

# INHOUD

<b>Inleiding</b> .....	3
<b>'n Kort Lewensskets van Die Allerhoogste Meester Ching Hai</b> .....	8
<b>Die Verborgenheid van die Wêreld</b>	
<b>Oorkant</b> .....	11
'n Lesing deur die Allerhoogste Meester Ching Hai	
26 Junie 1992, die Verenigde Volkere, New York, VSA	
<b>Inisiasie: Die Quan Yin Metode</b> .....	50
<b>Die Vyf Voorskrifte</b> .....	52
<b>Die Voordele van 'n Vegetariese Dieet</b> .....	54
Gesondheid en Voeding.....	55
Ekologie en die Omgewing.....	60
Wêreldhonger.....	61
Die Lyding van Diere.....	61
Die Gemeenskap van Heiliges en Andere.....	61
Meester beantwoord vrae.....	65
<b>Vegetarisme: Die Beste Oplossing tot die Globale Waterkrisis</b> .....	77
<b>Goeie Nuus vir Vegetariërs</b> .....	79
<b>Vegetariese Restaurante om die Wêreld</b> .....	80
<b>Publikasies</b> .....	88
<b>Hoe om met Ons in Verbinding te Tree</b> .....	97
<b>Supreme Master Television</b> .....	103
<b>'n Reis Deur Estetiese Ryke</b> .....	103

*2. Die Sluiter tot Onmiddellike Geestelike Verligting – Allerhoogste Meester Ching Hai*

*“Ek behoort nie tot Boeddhisme of Katolisisme nie. Ek behoort tot die Waarheid en ek verkondig die Waarheid. Jy mag dit Boeddhisme, Katolisisme, Taoïsme, of wat ook al noem. Ek verwelkom almal!”*

*~Die Allerhoogste Meester Ching Hai~*

*“Deur innerlike vrede te bereik, sal ons alle ander dinge bereik. Al die bevrediging, al die vervulling van wêreldse en hemelse begeertes kom vanaf die Koninkryk van God – die innerlike verwesenliking van ons ewige harmonie, van ons ewige wysheid en van ons almagtige krag. As ons hierdie nie kry nie, vind ons nooit bevrediging nie, ongeag hoeveel geld of mag ons het, of watter hoë posisie ons bekleed nie.”*

*~Die Allerhoogste Meester Ching Hai~*

*“Ons leerstelling is as volg, wat jy ook al in hierdie wêreld moet doen, doen dit, doen dit heelhartig. Wees verantwoordelik en mediteer ook elke dag. Jy sal meer kennis kry, meer wysheid, meer vrede om jouself en die wêreld te dien. Vergeet nie dat jy jou eie goedheid binne jou het nie. Vergeet nie dat God binnekant jou woon nie. Vergeet nie dat jy God binne-in jou hart het nie.”*

*~Die Allerhoogste Meester Ching Hai~*

## Inleiding

**D**eur die eeue heen, ontvang die mensdom al besoek van seldsame individue wie se enigste doel die geestelike opheffing van die mens is. Jesus Christus was een van hierdie besoekers, asook Shakyamuni Boeddha en Mohammed. Hierdie drie is welbekend aan ons, maar daar is baie ander wie se name ons nie ken nie; sommige het in die openbaar verkondig en was bekend aan 'n paar, en ander het anoniem gebly. Hierdie individue het verskillende name gedra, in verskillende tye en in verskillende lande. Hulle is na verwys as Meester, Avatar, Verligte Een, Verlosser, Messias, Goddelike Moeder, Godsgesant, Goeroe, Lewende Heilige, en dies meer. Hulle het ons kom aanbied wat genoem word Geestelike Verligting, Sieleheil, Verwesenliking, Verlossing of Ontwaking. Die woorde mag verskil, maar in wese beteken hulle almal dieselfde.

Besoekers van dieselfde Heilige Bron, met dieselfde geestelike hoogheid, morele suiwerheid en krag om die mensdom op te hef, soos die Heiliges van die verlede, is met ons vandag, tog is min bewus van hul teenwoordigheid. Een van hulle is die Allerhoogste Meester Ching Hai.

Meester Ching Hai is 'n onwaarskynlike kandidaat vir wye erkenning as 'n Lewende Heilige. Sy is 'n vrou, en baie Boeddhiste en andere glo die mite dat 'n vrou nie 'n Boeddha kan word nie. Sy is van Asiatiese herkoms en baie Westerlinge verwag dat hul Verlosser soos hulle sal lyk. Nietemin, baie van ons oor die hele wêreld wat van verskillende godsdienstagtergronde is en Haar leer ken het en Haar leerstellings volg, weet wie en wat Sy is. Vir u om dit te begryp, sal ietwat van 'n

#### 4. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting* – *Allerhoogste Meester Ching Hai*

oop gemoed en 'n opregte hart verg. Dit sal ook u tyd en aandag verg, maar niks anders nie.

