sunt ținute la grămadă, mutilate și tratate ca niște mașini de conversie a hranei în carne. Aceasta este o realitate pe care mulți dintre noi nu o vom vedea niciodată cu proprii noștri ochi. Se spune că: „*O singură vizită la abator te face vegan pe viață.*”

Lev Tolstoi spunea: „*Atâta timp cât vor exista abatoare, vor fi și câmpuri de luptă. Regimul vegetarian este cel mai bun test pentru umanitarism.*” Deși majoritatea dintre noi nu încurajăm omorul, ne-am format deprinderea - susținută de societate - de a mânca cu regularitate carne, fără conștiința suferințelor la care sunt supuse aceste animale pe care le mâncăm.

Compania sfinților și a altora

Încă de la începutul istoriei scrise aflăm că plantele au constituit hrana naturală a oamenilor. Toate legendele grecești și ebraice relatează că la începuturi, oamenii se hrăneau cu fructe. Vechii preoți din Egipt nu mâncau carne niciodată. Mulți dintre marii filozofi ai Greciei ca Platon, Diogene și Socrate, au predat cu toții în favoarea vegetarianismului.

În India, Shakyamuni Buddha vorbea despre principiul de a nu răni nici o făptură vie. Își atenționa discipolii să nu mănânce carne, căci celelalte ființe se vor înspăimânda de ei. Buddha a făcut următoarele observații: „*Mâncatul cărnii nu este decât un obicei dobândit. La începuturi, noi n-am fost născuți cu acest obicei. Mâncând carne, oamenii distrug sămânța lăuntrică a Grației Divine. Cei care consumă carne se omoară și se mănâncă unul pe celălalt, în viața aceasta te mănânc eu, în viața viitoare mă vei mânca tu ..., și tot așa la nesfârșit. Cum vor putea acești oameni să scape vreodată dincolo de cele Trei Lumi (ale iluziei)?*”

Cei dintâi taoiști, creștini sau evrei, mulți dintre ei au fost vegani. Este scris în Biblie: „*Și Dumnezeu a spus: V-am dat tot felul de semințe și tot felul de fructe pentru voi ca să le mâncați, iar pentru animalele sălbatice și pentru toate*

păsările, am făcut iarba și plantele cu frunze, ca mâncare.” (Genesa 1:29) Alte exemple din Biblie, despre interzicerea cărnii: „***Numai carne cu viața ei, adică sângele ei, să nu mâncați, căci viața trupului este în sânge.***” (Lev.17:11) Dumnezeu a mai spus: „***Cine v-a spus să omorâți taurul și capra și să mi le oferiți mie? Spălați-vă voi înșivă de acest sânge nevinovat și poate voi asculta rugile voastre; altfel, îmi voi întoarce capul de la voi, căci mâinile voastre sunt pline de sânge. Căiți-vă și poate vă voi ierta.***” (Isaia 1:11-16) Sfântul Petru, unul dintre discipolii lui Iisus, scria într-o scrisoare către romani: „***Bine este să nu mănânci carne, să nu bei vin.***” (Romani 14:21)

Recent, istoricii au descoperit multe manuscrise care pun o lumină nouă asupra vieții și învățăturilor lui Iisus. El a spus: „***Aceia care mănâncă carnea animalelor se vor preface în propriile lor morminte. Adevărat, adevărat vă spun că cel ce ucide va fi ucis. Acela care ucide viețuitoarele și le mănâncă carnea, carnea celor morți o mănâncă.***”

Religiile indiene interzic de asemenea consumul cărnii. Se spune: „***Oamenii nu pot avea carne fără să omoare. O persoană care rănește ființele însuflețite nu va avea niciodată binecuvântarea lui Dumnezeu. Așadar, feriți-vă să mâncați carne!***” (precept hindus)

Sfânta scriptură a islamului, Coranul, interzice **consumul de animale moarte, sânge și carne.**

Marele maestru Zen, chinezul Han Shan Tzi, a scris un poem în care condamnă cu severitate consumul de carne: „***Alergi fuga la piață să cumperi carne și pește ca să-ți***

hrănești soția și copiii. Dar de ce viața lor trebuie luată, ca să te țină pe tine în viață? Este nedrept. Asta nu te va apropia nicicum de Rai, ci te va face să populezi Iadul!”

Albert Einstein a spus: „Cred că schimbările și efectele purificatoare pe care regimul vegetarian îl are asupra dispoziției ființelor umane, sunt binefăcătoare pentru omenire. De aceea, este mult mai nimerit și pașnic pentru oameni să opteze pentru vegetarianism.” Acestea sunt sfaturile comune ale câtorva dintre personalitățile marcante ale istoriei!

Maestra răspunde la întrebări

Î. - A consuma carne înseamnă a ucide ființele vii, dar a mânca vegetale nu este tot un fel de a ucide?

M. - A mânca plante înseamnă de asemenea a ucide și creăm unele obstacole karmice, dar efectul este foarte mic. Practicând Metoda Quan Yin două ore și jumătate pe zi, putem scăpa de acest efect karmic. Pentru că noi trebuie să mâncăm pentru a supraviețui, deci alegem hrana cu cea mai mică conștiință și care suferă cel mai puțin. Plantele conțin 90% apă, deci nivelul lor de conștiință este atât de scăzut, încât abia dacă simt suferința. Mai mult, la multe dintre vegetale noi nu le tăiem rădăcina, ci doar tulpina sau frunzele, favorizându-le chiar reproducerea asexuată și creșterea. Deci în realitate, rezultatul final este benefic pentru plante. Horticultorii spun că retezatul plantelor le ajută să crească mai mult și mai frumos.

La fructe este mult mai evident. Când fructele se coc, ele atrag oamenii cu parfumul, culoarea și gustul lor delicios, ca să le mănânce. În acest fel pomii roditori își răspândesc semințele pe o arie foarte extinsă. Dacă noi nu am aduna fructele pentru a le mânca, acestea s-ar coace peste măsură, s-ar strica și ar cădea la pământ, putrezind. Atunci semințele, din cauza crengilor umbroase ale pomului care împiedică razele soarelui să pătrundă până la ele, ar muri. Deci, a mânca legume și fructe este o tendință naturală, care nu le provoacă nici o suferință.

Î. - Cei mai mulți oameni au convingerea că veganii sunt mai scunzi și mai slabi, iar carnivorii sunt mai înalți și mai robuști. E adevărat?

M. - Nu, veganii nu sunt neapărat mai scunzi și mai slabi. Dacă regimul lor este echilibrat, și ei pot crește înalți și puternici. După cum puteți vedea, toate animalele mari, ca elefanții, girafele, taurii, hipopotamul, caii, se hrănesc doar cu vegetale și fructe. Sunt mai puternice decât carnivorele, foarte gentile și folositoare omului. În schimb carnivorele sunt foarte violente și nu aduc nici un folos. Dacă oamenii mănâncă carnea animalelor, vor fi afectați de instinctele și calitățile lor. Cei ce consumă carne nu sunt neapărat înalți și puternici, iar viața lor este în medie mai scurtă. Eschimoșii sunt aproape în totalitate carnivori. Sunt ei foarte înalți și puternici? Au ei oare o viață foarte lungă? Cred că acum înțelegeți foarte clar.

Î. - Veganii pot mânca ouă?

M. - Nu. Când mâncăm ouă, noi ucidem ființe de asemenea. Unii spun că ouăle din magazine nu sunt fertilizate, deci mâncându-le nu ucidem. Aceasta este numai în

parte corect. Ouăle rămân nefertilizate doar pentru că condițiile propice pentru acest fenomen au fost înlăturate, iar ouăle nu și-au putut urma procesul firesc de a deveni păsări. Chiar dacă nu s-au putut dezvolta, totuși ele conțin forța vitală necesară vieții.

Noi știm că ouăle au în ele forța vitală, altfel cum ar fi posibil ca ovalbumenul să fie singurul gen de celule care ar putea fi fertilizate? Unii arată că ouăle conțin substanțe nutritive esențiale, proteine și fosfați necesari alimentației omului. Dar proteinele le putem lua și din pasta de soia, iar fosforul din multe alte vegetale, cum ar fi cartofii. Din trecut și până în prezent se cunosc o mulțime de călugări care nu au mâncat carne și nici ouă și cu toate acestea au trăit o viață lungă și sănătoasă. De exemplu, Maestrul Ying Guang a mâncat numai un castron de legume și unul de orez la fiecare masă și a trăit 80 de ani. Mai mult, gălbenușul de ou conține colesterol, care este o cauză majoră a bolilor cardiovasculare, situate pe locul întâi în Formosa ca și în America. Nu e de mirare să vedem că cei mai mulți pacienți sunt mari consumatori de ouă!

Î. - Oamenii cresc animale și păsări de consum, cum ar fi porci, vite, găini, rațe, etc. De ce nu putem să le mâncăm?

M. - Deci? Părinții își cresc copiii, atunci părinții au dreptul de a-și mânca copiii? Tot ce are viață are și dreptul de a trăi și nimeni nu trebuie să le ia acest drept. Dacă studiem legile din Hong Kong, vedem că și sinuciderea este împotriva legii. Dacă este împotriva legii să-ți iei propria viață, ce să mai vorbim de a ucide alte ființe?

Î. - Animalele se nasc ca oamenii să le mănânce. Dacă nu

le mâncăm ele vor umple întreaga lume. Așa este?

M. - Aceasta este o idee absurdă. Înainte de a ucide un animal, tu îl întrebi dacă vrea să fie mâncat de tine sau nu? Toate ființele doresc să trăiască și se tem de moarte. Noi nu vrem să fim mâncați de un tigru, atunci de ce ar dori animalele să fie mâncate de oameni? Oamenii au apărut pe pământ abia acum zeci de mii de ani, dar înainte să apară oamenii au existat deja o mulțime de specii de animale. Au suprapopulat ele pământul? Viețuitoarele mențin un echilibrul ecologic natural. Să lăsăm lucrurile să-și urmeze balanța lor ecologică. Acolo unde mâncarea este puțină și spațiul limitat, aceasta va duce la o reducere a populației, păstrând-o la un nivel corespunzător.

Î. - De ce trebuie să fiu vegan?

M. - Eu sunt vegană pentru că Dumnezeu din mine o dorește. Înțelegeți? A consuma carne e împotriva principiului universal de a nu vrea să fii ucis. Noi înșine nu dorim să fim omorâți și nici prădați. A face rău altora înseamnă să ne facem rău nouă înșine și asta ne va aduce suferință. Tot ce facem împotriva altora ne face să suferim. Noi nu putem să ne batem pe noi sau să ne înjunghiem. Tot astfel, nu avem voie să ucidem, deoarece omorul contravine principiului vieții. Înțelegeți? Ne va face să suferim, deci nu o facem. Asta nu înseamnă că ne limităm pe noi, dimpotrivă, vom extrapola viața noastră spre toate formele de viață existente pe pământ. Viața noastră nu va fi limitată numai în acest trup, ci va fi extinsă și spre viața animalelor și a tuturor ființelor. Acest lucru ne face să ne simțim mai nobili, mai fericiți și mai liberi, bine?

Î. - Puteți să ne vorbiți despre regimul vegan și cum

poate acesta contribui la pacea lumii?

