

Indhold

Forord	3
En kort biografi om Højeste Mester Ching Hai	7
Mysteriet om den hinsides verden.....	9
Et foredrag af Højeste Mester Ching Hai 26. juni 1992, Forenede Nationer, New York	
Initiering: i Quan–Yin metoden	45
De fem forskrifter	47
Fordelene ved vegetarkosten	49
Sundhed og ernæring	50
Naturens kredsløb og miljøet.....	54
Hungersnød i verden	55
Dyrs lidelser	55
I selskab med helgener og andre	55
Mester besvarer spørgsmål	57
Vegetarisme:	
Den globale vandkrisens bedste løsning	67
Gode nyheder for vegetarer	69
Publikationer	74
Hvordan du kontakter os	86