Mense spandeer die meeste van hul tyd om 'n bestaan te voer en om na materiële dinge om te sien. Ons werk om ons lewens en dié van ons geliefdes so gemaklik as moontlik te maak. Wanneer tyd dit toelaat, gee ons aandag aan dinge soos politiek, sport, TV, of die nuutste skandaal. Dié van ons wat die Liefdevolle Krag van direkte innerlike kontak met die Goddelike ervaar het, weet dat die lewe meer behels as net dit. Ons vind dit jammer dat die Goeie Nuus nie alombekend is nie. Die oplossing vir alle lewensworsteling rus stilweg, wagtend, binnekant ons. Ons weet dat die Hemel net om die draai is. Verskoon ons tog as ons fouteer aan die kant van oor-entoesiasme en dinge kwytraak wat dalk u rasonele denke beledig. Dit is moeilik vir ons om stil te bly, siende wat ons gesien het, wetende wat ons weet.

Dié van ons wat onself as dissipels van die Allerhoogste Meester Ching Hai beskou en medebeoefenaars van Haar metode (die Quan Yin Metode) is, bied u hierdie inleidende boekie aan met die hoop dat dit u sal help om u nader aan u persoonlike ervaring van Goddelike Vervulling te bring, hetsy deur ons Meester, of enige ander.

Meester Ching Hai leer ons die belangrikheid van die beoefening van meditasie, innerlike bepeinsing en gebed. Sy verduidelik dat ons ons eie Innerlike Goddelike Teenwoordigheid moet ontdek, indien ons werklik gelukkig in hierdie lewe wil wees. Sy vertel ons dat Goddelike Verligting nie esoteries en buite bereik is nie, of alleenlik bereikbaar is deur diegene wat hul uit die samelewing onttrek. Haar taak is om die Goddelike Teenwoordigheid in ons te ontwaak, terwyl ons normale lewens lei. Sy sê: “So is dit. Ons almal ken die Waarheid. Ons het dit net vergeet. Dus, iemand moet soms kom om ons te herinner aan die doel van ons lewe, waarom ons die Waarheid moet vind, waarom ons moet mediteer, en waarom ons moet glo in God of

Boeddha, of wie ook al ons dink die Hoogste Mag in die Heelal is". Sy vra niemand om Haar te volg nie. Sy bied eenvoudig Haar eie Goddelike Verligting aan as 'n voorbeeld, sodat ander hul eie Uiteindelijke Verlossing kan vind.

Hierdie boekie is 'n inleiding tot die leerstellings van die Allerhoogste Meester Ching Hai. Neem asseblief kennis dat die lesings, kommentaar en aanhalings van Meester Ching Hai wat hier ingesluit is, deur Haar gesprek is; dit is opgeneem, oorgeskryf, soms vertaal uit ander tale, en dan geredigeer vir publikasie. Ons beveel aan dat u luister of kyk na die oorspronklike oudio en video opnames. U sal 'n veel ryker ervaring van Haar teenwoordigheid uit hierdie bronne kry, pleks van die geskrewe woorde. Die mees volledige ervaring is natuurlik om Haar in lewende lywe te sien.

Vir sommige is Meester Ching Hai hul Moeder, hul Vader en vir andere is Sy hul Geliefde. Sy is ten minste die allerbeste vriend wat u nog ooit in hierdie wêreld kon hê. Sy is hier om aan ons te gee, nie om te neem nie. Sy aanvaar geen betaling van enige aard vir Haar leerstellings, hulp of inisiasie nie. Al wat Sy van u sal wegneem, is u lyding, u verdriet en u pyn. Maar ook net as u dit wil !!

### 'n Klein Berig...

♥ As 'n skepper van artistieke ontwerpe, sowel as 'n geestelike leermeester, hou die Allerhoogste Meester Ching Hai van alle uitdrukkings van innerlike skoonheid. Om hierdie rede verwys Sy na Vietnam as "Au Lac" en Taiwan as "Formosa". Au Lac is die aloue naam van Vietnam en beteken "blydskap." Die naam Formosa beteken "pragtig" en gee 'n meer volkome uitdrukking aan die skoonheid van die eiland en sy mense. Meester voel dat die gebruik van hierdie name geestelike veredeling en voorspoed aan die land en sy inwoners teweegbring. ♥

*6. Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting – Allerhoogste Meester Ching Hai*

*“’n Meester is iemand wat oor die sleutel beskik om van jou ’n Meester te maak...wat jou help om te beseft dat jy ook ’n Meester is en dat jy en God Een is. Dit is al...dit is die enigste rol van die Meester.”*