M: - Da. Vedeți, majoritatea războaielor care au loc în această lume se datorează motivelor economice. De ce să n-o recunoaștem. Dificultățile economice ale unei țări devin urgente când foametea începe să facă ravagii - fie datorită lipsei de hrană, fie datorită distribuției inegale a acesteia între țări. Dacă ați citit în reviste despre cercetările care se fac în legătură cu regimul vegetarian, atunci trebuie să fiți la curent cu ceea ce v-am spus. Creșterea animalelor pentru carne a dus economia noastră la faliment, în toate aspectele. Așa s-a ajuns la foametea în lume, cel puțin în țările din lumea a treia.

Nu eu sunt cea care afirmă toate acestea. Un american a făcut cercetări în acest sens, publicând și o carte. Puteți merge la orice librărie și veți găsi cărți despre studiile făcute despre regimul vegan. Puteți citi cartea lui John Robbins „*O dietă pentru o nouă Americă*”. El este un milionar faimos, fabricant de înghețată, care a renunțat la toate pentru a deveni vegan și a scrie și o carte despre veganism, curmând astfel tradiția și meseria moștenite din tată în fiu. A pierdut o mulțime de bani, prestigiu, afaceri, dar a făcut-o de dragul Adevărului. Cartea este excelentă. Pe lângă ea, sunt o mulțime de alte cărți și reviste care vă pot informa despre regimul vegan și contribuția lui la păstrarea păcii în lume.

Vedeți, hrănind vitele, am adus rezervele globale de hrană în pragul epuizării. Știți câte proteine, medicamente, apă, forță de muncă, mașini, construcții de drumuri și câte sute de mii de pogoane de pământ sunt risipiți pentru ca o vacă să ajungă destul de bună pentru a fi tăiată? Înțelegeți? Toate acestea ar putea fi distribuite în mod egal țărilor subdezvoltate și așa am putea rezolva problema foamei. Dacă o țară are nevoie de hrană, probabil că va invada altă țară pentru a-și salva propriul popor. În timp, această faptă negativă va crea

retribuția ei. Înțelegeți?

Așa cum semeni, așa vei culege. Dacă noi omorâm pe cineva pentru mâncare, vom fi și noi uciși într-un fel sau altul, tot pentru mâncare, data viitoare, în altă viață. Este regretabil, noi suntem atât de inteligenți, atât de civilizați, dar nu știm de ce țările din jurul nostru suferă. Și asta din cauza stomacului, poftei și lăcomiei noastre.

Ca să hrănim un singur trup, noi omorâm atâtea ființe și înfometăm atâția oameni, și asta fără să luăm în discuție și cazul animalelor. Înțelegeți? Acest păcat, conștient sau inconștient, va atârna greu asupra conștiinței noastre. Ne va aduce suferințe: cancer, tuberculoză și o mulțime de alte boli incurabile, incluzând SIDA. Întrebați-vă de ce țara dumneavoastră, America, suferă așa de mult? Are cea mai înaltă rată de cancer din lume, pentru că americanii consumă multă carne - mai multă decât oricare altă țară. Întrebați-vă de ce China sau alte țări comuniste nu au o rată așa ridicată de cancer? Pentru că ei nu au atâta carne. Înțelegeți? Asta o spun cercetările, nu eu, bine? Nu mă acuzați pe mine.

Î. - Care sunt beneficiile spirituale pe care le vom obține dacă devenim vegani?

M. - Mă bucur că puneți întrebarea în acest fel, asta înseamnă că într-adevăr puneți accentul în mod exclusiv asupra roadelor spirituale. Cei mai mulți se gândesc doar la sănătate, calorii și dietă, atunci când aduc vorba de regimul vegan. Aspectele spirituale ale dietei vegane sunt nonviolența și neprihănirea.

Să nu ucizi. Când Dumnezeu ne-a spus aceasta, El nu s-a referit numai la oameni, ci la toate ființele vii. N-a spus El că a creat animalele ca să ne fie prietene și să ne ajute? Nu

ne-a dat El animalele în grijă? El ne-a spus să avem grijă de ele și să stăpânim peste ele. Când vă conduceți subalternii, ce faceți, îi omorâți și îi mâncați? Atunci veți deveni rege fără nici un supus în jur? Deci acum înțelegeți ce a spus Dumnezeu atunci. Așa trebuie să facem. N-are rost să-i punem cuvântul la îndoială. Dumnezeu a vorbit foarte clar și pe înțeles. Dar cine poate să-l înțeleagă pe Dumnezeu, cu excepția lui Dumnezeu?

Deci voi trebuie să ajungeți Dumnezeu ca să-l înțelegeți pe Dumnezeu. Eu vă invit să fiți din nou ca Dumnezeu, să fiți voi înșivă, nu altcineva. A medita asupra lui Dumnezeu nu înseamnă a-l sluji pe El, ci înseamnă a deveni una cu Dumnezeu, a realiza că voi și Dumnezeu sunteți una. ***Eu și Tatăl suntem unul.*** N-a spus Iisus așa? Dacă El a spus că El și Tatăl sunt unul, atunci noi și Tatăl putem fi de asemenea unul, pentru că și noi suntem copiii lui Dumnezeu. Tot Iisus a mai spus că ceea ce El poate face și noi putem, ba chiar mai bine. Deci putem fi chiar mai buni decât Dumnezeu, cine știe?

De ce să-l slujim pe Dumnezeu atunci când nu-l cunoaștem pe Dumnezeu? De ce să avem o credință oarbă? Trebuie mai întâi să-L cunoaștem pe cel căruia ne închinăm, la fel cum vrem să cunoaștem fata înainte de a o lua în căsătorie. În zilele noastre este un obicei că nu ne căsătorim înainte să ne cunoaștem unul cu altul. De ce să ne închinăm lui Dumnezeu legați la ochi? Noi avem tot dreptul să-i cerem lui Dumnezeu să apară în fața noastră, să ni se facă cunoscut. Noi avem dreptul să alegem pe care Dumnezeu vrem să urmăm.

După cum vedeți și în Biblie scrie foarte clar că trebuie să fim vegani. Trebuie să fim vegani din motive de sănătate.

Trebuie să fim vegani din motive științifice. Trebuie să fim vegani din motive economice. Trebuie să fim vegani din compasiune. Și mai trebuie să fim vegani pentru a salva lumea.

Cercetările arată că, dacă în Occident, în America, oamenii ar urma un regim vegetarian o singură zi pe săptămână, am putea salva 16 milioane de oameni care mor de foame în fiecare an. Deci, fiți eroi, fiți vegani! Pentru toate aceste motive, chiar dacă nu urmați învățăturile mele și nu practicați aceeași metodă, vă rog fiți vegani, pentru binele dumneavoastră și al întregii lumi

Î. - Dacă fiecare ar mânca doar plante, se vor micșora resursele de hrană?

M. - Nu. Utilizând o parcelă de pământ pentru a o cultiva cu grâne înseamnă de 14 ori mai multă hrană decât dacă am utiliza aceeași bucată de pământ pentru hrana furajeră. Plantele de pe fiecare pogon de pământ produc 800.000 de calorii de energie. Dacă aceste plante sunt utilizate pentru creșterea animalelor care vor fi mâncate ca hrană, carnea lor va însemna doar 200.000 calorii. Asta înseamnă că în acest proces se pierde 600.000 calorii. Așadar, în mod evident, regimul vegan este mult mai eficient și economic decât cel bazat pe carne.

Î. - Un vegan poate mânca pește?

M. - Este în regulă dacă vrei să mănânci pește. Dar dacă doriți să fiți vegan, este bine să știți că peștele nu e legumă (Răsete).

Î. - Unii spun că e important să ai un suflet bun și nu neapărat să fii vegan. Are aceasta vreun sens?

M. - Dacă cineva este atât de bun la inimă, atunci cum poate să mănânce din carnea altei ființe? Văzându-le suferința, el nu ar mai fi capabil să le mănânce. A mânca carne înseamnă să fii fără milă - cum ar putea un om bun la suflet să săvârșească așa ceva?

Maestrul Lien Chih a spus odată: „**Îi ucide trupul și îi mănâncă carnea. Nimeni pe lumea asta nu este mai crud, mai diabolic și mai ticălos decât un asemenea om.**” Cum ar putea el să susțină vreodată că are un suflet bun?

Mencius a spus de asemenea: „**Dacă l-ai văzut în viață, nu vei suporta să-l vezi murind și dacă l-ai auzit gemând, nu vei fi în stare să-i mănânci carnea; așadar, adevăratul gentleman să se țină departe de bucătărie.**”

Inteligența umană fiind superioară inteligenței animalelor, oamenii pot folosi arme ca să le facă neputincioase în fața noastră, dar ele vor muri urându-ne. Un om care luptă cu creaturi mai mici și mai slabe decât el, n-are nici un drept de a fi numit gentleman. Atunci când sunt ucise, animalele trec printr-o stare teribilă de agonie, teamă și ură, declanșând producerea de toxine care rămân în carnea lor, ca să-i rănească pe cei care o mănâncă. Cum frecvența vibrației animalelor este mai mică decât a omului, ea va influența vibrația noastră și va afecta dezvoltarea înțelepciunii noastre.

Î. - Este bine să fim doar „vegetarieni de conveniență”? (Vegetarienii de conveniență nu evită în mod strict carnea. Dintr-o mâncare de legume cu carne, ei consumă doar legumele.)

M. - Nu. Dacă, de pildă, hrana ar fi scufundată într-un

lichid otrăvitor și apoi scoasă afară, ce credeți, va deveni otrăvitoare sau nu? În Mahaparinirvana Sutra, Mahakasyapa îl întreabă pe Buddha: „**Când cerșim și ni se dau vegetale amestecate cu carne, putem mânca această hrană? Cum putem curăța mâncarea?**” Buddha i-a răspuns: „**Trebuie spălate cu apă și separate vegetalele de carne, numai atunci le puteți mânca.**”

Deci din dialogul de mai sus se înțelege că într-un regim vegan, nu se pot mânca nici măcar vegetalele care au fost amestecate cu carne, până nu le spălăm și le curățăm, să nu mai vorbim de mâncatul cărnii! De aceea, se poate vedea clar că Buddha și discipolii lui păstrau o un regim strict vegan. Totuși, unii caută să-l ponegrească pe Buddha spunând că a fost vegetarian de conveniență și că mânca și carne când i se oferea. Aceste afirmații sunt în întregime false. Cei care spun aceasta, fie că au citit prea puțin din scripturile sacre sau nu au înțeles scripturile pe care le-au citit.

În India 90% din populație este vegetariană. Când oamenii văd cerșetori în haine galbene, ei știu că trebuie să le ofere doar hrană vegetală, să nu mai vorbim de faptul că cei mai mulți nu au carne de oferit!

Î. - Cu mult timp în urmă am auzit un alt maestru spunând: „Buddha a mâncat un picior de porc, a făcut diaree și murit.” Este adevărat sau nu?