*~Die Allerhoogste Meester Ching Hai~*

*“Ons weg is nie ’n geloof nie. Ek bekeer niemand tot Katolisisme of Boeddhisme, of enige ander ‘isme’ nie. Ek bied eenvoudig vir jou ’n metode aan om jouself te ken, om uit te vind waar jy vandaan kom, om te onthou wat jou sending hier op aarde is, om die geheime van die heelal te ontdek, om te verstaan waarom daar so baie ellende is, en om te sien wat na die dood ons te wagte staan.”*

*~Die Allerhoogste Meester Ching Hai~*

*“Ons is van God geskei omdat ons te besig is. As iemand met jou praat en die telefoon lui aanhoudend, of jy is besig om te kook, of jy is in gesprek met ander mense, dan kan niemand met jou in aanraking tree nie. Dieselfde gebeur met God. Hy maak elke dag ’n oproep en ons het nie tyd vir Hom nie en ons lui gedurig af.”*

*~Die Allerhoogste Meester Ching Hai~*

## **'n Kort Lewensskets van Die Allerhoogste Meester Ching Hai**

**M**eester Ching Hai is afkomstig van 'n gegoede familie in Au Lac en is die dogter van 'n hoogstaande Natuurgeneesheer. Sy is Katoliek opgevoed en het die grondbeginsels van Boeddhisme by Haar ouma geleer. As jong kind het Sy 'n vervroegde belangstelling in filosofiese en religieuse leerstellings getoon, sowel as 'n gewone barmhartigheid teenoor alle lewende wesens.

Op agtienjarige leeftyd het Meester Ching Hai na England verhuis om te studeer. Sy is later na Frankryk en daarna na Duitsland waar Sy by die Rooi Kruis werksaam was en mettertyd met 'n Duitse wetenskaplike in die huwelik getree het. Na tweejaar van 'n gelukkige huwelikslewe, het Sy Haar eggenoot met sy goedkeuring verlaat, om Geestelike Verligting na te streef; sodoende is 'n ideaal vervul wat sedert Haar kinderdae in Haar was. Onder leiding van leermeesters en meesters wie binne haar bereik was, het Sy toe verskillende meditasie praktyke en geestelike dissiplines bestudeer. Sy het ontdek dat dit vir één persoon vrugteloos was om te probeer om die lyding van die mens te verlig, en besef dat die beste wyse waarop Sy die mens kon help, was om self totale bewuswording te bereik. Met dit as Haar enkele doel, het Sy na vele lande gereis, op soek na die volmaakte metode van verligting.

Na vele jare van proewe en beproewinge, het Meester Ching Hai uiteindelik die Quan Yin Metode en die Goddelike Oordrag in die

## *8. Die Sluiter tot Onmiddellike Geestelike Verligting – Allerhoogste Meester Ching Hai*

Himalaja gevind. Na 'n tydperk van toegespitste beoefening, en Haar afsondering in die Himalaja, het Sy Volle Verligting bereik.

In die jare na Haar Verligting, het Meester Ching Hai die stil en rustige lewe van 'n beskeie Boeddhistiese non gelei. Skaam van geaardheid, het Sy die Skat versteke gehou totdat mense onderrig en inisiasie by Haar gesoek het. Die aanhoudende versoeke en pogings van Haar vroeë volgelinge in Formosa en die VSA, het daartoe gelei dat Meester Ching Hai dwarsoor die wêreld lesings begin gee het, en duisende opregte geestelike aanspraakmakers geïnisieer het.

Huidiglik stroom meer en meer Waarheidsoekers vanuit verskeie lande en alle gelowe na Haar vanweë Haar allerhoogste wysheid. Diegene die opreg wens om die metode van Onmiddellike Geestelike Verligting te leer en te beoefen, die een wat Sy self as die allerhoogste bewys het – die Quan Yin Metode, is Meester Ching Hai gewillig om te inisieer en verdere geestelike leiding te gee.



*Die wêreld is met probleme gevul.  
Net ek is met U gevul!  
As U in die wêreld geplaas was,  
Sou alle probleme verwyderd wees.  
Maar, omdat die wêreld vol probleme is,  
Vind ek geen plek vir U!*

*Ek sou al die sonne, mane en sterre  
In die heelal verkoop,  
Net om één van U Skone Glanse te kan koop.  
O Meester van Oneindige Skittering!  
Wees genadig en stort 'n paar strale in my verlangende Hart.*

*Wêreldse mense gaan saans uit om te sing en te dans,  
Onder wêreldse lig en wêreldse musiek.  
Net ek alleen sit in vervoering,  
Swaiend met die Skittering en Melodie van binne.*

*Vandat ek U glorie leer ken het O Heer,  
Kan ek niks in hierdie wêreld bemin nie.  
Omhels my in U Liefdevolle Genade,  
Verewig!*

*Amen*

*Uit "Silent Tears" [Stille Trane], 'n versameling van gedigte  
~ deur Die Allerhoogste Meester Ching Hai ~*



## Die Veborgendheid van die Wêreld Oorkant

'n Lesing deur die Allerhoogste Meester Ching Hai  
26 Junie 1992  
Verenigde Volkere Organisasie, New York

**W**elkom by die Verenigde Volkere. Bid asseblief 'n rukkie saam, elkeen volgens sy eie geloof; ons is dankbaar vir wat ons het, wat vir ons gegee is en waarna ons verlang, en ons hoop dat aan diegene wat nie genoeg het nie, gegee sal word soos daar aan ons gegee is; die uitgewekenes van die wêreld, die oorlogsslagooffers, die soldate, die regeringsleiers en natuurlik die leiers van die Verenigde Volke, sodat hul verlangens in vervulling kan gaan en hulle in vrede saam kan leef.

Ons glo wat ons vra, sal gegee word, want só staan dit in die Bybel. Dankie!

Julle weet dat die tema van vandag se lesing "Oorkant Hierdie Wêreld" is, want ek dink nie dat ek nog met julle oor hierdie wêreld sou wou praat nie. Daarvan weet julle almal. Oorkant hierdie wêreld het ons ander dinge. Ek dink almal wat hierheen gekom het, belangstelling sou hê om dit te weet. Dit gaan nie oor wonderwerke, of iets fantasties, wat jy nie kan glo nie, soos ons

mede-inisiaat pas gesê het. Dit is baie wetenskaplik, baie logies en baie belangrik.

Ons almal het gehoor, uit verskillende godsdienstige Bybels of Geskrifte, dat daar sewe hemele is, dat daar verskillende vlakke van bewustheid is. Daar is die Koninkryk van God binne-in, daar is Boeddha Geardheid, ens. Hierdie is sekere dinge wat oorkant hierdie wêreld belowe word; maar nie baie mense het toegang tot wat in hierdie Geskrifte belowe word nie, nie baie nie. Ek sou nie sê niemand nie, maar nie baie nie. In vergelyking met die wêreldbevolking, is diegene wat toegang het tot die innerlike Koninkryk van God, of wat ons noem, "dit wat oorkant hierdie wêreld is", maar baie min.

As jy in Amerika is, het jy waarskynlik baie geleenthede om vele boeke te lees wat dinge beskryf wat oorkant ons wêreld is. Sekere van die films wat die Amerikaners gemaak het, is ook nie geheel en al denkbeeldig nie. Daar is ook films wat deur die Japanese gemaak is wat ook nie heeltemal denkbeeldig is nie. Dit is omdat hierdie mense waarskynlik sekere van hierdie boeke geles het wat geskryf is deur diegene wat oorkant hierdie wêreld was, of hulle het self die Koninkryk van God skrams raakgesien.

Dus, wat is daar in die Koninkryk van God? Waarom sou ons aandag gee aan die Koninkryk van God as ons alreeds genoeg het om te doen in die wêreld, ons werk, ons het veilige huise, en ons het genoeg liefdevolle verhoudings, ens.? Juis, omdat ons alreeds al hierdie dinge het, moet ons begaan wees oor die Koninkryk van God.

Dit klink veels te godsdienstig wanneer ons dit die Koninkryk van God noem. Eintlik is dit net 'n sekere vlak van hoër bewustheid. Die mense in die ou dae het gesê dit is die hemel,

maar in wetenskaplike terme kan ons sê dat dit anders is – 'n hoër vlak van kennis, 'n hoër vlak van wysheid. En, ons kan toegang daartoe verkry, indien ons weet hoe.

## 12. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting – Atoerkomende Meester Ching Hai*

Onlangs het ons almal gehoor van die nuutste uitvindsel in Amerika; dat mense selfs oor 'n masjien beskik om jou in samadhi te plaas. Het julle dit al teengekom? Dit is te koop in Amerika. Vier honderd tot sewe honderd dollar, dit hang af van watter vlak jy verlang. Hulle sê – dit is vir die lui mense wat nie wil mediteer nie, maar alleenlik direk in samadhi wil wees. Nou, in geval julle nie weet nie, sal ek dit kortliks beskryf.