M. - Categoriec că nu. Buddha a murit din cauza unor ciuperci pe care le-a mâncat. Dacă traducem direct din limba brahmanilor, această ciupercă se numește „piciorul porcului”, deci nu este vorba de carne de animal, ci de ciuperca cu acest nume. La fel se întâmplă în cazul fructului numit „longan”, ceea ce în chineză înseamnă

„ochii dragonului”. Sunt multe care nu par a fi vegetale după nume, dar în realitate sunt vegetale, ca de exemplu „ochiul dragonului”. Ciuperca cu pricina în limba brahmanilor se numea „piciorul porcului”, sau „bucuria porcului”. Amândouă denumirile sunt în legătură cu porcul. Aceste ciuperci se găseau foarte rar în India antică și erau un fel de delicatose, iar oamenii le ofereau lui Buddha în semn de venerație. Ele cresc în pământ, nu la suprafață. Ca să le găsească, oamenii se foloseau de un porc bătrân, căruia îi plăceau foarte mult aceste ciuperci. Porcii le detectau prin miros și când găseau vreuna, scormoneau pământul cu piciorul ca să o scoată la suprafață și să o mănânce. Iată de ce această varietate de ciupercă a fost denumită „bucuria porcului” sau „piciorul porcului”. Ambele denumiri se referă la același fel de ciupercă. Deoarece aceste denumiri au fost traduse incorect și pentru că oamenii nu au cunoscut originea expresiei, generațiile care au urmat le-au dat o interpretare falsă, socotindu-l pe Buddha, în mod greșit, drept un mâncător de carne. Este un fapt de-a dreptul regretabil.

Î. - Cei cărora le place carnea spun că ei o cumpără de la măcelar și deci nu ei sunt ucigașii. De aceea nu este nici un păcat să o mănânce. Este adevărat?

M. - Este o mare greșeală. Știți doar că măcelarii omoară animalele pentru că oamenii vor carne. În Lankavatara Sutra, Buddha spune: „**Dacă nimeni n-ar consuma carne, nu s-ar săvârși nici un omor. A mânca carne sau a ucide ființe vii este unul și același păcat.**” Din cauza uciderii a tot mai multe ființe însuflețite, noi avem dezastre și calamități naturale. Războaiele, de asemenea, sunt provocate de prea multe omoruri.

Î. - Unii spun că deși plantele nu produc substanțe toxice cum ar fi ureea sau urochinaza, totuși cultivatorii de fructe și legume folosesc pesticide, care sunt dăunătoare sănătății noastre, așa este?

M: - În cazul în care fermierii folosesc pesticide sau alte substanțe de înaltă toxicitate, cum ar fi DDT-ul, acestea pot duce la apariția cancerului, infertilității și a bolilor de ficat. Toxinele, ca DDT-ul de exemplu, se acumulează în grăsimi, în special în grăsimile animale. Când mâncați carne, luați și aceste pesticide foarte concentrate sau alte otrăvuri, care s-au acumulat de-a lungul anilor până animalul a fost gata de tăiat. Aceste acumulări pot fi de 13 ori mai mari decât cele din fructe, vegetale sau grâne. Noi putem spăla pesticidele care au fost stropite pe suprafața legumelor și fructelor, dar nu putem spăla toxinele acumulate în carnea animalelor. Procesul acesta de acumulare are loc pentru că aceste pesticide se acumulează de la sine. Astfel, consumatorii, care constituie ultima verigă a lanțului biologic, sunt cei mai periclițați.

Experimentele făcute la Universitatea din Iowa arată că aproape toate pesticidele găsite în corpul uman provin din consumul de carne. Ei au descoperit că pesticidele găsite în corpul vegetarianilor sunt cu 50% mai reduse față de cele găsite în corpul consumatorilor de carne. De fapt, sunt și alte toxine în carne, pe lângă pesticide. În procesul de creștere al animalelor sunt folosite chimicale care le fac să crească mai repede, le schimbă culoarea sau gustul cărnii sau ajută la păstrarea ei, etc.

De exemplu, substanțele derivate din nitrați, care ajută la păstrarea cărnii, sunt foarte toxice. Cotidianul *The New York Times* din 18 iulie 1971 scria: „*Cele mai mari pericole care amenință sănătatea consumatorilor de carne, o constituie*

poluanții invizibili din carne, cum ar fi: bacteria din somon, resturile de pesticide, conservanții, hormonii și alte chimicale.”

Pe lângă toate acestea, animalele sunt vaccinate, iar serul poate rămâne în carnea lor. De aceea, proteinele care se găsesc în fructe, nuci, alune, soia, porumb, sunt mult mai pure decât cele din carne, care conțin 56% impurități insolubile în apă. Cercetările arată că toate aceste toxine fabricate de om pot duce la cancer sau alte boli, precum și la malformații congenitale. Așadar, este mult mai potrivit pentru femeile însărcinate să păstreze un regim vegan pur, pentru a asigura sănătatea fizică și spirituală a copiilor. Din boabe (păstăioase) puteți lua proteine, iar din fructe și legume puteți lua vitaminele și substanțele minerale necesare organismului.

Veganismul: **cea mai bună soluție pentru** **criza mondială de apă**

Apa este esențială pentru supraviețuirea tuturor ființelor vii de pe această planetă. Totuși, abuzul resurselor de apă ale planetei, așa cum a fost dovedit de Institutul internațional de apă de la Stockholm (SIWI), a făcut ca această resursă prețioasă să ajungă în pericol pentru generațiile viitoare.

Mai jos găsiți unele date șocante raportate la Conferința anuală a săptămânii apei de la SIWI, ținută între 16-20 august 2004.

* De câteva decenii, creșterea producției de hrană a depășit creșterea populației și acum, majoritatea lumii nu mai are apă ca să producă mai mult.

* Grânele consumate pentru producția de carne cer între 10.000 și 15.000 de kg de apă pentru fiecare kg de carne produs. (cantitatea aceasta duce la o rată a eficienței de mai puțin de 0,01%, dacă o fabrică obișnuită ar merge cu randamentul acesta, ar fi înlocuită foarte rapid!)

* Cerealele cer între 400 și 3.000 de kg de apă pentru fiecare kg de cereale produs (ceea ce reprezintă 5% din ce se cere pentru producția de carne)

* Aproape 90% din toată apa destinată consumului este folosită pentru creșterea hranei.

* Țări cum sunt Australia, unde apa este foarte săracă, în realitate *exportă* apă sub formă de carne.

* În țările în curs de dezvoltare, cei care consumă carne folosesc resurse care echivalează cu 5.000 de litri de apă pe zi

în comparație cu 1.000 – 2.000 de litri folosiți de cei care sunt vegetarieni. (Relatat de cotidianul *Guardian* din 23.8.2004)

De asemenea, într-o altă notă informativă care nu a fost luată din raportul SIWI, se arată că tot mai multe regiuni din pădurea amazoniană sunt eliberate ca să fie cultivate cu soia. Însă, această soia este folosită la creșterea animalelor de consum. Ar fi mult mai eficient dacă această soia ar fi folosită ca hrană directă pentru oameni!

Foarte mulți inițiați își aduc aminte că Maestra a luat în discuție efectul consumului de carne asupra mediului înconjurător în prelegerea „Beneficiile unui regim vegetarian” din broșura *Cheia iluminării spirituale imediate: „Creșterea animalelor pentru carne își are consecințele ei. Duce la distrugerea pădurii amazoniene, poluarea apei, creșterea temperaturii globale, scăderea resurselor de apă, propagarea deșertului, folosirea greșită a resurselor de energie și duce la foametea din lume. Folosirea pământului, a apei, a energiei și a efortului uman pentru a produce carne nu este o cale eficientă de a folosi resursele planetei.”*

Deci pentru a reduce considerabil cantitatea de apă care este consumată la nivel global, omenirea trebuie să abordeze o cale nouă pentru a se hrăni, și regimul vegan se încadrează în această necesitate.

Pentru relatări asemănătoare, vă rugăm să vizitați:

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

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

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

Vești bune pentru vegani **Proteinele esențiale de natură vegană**

Un regim vegan nu este doar un beneficiu extraordinar pentru practica noastră spirituală, dar este și foarte sănătos pentru noi. Totuși, trebuie să dăm o atenție specială la echilibrul alimentației și să ne asigurăm că nu ne lipsesc proteinele de natură vegană atât de necesare.

Sunt două tipuri de proteine, cele de natură animală și cele de natură vegetariană. Boabele de soia, boabele din păstăi de fasole de diferite soiuri sunt unele din sursele de proteine de natură vegetariană. Să menții un regim vegan nu înseamnă că trebuie să mănânci numai legume prăjite, trebuie incluse și proteinele pentru a completa alimentația necesară unei persoane.

Dr. Miller a fost un vegetarian toată viața lui. El a practicat medicina și i-a tratat pe săracii din China pentru 40 de ani. Convingerea lui era că noi nu trebuie să mâncăm decât cereale, păstăioase, fructe și legume, ca să obținem toată hrana de care avem nevoie să ne menținem sănătatea. După cum spune Dr. Miller: „Pasta de soia reprezintă *carnea fără oase*. Pasta de soia este foarte hrănitoare, de exemplu dacă oamenii nu pot să mănânce decât un singur gen de mâncare și aceasta ar fi pasta de soia, atunci ei ar trăi mult mai mult.”

Să gătești o masă vegană este ca și cum gătești o masă cu carne, cu excepția că ingredientele cu proteine vegane cum

ar fi bucățile de pui vegan, antricotul vegan sau feliile de carne vegană sunt folosite în locul cărnii. De exemplu, în loc să gătești „mâncare de carne cu praz” sau „supă din alge marine cu ou”, acum poți să gătești „mâncare de carne vegană cu praz” sau „supă din alge marine cu bucăți de soia”.

Dacă locuiți în țări unde aceste ingrediente din proteine de natură vegană nu sunt disponibile, puteți să contactați Centrul local al Asociației internaționale Maestra Supremă Ching Hai și noi o să vă oferim informații despre surse de aprovizionare și restaurante vegane pentru voi.

De asemenea, cu privire la cum să gătești mâncare vegană, puteți să consultați cartea „*Bucătăria supremă*” care este publicată de Asociația internațională Maestra Supremă Ching Hai sau alte cărți de bucate vegane.

Ca să obțineți lista cu restaurantele vegane din lume, vă rugăm să vizitați:

<http://www.godsdirectcontact.org.tw/ch1/index.htm>

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

Mai jos găsiți o listă cu unele din restaurantele vegetariene și companiile pentru hrană vegetariană, pentru referință.

Restaurante vegane din întreaga lume

AMERICA DE NORD
Canada – VANCOUVER
Loving Hut International Vegan
Restaurant
Vancouver, BC, V5Z 1E9
Tel: 1-604-569-3196

vancouver@lovinghut.ca
<http://vancouver.lovinghut.ca/>

TORONTO
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,
CA 90801
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/vegetarian/>

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 (Seattle)

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

AMERICA DE SUD

Panama

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

EUROPE

Austria

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

Loving Hut International Vegan
Restaurant

Favoritenstr. 156, A-1100 Vienna,
Austria
Tel.: +43 699 12659473
<http://www.lovinghut.co.at>

GERMANIA – Munich

Loving Hut International Vegan
Restaurant
Calenberger Str. 11, 30169 Hannover,
Germany
Tel.: 49 176 24486837
<http://www.lovinghut.de/hannover>
Loving Hut International Vegan
Restaurant
Margreider Platz 4, 85521 Ottobrunn,
Germany
Tel.: 49 89 61180617
<http://www.lovinghut.de/muenchen>

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

Spania – MALAGA
Loving Hut International Vegan
Restaurant
Calle Conde Altea, 44, Bajo,
46005 Valencia, Spain
Tel: 34-96-3744-361
<http://lovinghut.es>

United Kingdom – LONDRA
Loving Hut International Vegan
Restaurant
3 Plender St. London, NW1 0JT
Tel: 44-020-7387-5710
<http://www.lovinghut.co.uk/>

CEHIA
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

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

FORMOSA/Taiwan R.O.C.