Hulle sê dat hierdie soort masjien jou in 'n ontspanne geesteshouding plaas, dan sal jy 'n hoë I.K. vlak kon bereik. Dit is veronderstel om hoë kennis, hoë wysheid aan jou te gee en dan voel jy goed, ens. Hierdie masjien gebruik uitgesoekte musiek, uiterlike musiek, dus benodig jy oorfone, en dan word elektrisiteit toegevoeg, waarskynlik strome wat jou stimuleer, dan sien jy dalk enkele flitse. Dus benodig jy ook 'n blinddoek. Die oorfone en die blinddoek, dit is al wat jy benodig vir samadhi. Dit is baie goed, en vier honderd dollar – spotgoedkoop. Maar, ons samadhi is selfs goedkoper, dit kos niks, en dit is vir ewig, vir ewig. En jy hoef dit nie met batterye of elektrisiteit te laai nie, in of uit te prop nie; of indien die masjien buite werking raak, hoef jy dit nie te herstel nie.

Selfs al kon die kunsmatige lig en kunsmatige musiek die mense so ontspanne en wys maak – dit is veronderstel om hulle dit te gee – ek het in 'n koerant gelees wat dit veronderstel is om te doen, self het ek dit nie probeer nie. Dit is baie gewild en daarom word baie verkoop, hoor ek. Selfs hierdie kunsmatige goed kan ons in 'n ontspanne stemming bring en ons I.K. verhoog. Kan jy jou indink hoeveel die egte ding ons in ons wysheid kon help? Die ware ding is verby hierdie wêreld, en dit is vir elkeen bereikbaar, indien ons daarmee wil inskakel. Hierdie is die innerlike hemelse Musiek en die innerlike hemelse Klank. En afhangende van die sterkte van hierdie Musiek, van die innerlike Lig of innerlike Musiek, kan ons onself verby hierdie wêreld aandryf, na 'n dieper vlak van begrip.

Ek neem aan dit is net soos die Natuurwet. As jy een of ander vuurpyl verby swaartekrag wil stuur, het jy heelwat stukrag nodig. Ook wanneer dit baie vinnig vlieg, straal dit sekere lig uit. Dus neem ek aan, wanneer ons vinnig na die oorkant gaan, kan ons ook Lig uitstraal, en kan ons ook die Klank hoor.

Die Klank is 'n soort Trillingskrag wat ons aandryf tot in die hoër vlakke, maar dit word sonder enige lawaai gedoen, sonder veel moeite of koste, en sonder ongerief aan die een wat dit ervaar. Dit is die manier om na die oorkant te gaan.

En wat is oorkant hierdie wêreld wat beter as ons wêreld is? Alles wat ons ons kan voorstel en nie kan voorstel nie. Sodra ons dit ervaar, weet ons dit. Niemand anders kan ons dit eintlik sê nie. Ons moet daarmee volhard en ons moet werklik opreg wees, want niemand anders kan dit vir ons doen nie. Net soos iemand wat jou werk by die V.V. doen, en jy word daarvoor betaal. So ook kan niemand anders namens ons eet sodat ons versadig word nie. Daarom moet jy self ervaring opdoen. Ons kan luister na iemand wat ervaring het en wat ons daarvan vertel, maar ons kan nie self daardeur veel ervaring opdoen nie. Ons kan dalk een of meer keer, of selfs vir etlike dae ervarings hê, vanweë die krag van die persoon wat self God ervaar

het. Ons kan dalk selfs 'n bietjie Lig sien of Klank hoor, heel natuurlik, sonder eie moeite, maar meestal duur dit nie baie lank nie. Dus, ons moet dit self ook ervaar en beoefen.

Oorkant ons wêreld is daar baie verskillende wêrelde. Ons kan die een wat 'n bietjie hoër as ons is as voorbeeld neem, wat in Westerse terminologie as die Astrale wêreld bekend staan. Binne die Astrale wêreld is daar selfs 'n honderd of meer vlakke. Elke vlak is 'n wêreld op sigself. Dit verteenwoordig ons vlak van begrip. Soos op universiteit, elke jaar van studie is verteenwoordigend van jou

#### 14. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting* *Alderhoogste Meester Ching Hai*

verbeterde begrip omtrent die universitêre onderrig, totdat jy mettertyd jou graad behaal.

In die Astrale wêreld sal ons baie sogenaamde wonderwerke sien, en ons sal waarskynlik ook deur wonderwerke gelok word en waarskynlik ook wonderwerke ervaar. Ons sal siekes kan genees, ons kan soms sekere dinge sien wat andere nie kan sien nie. Ons beskik oor ten minste ses soorte wonderkragte. Ons kan verder as die gewone grense sien, ons kan verby die ruimteperke hoor. Die afstand maak geen verskil aan ons nie. Dit is wat ons die hemelse ore en die hemelse oë noem. Dan kan ons mense se gedagtes lees, soms kan ons dit sien, ens. Dit is die kragte wat ons soms verwerf wanneer ons toegang het tot die Eerste Vlak van die Koninkryk van God.

Binne hierdie Eerste Vlak, soos ek reeds gesê het, is daar baie ander vlakke wat ons baie meer bied as wat woorde kan beskryf. Byvoorbeeld, na inisiasie mediteer ons, en indien ons op die Eerste Vlak is, dan beskik ons oor veel meer vermoëns. Dan sal ons selfs letterkundige talente ontwikkel wat ons voorheen nie gehad het nie. Ons weet ook baie dinge wat ander mense nie weet nie, en baie dinge kom na ons toe net soos geskenke uit die hemel, soms finansiële, soms beroepsgewys en soms vele ander dinge. Ons verkry vaardigheid in digkuns, of kan moonlik prente skets, en ons kan sekere dinge doen wat ons voorheen nie kon gedoen het nie, en ons kan onself nie indink dat dit moontlik is nie. Dit is die eerste Vlak. Ons kon dalk in pragtige styl gedigte en boeke skryf. Ons kon byvoorbeeld, voorheen onprofessioneel skryf, maar nou kan ons goed skryf. Hierdie is hoogs materiële voordele wat ons kan verkry wanneer ons op die Eerste Vlak van bewustheid is.

Eintlik is hierdie nie gawes van God nie. Dit is ingebore en alleenlik omdat ons dit ontwaak het, het dit lewend geword. Dan kan dit ons tot nut wees. Dus, hierdie is sekere inligting oor die Eerste Vlak.

Nou, wanneer ons na 'n hoër vlak gaan, sien en bereik ons baie ander dinge. Weens gebrek aan tyd, kan ek natuurlik julle nie alles vertel nie. Ook is dit nutteloos om na al die mooi dinge te luister omtrent koek en snoepgoed en dit nooit self te eet nie. Daarom gee ek julle net so 'n voorsmakie, en as julle dit wil eet, is dit 'n ander saak. Later kan ons julle egte voedsel aanbied. Ja! Net ingeval julle daarvan wil eet.

Nou, as ons 'n bietjie verby hierdie vlak gaan, na die Tweede Vlak, wat ons "Tweede" noem net om sake te vereenvoudig. Die Tweede Vlak: ons sal waarskynlik veel meer vermoëns hê as op die eerste een, en dit sluit wonderwerke in. Die mees merkwaardige prestasie wat ons op die Tweede Vlak kan hê, is die welsprekenheid, en die vermoë van debatvoering. Dit blyk

dat niemand 'n persoon wat die Tweede Vlak bereik het, hom kan oorwin nie, omdat hy oor 'n geweldige welsprekendheid beskik en sy intellek op die kruin van sy krag is.

Die meeste mense met 'n gewone verstand of met 'n baie eenvoudige I.K., kan hierdie persoon nie ewenaar nie, omdat sy I.K. tot 'n baie hoër mate geopen is. Dit is nie net alleen die fisieke brein wat meer ontwikkel is nie, maar dit is die mistieke Krag, die hemelse Krag, die wysheid wat by ons ingebore is. Dit het nou begin oop gaan. In Indië noem mense hierdie vlak "Boeddhi", wat die intellektuele vlak beteken. En wanneer jy "Boeddhi" bereik, dan word jy 'n Boeddha. Dit is waar die woord "Boeddha" vandaan kom – "Boeddhi" en Boeddha. Die Boeddha is presies dit. Ek is nog nie klaar nie. Ek gaan julle nie net aan die Boeddha voorstel nie, daar is meer.

Die meeste mense noem 'n verligte persoon 'n Boeddha. Indien sy kennis nie verder as die Tweede Vlak strek nie, sal hy waarskynlik baie trots daarop wees. Ja, hy sal dink dat hy 'n lewende Boeddha is, en sy volgelinge sal baie trots daarop wees om hom Boeddha te noem. Maar as hy eintlik net die Tweede Vlak bereik het waarin hy die verlede, hede en toekoms van enige persoon kan sien, en waarin hy

## 16. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting* *Alderhoogste Meester Ching Hai*

absolute welsprekendheid verkry het, is dit nog nie die einde van die Koninkryk van God nie.

Geen persoon behoort trots te wees op hierdie vermoë om die verlede, hede en toekoms te kan lees nie, omdat dit die Akasiese argief is, soos julle dit in westerse terminologie noem. Diegene wat joga beoefen, of een of ander vorm van meditasie, sal verstaan dat die Akasiese argief 'n soort biblioteek is soos die een hiernaas van die V.V.O, met boeke in verskeie tale. Jy sal Arabies, Russies, Chinees, Engels, Frans, Duits, alles in die biblioteek hiernaas vind, in allerlei tale. Indien julle oor die vermoë beskik om al hierdie tale te lees, kan julle weet wat in daardie lande aangaan. Op soortgelyke wyse kan die persoon wat toegang het tot die Tweede Vlak, iemand verstaan of sy denkpatroon baie duidelik uitlê, soos julle na jul eie lewensgeskiedenis kyk.