Taipei
Loving Hut International Vegan
Restaurant
Huaining Branch, Taipei
No.44, Huaining St., Zhongjheng
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.,
Zhongjheng District, Taipei City 100
TEL: 886-2-2391-3553/ 2391-3913

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

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

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

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

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

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

Taishan Branch, Taipei
198, Sec.2, Mingjih 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

Xiyue Branch, Luodung
No.156-1, Gongjheng Rd.,
Luodong Township, Yilan County 265
Tel: 886-39-573533
Chao Yang Branch, Yilan
115, Taishan Rd., Yilan City, Yilan
County 26052,
(03) 932-6724
Hualien

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

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

Huanjhong Branch, Taoyuan
No. 325, Huanjhong E. Rd.,
Jhongli, Taoyuan
Tel: 886-3-4623500 / Fax: 03-4623500

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

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

Datong Branch, Yuanlin
No.250, Sec. 1, Datong Rd.,
Yuanlin Township, Changhua County
510
Tel: 886-4-8392661/ 839-2601

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

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

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

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

Kaohsiung
Loving Hut International Vegan
Restaurant
Zhanchien Branch, Kaohsiung
No. 283, Chung Shan 1st Rd.,
Sin Sing District, Kaohsiung City

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

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,
Yeong-dong-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
Ahasan Store
53-10, Guui-dong, Gwangjin-gu, Seoul,
02-453-2112

(Jeonju)
295-24, Seosin-dong, Wansan-gu,
Jeonju-city, Jeonbuk
Tel: 063-274-7025
(Ansan)
688-3, GoJanDong DanWonGu AnSan-
city, KyungGiDo
Tel: 010 9822 5184
(Ok-dong Store)
788-1, Ok-dong, Andong-si,
Gyeongsangbuk-do, Korea
054-841-5393
Munheung Store (Gwangju)
1002-1, Munheung-dong, Buk-gu,
Gwangju, Korea. Post code: 500-110
062-265-5727
Convention Center Store (Daejeon)
Convention center, 4-19, Doryong-dong,
Yuseong-gu, Daejeon.
042-533-9951
City Hall Store (Jeju)
1767-27, Ido 2-dong, Jeju-si, Jeju-do
Korea
064-751-3335
(Ulsan Store)
758-2, Dal-dong Nam-gu, Ulsan, Korea
052-267-7173

Seomyeon Store (Busan)
197-1, Bujeon-dong, Busanjin-gu,
Busan,
051-808 7718

Gangnam-gu
229-10, Poi-dong, Gangnam-gu, Seoul
Tel: 82-2-576-9637 / Fax: 82-2-575-
9562

<http://www.smvege.co.kr/>
 (Andong)
 158-5 Dongmun-dong, Andong, Korea
 Tel: 82-54-841-9244
 Sintangjin
 Seokbong-dong, Daedeok-gu, Daejeon,
 Korea
 Tel: 042-934-6647
 Samcheon
 691-4, Samcheondong 1-ga, Jeonju-si,
 Wan-san-gu, Jeollabuk-do
 Tel: 063-229-6656
 Hannam
 2F, 657-92, Hannam-dong, Yongsan-gu,
 Seoul
 Tel: 02-3217-2153
 Jinbuk
 1151-13 Jinbuk-Dong, Deokjin-Gu,
 Jeonju-City, JeonBuk-Do, Korea
 Tel: 063 255-6636
 Dongnae
 350-1, Myeongnyun-dong, Dongnae-gu,
 Busan, Korea
 Tel: 051-557-5858
 Jinju
 440-2, Sinan-dong, Jinju-si,
 Gyeongsangnam-do
 Tel: 055-748-9476
 Onyang
 1406, Oncheon-dong, Asan-si,
 Chungcheong-nam-do
 041-549-1638
 PyeongHwa
 893-1, 2-Ga, Pyeonghwa-Dong,
 Wansan-Gu, Jeonju-City, JeonBuk-Do,
 Korea
 063-226-7388
 CheongGye
 103, 986-3, CheongGye-Dong, Uiwang-
 City, KyungGi-Do, Korea
 031-423-5203
 JoEun
 101, 801-11, Seosin-Dong, Wansan-Gu,
 Jeonju-City, JeonBuk-Do, Korea
 063-255-5589

SuNae(Coffee Shop)
 63-1, Sunae-Dong, Bundang-Gu,
 Seongnam-City, KyungGi-Do, Korea
 031-713-0211
 JukJeon
 1F, 1199-8, Bojeong-Dong, Kiheng-Gu,
 Yongin-City, KyungGi-Do, Korea
 031-889-4860, 070-7583-0051

Indonesia

Bali
 Loving Hut International Vegan
 Restaurant
 Pertokoan Sudirman Agung B 12-A Jl.
 PB Sudir-man
 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>
 Loving Hut International Vegan
 Restaurant
 (Kemang Store)
 Jl. Kemang Raya No. 130E, Kemang -
 Jakarta Selatan
 (819) 1218 6088
 Medan
 Loving Hut International Vegan
 Restaurant
 (Medan Store)
 Putri Hijau St/ Guru Patimpus St No.1 -
 OPG, Deli Plaza Shopping Centre.
 Medan,
 Tel: 62 (61) 4563411

Yogyakarta

Loving Hut International Vegan
Restaurant
Tamansari Foodcourt, Ambarukmo
Plaza Lt. 3 Jl. Laksda Adisucipto,
Yogyakarta
0274 4331254

Malaysia -KUALA LUMPUR
Loving Hut International Vegan
Restaurant
(Puchong Store)
15, Jalan Puteri 2/7, Bandar Puteri,
47100 Puchong, Selangor, Malaysia
Tel: (603) 8076 1811/Fax: (603) 806
42138
<http://www.lovinghut.com/ml/index.htm>

Petaling Jaya
19, Jalan PJU 5 / 6, Dataran Sunway,
Kota Damansara,
47810 Petaling Jaya, Selangor
Tel / Fax : 03-6142 1676
Fax: 03-8064 2138
SMS: +6016 207 8276
Email:
contact@LovingHutMalaysia.com
Web: www.LovingHutMalaysia.com

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

Thailand

Loving Hut International Vegan
Restaurant
257 Charoennakhon Road,
Ground Floor Shop 11 Samrae,

Thonburi, Bangkok 10600, Thailand
Tel: (+66)24769781 / (+66)24766220
info@LovingHutThailand.co.th
www.lovinghutthailand.com

Loving Hut International Vegan
Restaurant
199/71 Soi 70/1 On-Nut,
Sinakarín Rd., Pawet 10240, Thailand
Tel: (+66)27210320 / (+66)83497709

Singapore
Loving Hut International Vegan
Restaurant
Raffles Institution
1 Raffles Institution Lane, S 575954
Tel: 65- 63538830
Marsiling School
12, Marsiling Road, Singapore 739110
Fax: 68946156
Tel: 65- 68941413

Jalan Bukit Merah
Block 161, Unit 01-3725 Bukit Merah
Central, Singapore 150161
Tel: 65-63774354

ParkLane Store
35 Selegie Road, #01-07 Parklane
Shopping Mall, Singapore 188307
Tel: 65- 63380962

Mongolia
Loving Hut International Vegan
Restaurant
Khan-Uul, Ulaanbaatar Branch
2nd Floor, Mongol Nekhmel Co Ltd,
2nd Khoroo, Khan-Uul District,
Ulaanbaatar,
Tel: +(976)11341896, (976)98080512

Chingenteil, Ulaanbaatar Branch

3th Floor, Mars Trademarket, 2nd
Khoroo, Chingiteil District,
Ulaanbaatar, Mongolia
Tel: +(976)91912063, (976)95940781

Food College, Ulaanbaatar Branch

Student Dormitory of Food College, 2nd
Khoroo, Khan-Uul District, Ulaanbaatar,
Tel: +(976)99114373, (976)99237898
Bayangol, Ulaanbaatar Branch
Bichi Khoroolol, Bayangol District,
Ulaanbaatar, Mongolia
Tel: +(976)91912063, (976)95940781

*Când Iubirea Maestrului a venit în sufletul meu
Am renăscut din nou.
Să nu mă întrebi care este motivul:
Motivul nu este logica IUBIRII!*



*Eu sunt vocea tare
A întregii creații.
Care strigă în gura mare
Durerea și neajunsurile lor.
De viață după viață în cercul înfinit al morții.
Roagă-te, Maestre plin de compasiune,
Grăbește-te! Și pune-i capăt.*



*Oamenii merg afară noaptea să cânte și să danseze,
Sub muzica și lumina acestei lumi.
Numai eu singură stau în extaz,
Și mă leagăn în Strălucirea și Muzica din interior.*



*Binecuvântarea Ta curge spre toți și încălzește,
Cei buni și cei răi,
Cei frumoși și cei urâți,
Cei sinceri și cei nemernici,
Pentru toți la fel!
Oh, Maestre, nu-ți pot cânta lauda niciodată,
Iubirea ta o port la pieptul meu,
Și dorm cu ea în fiecare noapte.*

*Din: „Lacrimi tăcute”
de Maestra Supremă Ching Hai*

Publicații

Pentru înălțarea spiritului nostru și cu scopul de a aduce inspirație în viața noastră de zi cu zi, puteți să vă bucurați de o colecție bogată din învățăturile Maestrei Supreme Ching Hai, care pot fi găsite sub formă de cărți, casete video, casete audio, casete cu muzică, DVD-uri, MP3-uri și CD-uri.

Pe lângă cărțile și casete deja publicate, puteți avea accesul foarte rapid și gratuit la o gamă foarte diversificată din învățăturile Maestrei pe internet. De exemplu, numeroase pagini de internet vă oferă accesul la revistele care se publică cel mai frecvent (căutați la adresele de internet indicate mai jos). Celelalte publicații pe internet cuprind poeziile Maestrei, aforisme pline de inspirație, cât și numeroase prelegeri sub formă de fișiere audio sau video.

O altă publicație răspândită pe larg în întreaga lume și găsită acum și pe internet în mai mult de 50 de limbi, este broșura introductivă a Maestrei. Ca să obțineți una din copiile acestei broșuri, vă rugăm să vizitați următoarele adrese de internet:

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

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

<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/publication/sample/sample.htm>(Formosa)

<http://www.godsdirectcontact.us/sm21/sb/>

Cărți

Să pui mâna pe una din cărțile Maestrei în mijlocul unei zile aglomerate poate să însemne salvarea vieții tale. Cuvintele Maestrei sunt aduceri aminte foarte clare despre Natura noastră adevărată. Indiferent dacă citim prelegerea informativă a Maestrei din „*Cheia iluminării spirituale imediate*” sau poezia de o compasiune profundă din volumul „*Lacrimi tăcute*”, sâmburii înțelepciunii ne sunt revelați întotdeauna.

Pe lista de mai jos veți găsi în paranteză numărul de volume prezent în fiecare limbă. Pentru mai multe informații despre cum să obțineți aceste cărți, vă rugăm să căutați la rubrica obținerea publicațiilor.