Daar is baie meer wat behaal kan word by die Tweede Vlak van bewustheid. Maar wanneer jy die Tweede Vlak bereik, is dit alreeds fantasties, is jy alreeds 'n lewende Boeddha, omdat jy die "Boeddhi", die intellek oopgemaak het. Ons weet van baie dinge, vele dinge wat ons nie kan noem nie. Elke sogenaamde wonderwerk sal met ons gebeur, of ons dit wil of nie, omdat ons intellek pas oopgegaan het en ons weet hoe om die hoër bron van genesing te bereik, sodoende sal ons lewe verbeter en vlotter verloop. Ons intellek of "Boeddhi" het oopgegaan om toegang te kan hê tot al die noodsaaklike inligting van die verlede en die hede, om sodoende te kan skik of omskik, of om op 'n manier iets reg te stel wat ons in die verlede verkeerd gedoen het. Sodoende kan ons die fout regstel en ons lewe daardeur verbeter.

Byvoorbeeld, indien ons onbewus was dat ons die bure onopsetlik te na gekom het, dan besef ons dit nou. Heel eenvoudig ! Indien ons onbewus is dat die bure stilweg teen ons gekant is en soms probeer om iets agter ons rug teen ons te doen as gevolg van misverstande, of omdat ons iets verkeerd teenoor die bure gedoen het, dan begryp ons nou waarom dit gebeur het. Dit is dus maklik. Ons kan na die bure



gaan, of telefoneer, of 'n partytjie hou en die bure oornooi en die misverstand uit die weg ruim.

Dieselfde geld wanneer ons die intellektuele vlak bereik, ons verstaan outomaties, ek bedoel stilweg, al hierdie dinge, en ons skik stilweg al hierdie dinge, of ons maak kontak met een of ander kragbron wat ons kan help om hierdie dinge te skik, om ons lewenstyl te verbeter, om ons lewensloop te verbeter. Dus, ons verklein baie ongelukke, baie onwelkome situasies en baie ongunstige toestande in ons lewe. Verstaan? Ja! Ja! Dus, wanneer ons die tweede vlak bereik, is dit reeds fantasties.

Wat ek dus aan julle verduidelik het, is baie wetenskaplik en baie logies en dit is nie nodig om te dink dat 'n jogi, of 'n persoon wat mediteer, 'n soort mistieke persoon, of 'n E.T., of 'n bo-aardse wese is nie. Hulle is aardse wesens net soos enige van ons, wat ontwikkel het, omdat hulle weet hoe.

In Amerika sê ons dat alles van kundigheid afhang, dus, ons kan alles aanleer. Reg? Ons kan alles leer. Dus is hierdie 'n soort bo-aardse wetenskap wat ons ook kan bestudeer. En dit klink baie vreemd, maar hoe hoër die dinge, hoe meer eenvoudig. Dit is eenvoudiger as hoërskool of kollege met al sy gekompliseerde wiskundige vrae en probleme.

Binne die tweede vlak is daar ook vele verskillende vlakke. Ek verduidelik kortliks omdat ek nie al die geheime van die hemel in die fynste besonderhede kan beskryf nie. In elk geval, julle sal al hierdie dinge ook weet wanneer julle saam met 'n meester reis wie alreeds gereis het. Dit is dus geen geheim. Maar dit sal te lank neem as ons moet stop op elke vlak- wat baie vlakke en sub-vlakke het - en ons moet alles ondersoek; dit sal te lank neem. Dus, soms neem 'n meester jou net kortweg van een vlak na die ander, baie vinnig. Cha! Cha! Cha! As jy niks te doen het met meesterskap nie, dan hoef jy nie so baie te leer nie. Dit sal jou hoofpyne besorg. Dus neem ek jou saam, terug

## 18. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting* *Aflewingsleermeester Ching Hai*

huis toe, want selfs dan neem dit 'n lang tyd. Soms neem dit 'n hele leeftyd. Maar, geestelike verligting verkry ons onmiddelik.

Dit is maar net die begin, soos inskryf. Die eerste dag wanneer jy by die universiteit inskryf, word jy onmiddelik 'n universiteitsstudent. Maar dit het niks te doen met 'n doktorsgraad nie. Na ses, vier of twaalf jaar, behaal jy jou graad. Maar jy het onmiddelik 'n universiteitsstudent geword, indien dit 'n ware universiteit was, en toe jy ingeskryf het, wou jy werklik in alle erns 'n universiteitsstudent word. Dus, beide partye moes saamwerk.