Cheia iluminării spirituale imediate. O colecție de prelegeri ale Maestrei Supreme Ching Hai. Prezentate în limbile: aulaceză (1-14); chineză (1-8); engleză (1-5); franceză (1); finlandeză (1); germană (1-2); ungară (1); indoneziană (1-5); japoneză (1-3); coreeană (1-11); mongoleză (4&6); portugheză (1-2); poloneză (1-2); spaniolă (1-3); suedeză (1); tailandeză (1-6) tibetană (1).

Cheia iluminării spirituale imediate - întrebări și răspunsuri. Prezentate în limbile: aulaceză (1-4); chineză (1-3); cehă (1); engleză (1-2); franceză (1); germană (1); ungară (1); indoneziană (1-3); japoneză (1); coreeană (1-3); portugheză (1); poloneză (1), română (1) și rusă (1).

Cheia iluminării spirituale imediate - ediție specială, reuniunea de 7 zile. O colecție de prelegeri ale Maestrei din 1992 din timpul unui refugiu de meditație din San Di Mun, Formosa. Prezentat în limbile aulaceză și engleză.

Cheia iluminării spirituale imediate - ediție specială, Turneul mondial de prelegeri din 1993. (6 volume) O colecție de prelegeri ale Maestrei Supreme Ching Hai din timpul Turneului mondial din 1993. Prezentate în limbile chineză și engleză.

Scrisori între Maestră și practicienii spirituali: engleză (1), chineză (1-3), aulaceză (1-2) și spaniolă (1).

Maestra spune povești. Prezentat în: engleză, chineză, spaniolă, aulaceză, coreeană, japoneză și tailandeză.

Lacrimi tăcute. Carte de poezie scrisă de Maestră. Prezentată în mai multe ediții combinate în limbile germană - franceză și chineză - engleză. De asemenea, se găsește și în limbile spaniolă, portugheză, coreeană și filipineză.

Dumnezeu are grijă de toate – Carte cu povești ilustrate din înțelepciunea Maestrei Supreme Ching Hai, în limbile aulaceză, chineză, engleză și germană.

Visul unui fluture. O carte de poezie scrisă de Maestră. Prezentată în limbile aulaceză și engleză.

Timperi vechi. O carte de poezie scrisă de Maestră. Prezentată în limba engleză.

Memorii de aur. O carte de poezii scrisă de Maestră în tinerețe. Prezentată în limba aulaceză.

Memorii uitate. O carte de poezii scrisă de Maestră în tinerețe. Prezentată în aulaceză și engleză.

Urme ale vieții trecute. O carte de poezie scrisă de Maestră. Prezentată în limba engleză.

Maestra spune povești, carte prezentată în limbile engleză, chineză, spaniolă, aulaceză, coreeană, japoneză și tailandeză.

Dumnezeu are grijă de toate – carte de ilustrate cu povești din înțelepciunea Maestrei Supreme Ching Hai, prezentată în limbile aulaceză, chineză, engleză, franceză, japoneză și coreeană.

Umorul plin de înțelepciune al Maestrei Supreme Ching Hai – **Haloul tău este prea strimt**, carte prezentată în limbile engleză și chineză

Să ne colorăm viața – o colecție de citate și învățături spirituale ale Maestrei. Prezentată în limbile engleză și chineză.

Secretul practicii fără efort – prezentată în chineză și engleză.

Timpul de demult – o carte de poezie scrisă de Maestră și prezentată în limba aulaceză și engleză.

Pietrele și aurul – o carte de poeme de demult scrise de Maestră. Prezentată în limbile aulaceză și engleză.

Despre Dumnezeu și oameni – explicarea povestirilor din Biblie. Această antologie specială include 13 povești din Biblie, spuse într-un fel unic de către Maestră în ocazii diferite. Prezentată în limbile chineză și engleză.

Contactul direct cu Dumnezeu - Calea de a ajunge la pace. O colecție a prelegerilor Maestrei Supreme Ching Hai din timpul Turneului european din anul 1999. În acest volum Maestra vorbește despre cauza principală a războiului și a suferinței din această lume, și arată că singura cale de a aduce pacea în rândul oamenilor este prin a veni în contact direct cu Dumnezeu. Dacă urmăm calea corectă, atunci cu siguranță că putem să schimbăm viitorul lumii. Fiecare cuvânt din discursul Maestrei este are un ton foarte puternic care le răscolește inimile oamenilor! Prezentate în engleză și chineză.

Am venit să vă iau acasă. O colecție de citate și învățături spirituale ale Maestrei Supreme Ching Hai. Prezentate în bulgară, cehă, engleză, franceză, germană, greacă, ungară, italiană, indoneziană, coreeană, poloneză, română, rusă, spaniolă și turcă.

Aforisme. Sâmburii înțelepciunii eterne a Maestrei. Prezentate în combinație de limbi engleză – chineză, spaniolă – portugheză, franceză – germană și în coreeană.

Bucătăria Supremă (I) – rețete culinare internaționale, o selecție de gustări originale. O colecție de delicatese culinare recomandate de practicienii din toată lumea. Prezentată în engleză și chineză.

Bucătăria Supremă (II) – o combinație de volume în engleză și chineză.

O lume a păcii prin muzică. O colecție de interviuri și compoziții muzicale din cadrul Concertului de binefacere din Los Angeles, California. Prezentat într-o combinație de limbi în engleză – aulaceză - chineză.

Colecția creațiilor de artă ale Maestrei Supreme Ching Hai - prezentată într-o combinație de limbi în engleză, aulaceză și chineză.

S.M.Celestial Clothes – prezentată ca o combinație în limbile engleză și chineză.

Casete audio și video

Vizionarea casetelor Maestrei ne poate ajuta să ne refacem perspectivele și ne aduce aminte de Sinele nostru adevărat. Prin înțelepciunea convertită de multe ori cu umor, cuvintele și gesturile Maestrei ne aduc căldura răsului în inimile noastre. De asemenea, casetele audio cu prelegerile și discuțiile cu inițiații poate transforma timpul petrecut pe o navetă într-o experiență plăcută.

O listă scurtă cu casetele care sunt disponibile la ora actuală vă este prezentată mai jos. Pentru mai multe informații despre cum să

obțineți aceste casete, vă rugăm să căutați la rubrica obținerea publicațiilor.

O rugăciune pentru pacea lumii. Prelegere în Ljubljana, Slovenia.

Să fii propriul tău Maestru. Meditație de grup, Texas, SUA.

Trecerea din invizibil. Prelegere în Durban, Africa de Sud.

Importanța demnității omului. Meditație de grup, New Jersey, SUA.

Să te conectezi pe tine cu Dumnezeu. Prelegere în Lisabona, Portugalia.

Cum să-ți iubești dușmanii. Meditație de grup, Santimen, Formosa.

Să te reîntorci la inocența copilăriei. Prelegere în Stockholm, Suedia.

Calea de a găsi comoara lăuntrică. Meditație de grup, Chiang Mai, Tailanda.

Împreună putem să alegem un destin mai luminos. Prelegere în Varșovia, Polonia.

Alegerea fiecărui suflet. Meditație de grup, Los Angeles, SUA.

Mergi pe drumul iubirii. Meditație de grup, Londra, Anglia.

Lăsași-i pe ceilalți să creadă în Dumnezeu așa cum doresc ei. Meditație de grup, Los Angeles, SUA.

Casete și CD-uri cu muzică

Darurile muzicale ale Maestrei pentru noi cuprind imnuri budiste, poezie și compoziții originale, care sunt interpretate cu instrumente tradiționale cum ar fi mandolina și țiter-ul chinezesc. Multe din compozițiile muzicale pot fi obținute ca CD-uri și casete audio. Pentru mai multe informații despre cum să obțineți aceste casete și CD-uri, vă rugăm să căutați la rubrica obținerea publicațiilor.

Imnuri budiste. Imnuri de meditație ale Maestrei Supreme Ching Hai, vol. 1, 2, 3.

Imnuri sfinte: Halleluja

Urme ale vieții trecute. Poezie cântată de Maestră, vol. 1, 2, 3.

O cale spre legendele iubirii. Poezie cântată de Maestră, vol. 1, 2, 3.

O colecție de muzică compusă de Maestră. (vol. 1-9) Compoziții originale interpretate la țambal, harpă, pian, țiterul chinezesc, pianină și altele.

Colecția de poezie:

Pe urmele vieților trecute, vol. 1;2;3 (CD,Video,Audio) aulaceză

Calea către legendele iubirii, vol 1;2;3 (CD,Video,Audio) aulaceză

Dincolo de timp: (CD) aulaceză

Atingerea unei miresme: (CD) aulaceză

O zi ca multe altele: (CD) aulaceză

Vis de noapte: (CD) aulaceză

La ce naiba? (CD) aulaceză

Te rog păstrează pentru totdeauna: (CD) aulaceză

Cântece și compoziții ale Maestrei Supreme Ching Hai: (CD) engleză, chineză, aulaceză

Cântecul iubirii: (DVD) aulaceză și engleză

DVD-uri

| Codul | Titlul | Locul |
|-------|---|------------------------------|
| 240 | Să conduci lumea spre o eră nouă | Hsihu, Formosa |
| 260 | Misterul lumii de dincolo | New York, USA |
| 389 | Cântece și compoziții ale Maestrei Supreme Ching Hai | |
| 467 | Suferința din această lume vine din ignoranța noastră | Singapore |
| 493 | Apreciază valoarea inițierii | Hamburg, Germania |
| 582 | Să fii hotărât pe calea spirituală | Australia |
| 608 | Metodele progresului spiritual | Washington D.C., SUA |
| 638 | Să dai tot ce ai mai bun în tine | Centrul din Florida, SUA |
| 665 | Liniștirea minții | Istanbul, Turcia |
| 665a | Liniștirea minții | Istanbul, Turcia |
| 667 | Să fii purtătorul torței pentru Dumnezeu | Johannesburg, Africa de Sud |
| 670 | Natura noastră perfectă | Florida, SUA |
| 671 | Să fii iluminat | Tel Aviv, Israel |
| 673 | Emoții transcendente | Cape Town, Africa de Sud |
| 674 | Să mergi în iubire și veselie | Cape Town, Africa de Sud |
| 676 | Parlamentul religiilor lumii | Cape Town, Africa de Sud |
| 677 | Zâmbetul unui înger | Bangkok, Tailanda |
| 680 | Dincolo de vidul existenței | Bangkok, Tailanda |
| 688 | Iubirea este esența adevărată a vieții | Malaezia |
| 689 | Iluminarea și ignoranța | Nepal |
| 692 | Să ascuți în interior la natura noastră adevărată | Taoyuan, Formosa |
| 693 | Înțelepciunea și concentrarea | Tokyo, Japonia |
| 694 | Viața continuă pentru totdeauna | Seoul, Coreea |
| 695 | Un schimb de idei spirituale și intelectuale Conferință la Academia Sinica | Formosa |
| 696 | Libertate dincolo de minte și corp | Young Dong, Coreea |
| 705 | Trezirea din vis | Centrul din Seoul, Coreea |
| 709 | O seară cu staruri | Los Angeles, SUA |
| 701 | Să răspândești învățătura adevărată | Yong Dong, Coreea |
| 711 | Hotelul numit viață | Fresno, California, SUA |
| 718 | Iubirea este bună mereu | Centrul din Florida, SUA |
| 719 | Depășirea obiceiurilor rele | Centrul din Florida, SUA |
| 737 | Să practici cu ușurință | Centrul din Florida, SUA |
| 739 | Corpul manifestat al Maestrei | Centrul din Florida, SUA |
| 741 | Spectacolul din seara mileniumului | Bangkok, Tailanda |
| 742 | Elevarea planetei prin practica spirituală | Hsihu, Formosa; Hong Kong și |

| | | |
|-----|-------------------------------------|--------------------------|
| | China | |
| 751 | Bodhisattvas care nu mai regresează | Hsihu, Formosa |
| 754 | Scara iluminării spirituale | Centrul din Florida, SUA |
| 755 | Sfinții veseli | Centrul din Florida, SUA |
| 757 | Adevărul despre lumile Maestrului | Centrul din Florida, SUA |
| 756 | Valoarea cinstei | Centrul din Florida, SUA |
| 758 | Puterea de a transmite iluminarea | Centrul din Florida, SUA |
| |etc. | |

Obținerea publicațiilor

Toate publicațiile sunt oferite la prețul minim. Dacă vreți să cumpărați sau să comandați vreo publicație, vă rugăm să vă adresați mai întâi Centrul local sau persoanei de contact, ca să vedeți dacă publicația este disponibilă. Ca să obțineți lista cu publicațiile disponibile, puteți să întrebați la Centrul local sau să vizitați următoarea adresă de internet:

www.smchbooks.com

În plus, multe din revistele publicate pe internet au rubrici speciale în care sunt anunțate cele mai recente cărți și casete publicate. Spațiile de expunere din cadrul reuniunilor sunt de asemenea locuri excelente unde se pot vedea imediat cărțile, casetele, fotografiile, picturile și bijuteriile create de Maestră.

Dacă este necesar, puteți să comandați direct de la sediul central din Formosa (P.O.Box 9, Hsihu, Miaoli, Formosa, ROC). Catalogul cu toate detaliile poate fi obținut la cerere, de asemenea.

Paginile de internet Quan Yin

God's direct contact – internetul global pentru Asociația Internațională Maestra Supremă Ching Hai

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

Acest portal vă oferă mai multe ferestre de deschidere spre paginile de internet Quan Yin în multe limbi străine și de asemenea, accesul 24 de

ore la programul de televiziune “O călătorie în lumea ezoterică”. Puteți, de asemenea, să încărcați ediția multilinguală a broșurii *Cheia iluminării spirituale imediate* sau să faceți abonament prin internet la *Revista Maestrei Supreme Ching Hai* și la alte cărți în format electronic sau care pot fi tipărite sau puteți să navigați paginile de internet la îndemână:

<http://www.godsdirectcontact.eu.com/rom/index.htm> (în limba română)

www.Godsdirectcontact.com/

www.Godsdirectcontact.org/

www.Godsmediatecontact.net/

www.Godsmediatecontact.org/

www.Godsmediatecontact.com/

„Găsește-ți propria Comoară Eternă și vei fi capabil să te iei din Sursa ei inepuizabilă. Acestea sunt Bindecuvântări infinite! Nu am cuvinte cu care să-i fac reclamă. Nu pot decât să-i aduc laude și să sper că voi o să credeți în lauda mea și pe undeva, energia mea va avea efect asupra inimii voastre și vă va înălța la aceste sentimente de bucurie, și atunci o să credeți. După inițiere, veți cunoaște cu adevărat însemnătatea cuvintelor mele. Nu am o altă cale prin care să vă fac să înțelegeți această Bindecuvântare extraordinară, pe care Dumnezeu mi-a dat-o, și mi-a dat dreptul să o împart, gratis și fără condiții.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Noi luăm karma de la cei din jurul nostru, prin a ne uita la ei, prin a ne gândi la ei, prin a le împrumuta o carte, prin a lua masa cu ei, etc. În felul acesta noi bindecuvântăm oamenii și le reducem din karma lor. În felul acesta noi practicăm, ca să propagăm Lumina și să alungăm întunericul. Bindecuvântați sunt cei care ne dau din karma lor, noi suntem bucuroși să-i ajutăm.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„În limbajul uman, noi vorbim tot timpul nimicuri. Noi trebuie să tralala mereu în legătură cu toate. Noi trebuie să comparăm, trebuie să evaluăm, trebuie să identificăm, trebuie să dăm un nume la toate. Dar Absolutul, dacă este Absolutul adevărat, noi nici măcar nu putem să vorbim despre așa ceva, nu poți să vorbești despre el. Nici măcar nu poți să te gândești la el. Nu poți să și-l imaginezi. Nu este nimic. Înțelegeți?”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

## Cum să ne contactați

**D**iscipolii sau practicienii Maestrei Supreme Ching Hai au pus bazele multor Asociații și Centre de meditație în întreaga lume. Centrul principal pentru publicații este în Formosa:

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

Acești practicieni au primit inițierea în Metoda Quan Yin și au voluntariat ca să-i ajute și pe ceilalți care doresc să primească inițierea sau să cunoască mai multe despre învățăturile Maestrei Ching Hai. Ei sunt gata să vă ajute cu răspunsuri la întrebări sau să vă selecteze casete audio sau video sau publicațiile care sunt cele mai potrivite pentru voi. De asemenea, ei vă pot informa cu privire la programul de prelegeri, reuniunile sau alte activități organizate de Maestra Ching Hai.

**\*\*\*AFRICA\*\*\***

**Angola:** Centrul din Angola 244-92-38082  
luandacentre@yahoo.com  
**Benin:** Centrul din Benin 229-383-982  
smbenin@yahoo.fr  
**Bukinafaso:** Centrul din Ouagadougou 226341704  
smburkinafaso@yahoo.fr  
**Cameron:** Centrul din Douala 237-34-37232  
smcameroon@hotmail.com  
**Republica Dem. Congo** Kinshasa  
Centrul din Kinshasa: 243-810583010  
blessedcongo@yahoo.fr  
**Ghana:** Centrul din Ghana 233-27- 607-528  
smghanac@yahoo.com  
**Kenia:** Centrul din Kenia 254-735564987  
saintearthmail@yahoo.co.uk  
**Madagaskar:**  
Antananarivo Eric Razahidah 261-33-1115197  
razahidah@hotmail.com

**Mauritius:**

Port Louis  
Liang Dong Sheng 230-2566-286  
smchmauritiuss@intnet.mu  
Josiane Chan She Ping 230-242-0462  
smchmauritiuss@intnet.mu

**Africa de Sud:**

Cape Town Centrul din Cape Town  
27-83-952-5744  
capetowncentre@yahoo.com  
Johannesburg Gerhard Vosloo 27-82-570-4437  
ghvosloo@mweb.co.za  
Dieketseng Napo 27-83-456-3968  
dnapo@absamail.co.za

**Togo:**

Kpalime Centrul din Kpalime 228-4-410-948  
Lome Centrul din Lome 228-2-222-864  
smtogo@yahoo.com  
David Chine 228-2-215-551

## 110 Cheia iluminării spirituale imediate *Maestra Supremă Ching Hai*

- Uganda:**  
Kampala Samuel Luyimbaazi 256-7764-9807
- Chile:**  
La Serena Esteban Zapata Guzman 56-51-451019  
laserenacenter@hotmail.com  
Santiago Centrul din Santiago 56-2-6385901  
Centrul din Chile chilecenter@hotmail.com  
56-2-6389229
- \*\*\*AMERICA\*\*\***
- Argentina:** Buenos Aires  
Mabel Alicia Kaplan 54-11-4-545-4640  
backhome25@hotmail.com
- Bolivia:**  
Santa Cruz Adalina da graca munhoz 591-337-2039  
adamunhoz@hotmail.com
- Trinidad Wu Chao Shien 591-4625964
- Brazilia:**  
Belem Wei Cheng Wu55-91-2234424/55-91-2746611  
belemcenter@yahoo.com.br
- Goiania Erwin Madrid 55-62-3941-4510  
erwinserrano@terra.com.br
- Recife Salma Casierra Alvarez 55-81-3262912
- San Paulo Centrul din San Paulo 55-11-5904-3083/55791180  
br\_center@yahoo.com.br
- Canada:**  
Edmonton Brian Hokanson 1-780-444-6568  
Dang Van Sang 1-780-963 5240  
anh2sd@hotmail.com
- Kingston Quang Thanh Le 1-613-384-6872  
quang\_le1@hotmail.com
- Londra Centrul din Londra 1-519-933-7162  
uniself@yahoo.com
- Montreal Centrul din Montreal 1-514- 277-4655  
smchmontreal@vif.com  
Euchariste Pierre 1-514-277-2717  
p\_euchariste1@sympatico.ca  
Hung The Nguyen 1-514-494-7511  
thehungnguyen@vif.com
- Ottawa Tuan Duong 1-613-565-0862  
et323@ncf.ca
- Toronto Centrul din Toronto 1-416-503-0515  
Diep Hoa 1-905-828-2279  
hoadiep0723@yahoo.com  
Lenh Van Pham 1-416-282-5297  
hiepham@rogers.com
- Oficiu: torontocontact@yahoo.ca
- Vancouver Li-Hwa Liao 1-604-541-1530  
jsung22@shaw.ca
- Sheila Coodin 1-604-580-4087  
qycontactperson@yahoo.ca
- Nguyen Thi Yen 1-604-581-7230
- Columbia:**  
Bogota Blanca Elizabeth Pedraza 57-1-6240217  
diachadicha@hotmail.com
- Costa Rica:**  
San Jose Centrul din San Jose 506-2200-753  
Laura Chen 506-3632-748  
lauracmesa401@hotmail.com
- Honduras:**  
Tegucigalpa Edith Sagrario Ochoa 504-2250120
- Mexic:**  
Mexico Sylvia Lagrange 52-686-568-4575  
eternalmaster2002@yahoo.com.mx  
Mexico D.F. Centrul din Mexico DF:  
52-55-5752-7472/5639-3506  
cmpkamelkamel@hotmail.com  
kamel@igo.com.mx  
Oficiul din Mexic 52-55-5852-1256  
tcenter@contactodirectocondios.org
- Monterrey Roque Antonio Leal Suffo 52-8-379-0897  
mtycenter@starmedia.com
- Nicaragua:**  
Managua Pastora Valdivia Iglesias 505-248-3651  
roxanavet@hotmail.com
- Panama:** Centrul din Panama 507-236-7495  
Maritza E.R. de Leone 507-260-5021  
mrloneo@hotmail.com
- Paraguay:**  
Asuncion Emilce Cespedes Gimenez 595-2-523684  
ec\_py2002@yahoo.com.ar
- Peru:**  
Cusco Patricia Kross Canal 51-84-232682  
cuscocentro@yahoo.com
- Lima Centrul din Lima 51-1-4716472  
Edgar Nadal & Teresa 51-1-4667737  
edyter@viabcp.com
- Victor Carrera 51-1-2650310
- Puno Mercedes Rodriguez 51-54-353039  
punocentroperu@yahoo.es
- Trujillo Ra Segura Prado 51-44-221688

|                                                                                                 |                                                                                                                                                                                     |                                                                          |                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                 | rsp_trujillo@hotmail.com                                                                                                                                                            |                                                                          | ekalbekim@yahoo.com                                               |
| <b>Salvador:</b>                                                                                |                                                                                                                                                                                     | <b>Georgia:</b>                                                          |                                                                   |
| San Salvador                                                                                    | Manuel Menjivar 503-216-9413<br>quijano_manuel@yahoo.es                                                                                                                             | Centrul din Bhiksuni Chan Mo 1-770-936-9926<br>georgiacenter@hotmail.com |                                                                   |
| <b>Trinidad:</b>                                                                                |                                                                                                                                                                                     | James Collins 1-770-934-2098                                             |                                                                   |
| Ray Alibocus                                                                                    | 1-868-637-1054<br>alibocus@tsstt.net.tt                                                                                                                                             | Kim Dung Thi Nguyen 1-404-292-7952                                       |                                                                   |
| <b>SUA:</b>                                                                                     |                                                                                                                                                                                     | <b>Hawaii:</b>                                                           | Centrul din Hawaii 1-808-735-9180<br>hawaiictr@hotmail.com        |
| <b>Arizona:</b>                                                                                 | Centrul din Arizona 1-602-264-3480<br>Kenny Ngo 1-602-404-5341<br>kennynngoaz@hotmail.com                                                                                           | Dorothy Kaomi Sakata 1-808-988-6059<br>DorothySakata@aol.com             |                                                                   |
| <b>Arkansas:</b>                                                                                | Robert Jeffreys 1-479-253-8287<br>bobedj@cox-internet.com                                                                                                                           | <b>Illinois:</b>                                                         | Tran,Cao-Minh Lam 1-773-506-8853<br>caominhtran@yahoo.com         |
| <b>California:</b>                                                                              |                                                                                                                                                                                     | <b>Indiana:</b>                                                          | Duc Vu 1-317-293-5303<br>Duchanh@aol.com                          |
| *Los Angeles                                                                                    |                                                                                                                                                                                     | <b>Kentucky:</b>                                                         | Centrul din Kentucky<br>kycenter2000@yahoo.com                    |
| Centrul din Los Angeles 1-909-674-7814<br>Tsong-Liang Lin 1-626-914-4127<br>tllin54@hotmail.com |                                                                                                                                                                                     | Nguyen Minh Hung 1-502-695-7257<br>Fuji.Nguyen@ky.gov                    |                                                                   |
| Dong Phung 1-626-284-9994<br>SanGabriel99@hotmail.com                                           |                                                                                                                                                                                     | <b>Louisiana:</b>                                                        | John L. Fontenet 1-504-483-3234<br>jlfontenet@hotmail.com         |
| Gerald Martin 1-310-836-2740<br>gmartin0999@hotmail.com                                         |                                                                                                                                                                                     | <b>Maryland:</b>                                                         | Nguyen Van Hieu 1-301-933-5490<br>marylandcenter@yahoo.com        |
| *Sacramento                                                                                     |                                                                                                                                                                                     | <b>Massachusetts:</b>                                                    |                                                                   |
| Hieu De Tu 1-916-682-9540<br>saccenter.ca@usa.com                                               |                                                                                                                                                                                     | Centrul din Boston 1-978-436-9982<br>shinemound@earthlink.net            |                                                                   |
| *San Diego                                                                                      |                                                                                                                                                                                     | Gan Mai-Ky 1-508-791-7316<br>Huan-Chung Li 1-978-957-7021                |                                                                   |
| Centrul din San Diego 1-619-280-7982<br>quanyinsd@juno.com                                      |                                                                                                                                                                                     | <b>Michigan:</b>                                                         | Martin John White 1-734-327-9114<br>mading02000@yahoo.com         |
| Tran Van Luu 1-619-475-9891                                                                     |                                                                                                                                                                                     | <b>Minnesota:</b>                                                        | Quach Ngoc 1-612-722-7328<br>quachmn@yahoo.com                    |
| *San Francisco                                                                                  |                                                                                                                                                                                     | <b>Missouri:</b>                                                         |                                                                   |
| Centrul din San Francisco<br>KHOALUONG@aol.com                                                  |                                                                                                                                                                                     | *Jefferson                                                               | Mary E.Steck 1-573-761-9969<br>MSteck5208@aol.com                 |
| Khoa Dang Luong 1-415-753-2922<br>Dan Hoang 1-415-333-9119<br>sfcenter@hotmail.com              |                                                                                                                                                                                     | *Rolla                                                                   | Genda Chen 1-573-368-2679<br>gchen@umr.edu                        |
| *San Jose                                                                                       | Sophie Lapaire 1-650-988-6500<br>Sophie.Lapaire@eng.sun.com<br>Edgar Shyuan 1-408-463-0297<br>Edgar-Teresa@worldnet.att.net<br>Loc Petrus 1-510-276-4631<br>petrusl2k@earthlink.net | <b>Nebraska:</b>                                                         | Celine Robertson 1-402-483-4067<br>croberts@lps.org               |
| <b>Colorado:</b>                                                                                | Victoria Singson 1-303-986-1248<br>torahi@ureach.com                                                                                                                                | <b>Nevada:</b>                                                           | Helen Wong 1-702-242-5688                                         |
| <b>Florida:</b>                                                                                 |                                                                                                                                                                                     | <b>New Jersey:</b>                                                       | Centrul din New Jersey<br>1-973-209-1651<br>c_newjersey@yahoo.com |
| *Cape Coral                                                                                     |                                                                                                                                                                                     | Chang Sheng Chou 1-973-335-5336<br>JohnChou@ymmlusa.com                  |                                                                   |
| Thai Dinh Nguyen 1-941-458-2639<br>Thaidbzaad@msn.com                                           |                                                                                                                                                                                     | <b>New Mexico:</b>                                                       | Nawarskas 1-505-342-2252<br>anawarskas@hotmail.com                |
| Trina L. Stokes 1-239-433-9369<br>tst1095@earthlink.net                                         |                                                                                                                                                                                     | <b>New York:</b>                                                         | Zhihua Dong 1-718-567-0064<br>dong@phys.columbia.edu              |
| *Orlando                                                                                        |                                                                                                                                                                                     | <b>Rochester:</b>                                                        | Debra Couch 1-716-256-3961                                        |
| Michael Stephen Blake 1-407-333-0178                                                            |                                                                                                                                                                                     |                                                                          |                                                                   |

## 112 Cheia iluminării spirituale imediate *Maestra Supremă Ching Hai*

|                        |                                                                                                                                                                                                                               |                     |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        | dcouch@rochester.rr.com                                                                                                                                                                                                       |                     | Edward Tan       | 1-206-228-8988                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>North Carolina:</b> | Huynh Thien Tan 1-704-535-3789                                                                                                                                                                                                | <b>Wyoming:</b>     | Esther Mary Cole | 1-307-332-7108<br>sumaemc@yahoo.com                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Ohio:</b>           | Vu Van Phuong 1-513-887-8597<br>ohiocenter@yahoo.com<br>Gilbert Rivera 1-937-746-3786<br>wisdmeyc@aol.com                                                                                                                     | <b>Puerto Rico:</b> | Camuy            | Disnalda Hernandez Morales<br>1-787-262-1874<br>disnalda@caribe.net                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Oklahoma:</b>       | Tran Kim Lam 1-405-632-1598<br>L.T.RAN2292@aol.com                                                                                                                                                                            | <b>***ASIA***</b>   |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Oregon:</b>         | Minh Tran 1-503-614-0147<br>oregon_center90@yahoo.com<br>Youping Zhong 1-503-257-2437<br>youping320@yahoo.com                                                                                                                 | <b>Formosa:</b>     | Taipei           | Centrul din Taipei 886-2-2706-6168<br>tpe.light@msa.hinet.net                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Portland</b>        |                                                                                                                                                                                                                               |                     | Loh, Shih-Hurrng | 886-2-27062628<br>shloh@ndmctsgl.edu.tw                                                                                                                                                                                                                                       |
|                        |                                                                                                                                                                                                                               |                     | Miaoli           | Chen, Tsan Gin 886-37-221618<br>Chu, Chen Pei 886-37-724726                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Pennsylvania:</b>   | Diep Tam Nguyen 1-610-529-3114<br>DiepAshleyPa@aol.com<br>Ella Flowers 1-215-879-6852                                                                                                                                         |                     | Kaohsiung        | Zeng, Huan Zhong 886-7-7534693                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Texas:</b>          |                                                                                                                                                                                                                               |                     | Hong Kong:       | Centrul din Hong Kong 852-27495534<br>Oficiu: 852-26378257<br>joyandlove3@hotmail.com                                                                                                                                                                                         |
| <b>*Austin</b>         | Centrul din Austin 1-512-396-3471<br>jjdawu@yahoo.com<br>Dean Duong Tran 1-512-989-6113<br>tranduongdean@yahoo.com                                                                                                            | <b>India:</b>       | Calcutta         | Ashok Sinha 91-33-655-6741<br>shiv@cal.vsnl.net.in                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>*Dallas</b>         | Centrul din Dallas 1-214-339-9004<br>DallasCenter@yahoo.com<br>Tim Mecha 1-972-395-0225<br>t.mecha@comcast.net<br>Weidong Duan 1-972-517-5807<br>water96@yahoo.com<br>Jimmy Nguyen 1-972-206-2042<br>JimmyHN Nguyen@yahoo.com | <b>Indonezia:</b>   | Bali             | Centrul din Bali 62-361-231-040<br>smch_bali@yahoo.com<br>Agus Wibawa 62-81-855-8001<br>wibawa001@yahoo.com                                                                                                                                                                   |
| <b>*Houston</b>        | Centrul din Houston 1-281-955-5782<br>Carolyn Adamson 1-713-6652659<br>cadamson@houston.rr.com<br>Charles Le Nguyen 1-281-251-8812<br>cuc_le@sbeglobal.net<br>Robert Yuan 1-281-251-3199<br>robert.yuan@hp.com                |                     | Jakarta          | Centrul din Jakarta 62-21-6319066<br>smch-jkt@dnet.net.id<br>Tai Eng Chew 62-21-6319061<br>cte@envirotec.co.id<br>Lie Ik Chin 62-21-6510715<br>herlina@ueii.com<br>Murniati Kamarga 62-21-3840845<br>hai@cbn.net.id<br>Ketut P.Swastika 62-21-7364470<br>ketut@sinarmas.co.id |
| <b>*San Antonio</b>    | Khoi Kim Le 1-210-558-2049<br>lenthong@hotmail.com                                                                                                                                                                            |                     | Malang           | Judy R. Wartono 62-341-491-188<br>yudi_wartono@telkom.net<br>Henry Soekianto 62-341-325-832                                                                                                                                                                                   |
| <b>Virginia:</b>       | Centrul din Virginia 1-703-941-0067<br>Hua Phi Anh 1-703-978-6791<br>anhhy@hotmail.com                                                                                                                                        |                     | Medan            | Merlinda Sjaifuddin 62-61-4514656<br>smch_medan@hotmail.com                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>*Virginia Beach</b> | Centrul din Virginia Beach 1-757-461-5531<br>liem_le23502@yahoo.com                                                                                                                                                           |                     | Surabaya         | Centrul din Surabaya 62-31-5612880<br>ahimsasb@indosat.net.id<br>Harry Limanto Liem 62-31-594-5868<br>harry_l@sby.dnet.net.id                                                                                                                                                 |
| <b>Washington:</b>     |                                                                                                                                                                                                                               |                     | Yogyakarta       | Madyana Putra Augustinus 62-274-411-701                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>*Seattle</b>        | Ben Tran 1-425-643-3649<br>benptran@aol.com                                                                                                                                                                                   |                     |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                               |



|                  |                                                                                             |                                                                                                      |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                  | t.adianingtyas@lycos.com                                                                    | Chi-Liang Chen 607-6622518                                                                           |
| <b>Israel:</b>   | Mr. Yaron Adari 972-9-866-6247<br>ya05@netvision.net.il                                     | supreme2@tm.net.my                                                                                   |
| <b>Japonia:</b>  |                                                                                             | Kuala Lumpur                                                                                         |
| Gunma            | Hiroko Ichiba 81-27-9961022<br>divinalv@mtb.biglobe.ne.jp                                   | Centrul din Kuala Lumpur 603-92873904<br>klsmsch@tm.net.my                                           |
| Tateyama         | Centrul din Tateyama 81-470-209127<br>tateyama_lg@yahoo.co.jp                               | Oficiu 6012-259-5290<br>klsmsch@yahoo.com                                                            |
| Tokio            | Yukiko Sugihara 81-3-3307-1643<br>lotus@sky.plala.or.jp                                     | Penang Centrul din Penang 604-2285853<br>pgsmch@pd.jaring.my                                         |
|                  | Yoshie Takeda 81-90-3963-0755<br>y-plus@f6.dion.ne.jp                                       | Lin Wah Soon 604-6437017                                                                             |
| <b>Coreea:</b>   |                                                                                             | <b>Mongolia:</b>                                                                                     |
| Andong           | Centrul din Andong 82-54-821-3043<br>Kim, Sam-Tae 82-54-821-3043                            | Ulanbator                                                                                            |
| Busan            | Centrul din Busan 82-51-581-9200<br>chinghaibusan@hanmail.net                               | Erdenechimeg Baasandamba 976-11-310908<br>baasandamba@yahoo.com                                      |
|                  | Song, Ho-Joon 82-51-957-4552<br>Hwang, Sang-Won 82-51-805-7283                              | Baganuur                                                                                             |
| Chungok          | Centrul din Chungok 82-54-6731399                                                           | Gursad Bayarsaikhan 976-121-21174                                                                    |
| Daegu            | Centrul din Daegu 82-53-743-4450<br>chinghaidaegu@hanmail.net                               | <b>Myanmar:</b> Sai San Aik 951-667427                                                               |
|                  | Cha, Jae-Hyun 82-53-856-3849<br>Han, Sun-Hee 82-53-767-5338                                 | <b>Nepal:</b>                                                                                        |
| Daejeon          | Centrul din Daejeon 82-42-625-4801<br>Kim, Soo-Dong 82-42-2547309                           | Kathmandu Centrul din Kathmandu<br>977-1-4254-481                                                    |
| Gwang-Ju         | Centrul din Gwang-Ju<br>82-62-5257607<br>Jo, Myong-Dae 82-62-394-6552<br>smgwanju@naver.com | chinghai_kathmandu@hotmail.com<br>Ajay Shrestha 977-1-4473-558<br>ajaystha@hotmail.com               |
| Incheon          | Centrul din Incheon 82-32-579-5351<br>Lee, Jae-Moon 82-32-244-1250                          | Pokhara Centrul din Pokhara 977-61-28455<br>Bishnu Neupane 977-61-31643<br>neupanebishnu@hotmail.com |
| Jeonju           | Centrul din Jeonju 82-63-274-7553<br>shc5824@hanmail.net                                    | Shiva Bastola 977-61-28255<br>Raj Kumar Lama 977-61-31413                                            |
| Seoul            | Centrul din Seoul 82-2-5772158<br>goldenseoul@yahoo.co.kr                                   | <b>Filipine:</b> Centrul din Manila<br>manilach@hotmail.com                                          |
| Youngdong        | Centrul din Youngdong<br>82-54-5325821<br>houmri1@kornet.net                                | <b>Singapore:</b> Centrul din Singapore 65-6741-7001<br>chinghai@singnet.com.sg                      |
| <b>Laos:</b>     |                                                                                             | Oficiu 65-6846-9237                                                                                  |
| Vientiane        | Somboon Phetphommasouk 856-21-415-262<br>somboon_9@hotmail.com                              | <b>SriLanka:</b>                                                                                     |
| <b>Macau:</b>    | Centrul din Macau 853-532231<br>macau_center@email.com                                      | Colombo Lawrance Fernando 94-1-412115<br>samantha_nbt@zeynet.com                                     |
|                  | Oficiu: 853-532995                                                                          | <b>Tailandia:</b>                                                                                    |
| <b>Malaezia:</b> |                                                                                             | Bangkok Centrul din Bangkok 662-674-2690<br>bkk_c@hotmail.com                                        |
| Alor Setar       | Chiao-Shui Yu 60-4-7877453                                                                  | Laddawan Na Ranong 66-1-8690636/<br>66-2-5914571                                                     |
| Johor Bahru      |                                                                                             | Chiang Mai                                                                                           |
|                  |                                                                                             | Siriwan Supatrchamnian 66-53-384128<br>siriwanli@hotmail.com                                         |
|                  |                                                                                             | Khon Kaen                                                                                            |
|                  |                                                                                             | Centrul din Khon Kaen 66-43-378112                                                                   |
|                  |                                                                                             | Songkhla                                                                                             |
|                  |                                                                                             | Centrul din Songkhla 66-74-447224                                                                    |
|                  |                                                                                             | <b>***EUROPA***</b>                                                                                  |
|                  |                                                                                             | <b>Austria:</b> Centrul din Viena Chinghai@A1.net                                                    |



|                        |                                                                                        |                       |                                                                                              |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        | Angelholmswe@yahoo.com                                                                 |                       | dlich136@hotmail.com                                                                         |
| Åre                    | Viveka Widlund 46-647-32097<br>sweden1@tele2.se                                        | Byron Bay             |                                                                                              |
| Malmö                  | John Wu 46-40-215688<br>john.wu@bolina.hsb.se                                          | Northern Rivers       | Ray Dixon 612 - 66 89 1282<br>ray_jule@bigpond.net.au                                        |
| Stockholm              | Mats Gigard 46-8-882207<br>mats.gigard@telia.com                                       | Canberra              | Khanh Huu Hoang 61-2-6259-1993<br>smcanberra@hotmail.com                                     |
| <b>Elveția:</b>        |                                                                                        | Melbourne             | Centrul din Melbourne<br>melbsmch@aol.com                                                    |
| Geneva:                | Feng-Li Liu 41-22-7973789<br>fengli@ilo.org                                            | Rob Nagtegaal         | 61-3-5282-4431<br>rosrobbery@aol.com                                                         |
|                        | Klein Ursula 41-22-3691550<br>uklein@tiscali.ch                                        | Phong Minh Tan Do     | 61-3-9850- 2553<br>phongloveme@yahoo.com                                                     |
| <b>Marea Britanie:</b> |                                                                                        | Alan Khor             | 61-3-9857-4239<br>ckhor@bigpond.net.au                                                       |
| <b>Anglia:</b>         |                                                                                        | Perth                 | Centrul din Perth 61-8-9242-1189<br>David Robert Brooks 61-8-9418-6125<br>daveb@iinet.net.au |
| Ipswich                | Shahid Mahmood 44-1473-436961<br>shahidm@ntlworld.com                                  | Sidney                | Ly Van Tri 61-8-9242-2848<br>Eino Laidsaar 61-2-9477-5459<br>einoforquanyinsydney@yahoo.com  |
| Londra                 | Centrul din Londra<br>pnl@matters19.freeserve.co.uk                                    |                       | Ly An Thanh 61-2-9823-8223<br>anbinh_sydney@yahoo.com.au                                     |
|                        | Nicholas Gardiner 44-2089-773647<br>C Y Man 44-1895-254521<br>chuk_yee_man@hotmail.com | <b>Noua Zeelandă:</b> |                                                                                              |
| Stoke-on-Trent         | Janet Weller 44-1782-866489<br>janet.weller7090@ntlworld.com                           | Auckland              | Noelyne No Thi Ishibasi 649-277-9285<br>takahide@xtra.co.nz                                  |
| Surrey                 | C.W.Wo 44-1293-416698<br>stmchwo@hotmail.com                                           | Peter Morrin          | 642-172-2776<br>ptr@ihug.co.nz                                                               |
| <b>Scotia:</b>         |                                                                                        | Chang Jen-Hor         | 64-9-2749298<br>changjenhor@yahoo.com                                                        |
| Edinburgh              | Annette Lillig 44-131-6660319<br>lillig2002@yahoo.co.uk                                | Christchurch          | Michael Lin 643-343-6918<br>nzchchsmb@hotmail.com                                            |
| <b>***Oceania***</b>   |                                                                                        | Hamilton              | Glen Vincent Prime<br>hamnzcont@yahoo.co.nz                                                  |
| <b>Australia:</b>      |                                                                                        | Nelson                | Sharlene Lee 64-3-5391313<br>shale@ihug.co.nz                                                |
| Adelaide               | Leon Liensavanh 618-8332-6192<br>leonadelaide@hotmail.com                              |                       |                                                                                              |
| Brisbane               | Centrul din Brisbane<br>briscentre@telstra.com                                         |                       |                                                                                              |
|                        | Gerry Bisshop 617-3847-1646<br>Tieng Thi Minh Chau 617-3715-7230<br>ctieng@telstra.com |                       |                                                                                              |
|                        | Yun-Lung Chen 617-3344-2519                                                            |                       |                                                                                              |

\*În această listă sunt națiunile în care drepturile de bază și libertatea credinței sunt respectate. Dacă nu este nici o persoană de contact în regiunea dumneavoastră, vă rugăm să contactați persoana din orașul sau țara cea mai apropiată.

**\* Departamentul de carte:**

email: [divine@Godsdirectcontact.org](mailto:divine@Godsdirectcontact.org)

fax: 1-240-352-5613

sau 886-949-883-778

(Sunteți bineveniți alături de noi ca să traduceți cărțile Maestrei în alte limbi)

**Asociația Internațională de  
Publicații Maestra Supremă Ching  
Hai, Taipei, Formosa.**

email:

[smchbooks@Godsdirectcontact.org](mailto:smchbooks@Godsdirectcontact.org)

tel: 886-2-7873935/

fax: 886-2-87870873

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

**\* Grupul de știri:**

email:

[lovenews@Godsdirectcontact.org](mailto:lovenews@Godsdirectcontact.org)

fax: 1-801-7409196

sau 886-946-728475

**\* Biroul de informații spirituale:**

email:

[lovewish@Godsdirectcontact.org](mailto:lovewish@Godsdirectcontact.org)

fax: 886-946-730699

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

email :[smcj@mail.sm-cj.com](mailto:smcj@mail.sm-cj.com)

TEL:886-2-87910860/FAX:886-2-87911216

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

Prima ediție: Septembrie 1990  
A șaptea ediție: Februarie 2010

**Autor:** Maestra Supremă Ching Hai  
O.P. 9, Hsihu, Miaoli 36899,  
Formosa, Taiwan.

**Publicat de:** Asociația internațională de publicații  
Maestra Supremă Ching Hai  
(înregistrată cu numărul 5390 la Oficiul de  
informații al guvernului, R.O.C)

**Adresa:** 1 F, Nr. 236, Song San Road, Xin Yi  
District, Taipei, Formosa, Taiwan

**Maestra Supremă Ching Hai © 1990-2010**

**Toate drepturile sunt rezervate.**

**Puteți reproduce conținutul acestor publicații cu  
permisiunea prealabilă a autorului.**