Dieselfde geld as ons byvoorbeeld verby hierdie wêreld wil gaan, net gewoon vir die grap, omdat ons nêrens anders in New York kan gaan nie; ons weet alles omtrent Manhattan, Long Beach, "short" Beach en elke "beach". (Gelag) Gestel nou ons wil 'n uitstappie neem na die plek van die bo-aardse wesens om te sien wat daar plaasvind. Goed so? Waarom nie? Aangesien ons soveel geld bestee om na Miami, Florida te gaan, net om in die see te baai, waarom kan ons dus nie soms na ander wêreldes, verby hierdie wêreld gaan, om te sien hoe ons buurplanete daar uitsien en hoe die mense self daar vaar nie? Ek dink nie dat dit enigsins vreemd is nie. Nee? Dit is net 'n manier om 'n bietjie verder te reis, verstandelik en geestelik te reis, pleks van fisiek. Daar is twee maniere van reis. Dit is dus baie logies en baie eenvoudig om te verstaan.

Ons is nou op die tweede vlak. Wat anders moet ek julle vertel? So gaan ons voort in hierdie wêreld, maar dan dra ons terselfdetyd kennis van die andere wêreldes, omdat ons reis.

Net soos jy 'n Amerikaanse burger is, of enige ander burger van die wêreld, dan reis jy van een land na die ander net om te weet hoe die buurland daar uitsien. Ek neem aan dat baie van julle by die Verenigde Volke nie gebore Amerikaners is nie. Nee? Ja. Dus, julle is nou bewus van dieselfde verskynsel. Ons kan na die volgende planeet reis, of na die volgende lewensvlak, met die doel om 'n begrip

te kry. Omdat die afstand so groot is, kan ons dit nie te voet aflê nie, ons kan nie 'n vuurpyl neem nie, ons kan selfs nie eens 'n VVV (Vreemde Vlieënde Voorwerp) neem nie.

Sekere wêrelde is verder as wat 'n VVV kan vlieg. VVV! Vreemde voorwerp. 'n Vlieënde voorwerp, ja! Nou, daar is 'n vaardigheid binne-in ons wat vinniger is as enige VVV. Dit is ons eie siel. Ons verwys soms daarna as die gees. En ons kan daarmee vlieg, sonder brandstof, sonder enige polisie, of verkeersknope, of hogenaamd niks. En daar is geen rede tot kommer dat die Arabiere eendag geen olie meer aan ons sal verkoop nie, (Gelag) omdat dit selfonderhoudend is. Dit raak nooit buite werking nie, behalwe wanneer ons dit wil beskadig deur die universele voorskrifte te verontheilig, die harmonie van Hemel en Aarde te skend wat baie maklik is om te verhoed. Ons sal aan julle verduidelik hoe, indien julle belang stel om te weet.

Byvoorbeeld, ek sal kortliks verduidelik, goed? Ek is nie 'n prediker nie. Wees nie bekommerd nie, ek sal julle nie kerk toe neem nie. Net 'n voorbeeld gee.

Daar is sekere wette in die heelal waarmee ons vertrouwd moet wees, soos wanneer ons 'n motor bestuur, moet ons kennis dra van die verkeerswette. Rooi lig stop; groen lig ry. Stuurwiel links, ry regs, ens. Snelweg, wat is die snelheidsgrens. Daar is dus sekere eenvoudige wette in die heelal, in die fisieke heelal. Oorkant ons wêreld, verby hierdie fisieke wêreld, is daar geen wette, hoogenaamd geen wette. Ons is vry, vry burgers, maar ons moet verby dit gaan met die doel om vry te wees. Solank ons nog in hierdie wêreld woon, in hierdie fisieke liggaam, moet ons so ver as moontlik binne die wet bly, sodat ons nie in die moeilikheid beland nie. Dan word ons voertuie nie beskadig nie en ons kan dus vinniger vlieg, hoër, sonder probleme.

Dus, hierdie wette is in die Bybel geskryf, julle Christelike Bybel, die Boeddhistiese Bybel en in die Hindoe Bybel. Hierdie eenvoudige

## 20. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting – Atoerkonings Meester Ching Hai*

wette dui aan dat ons nie ons naaste leed moet aandoen nie, nie moet doodslaan nie, “**jy mag nie doodslaan nie**”, nie egbreuk pleeg en nie steel nie, ens.; en geen bedwelmende middels neem nie, dit sluit die dwelmmiddels van vandag in. Waarskynlik het die Boeddha geweet dat ons in die twintigste eeu kokaine, en dies meer, sal uitvind, dus het Hy gesê geen dwelmmiddels. Die dwelmmiddels sluit alle soorte dobbelary in en enigiets wat ons verstand geheg maak aan liggaamlike plesier en die geestelike reis wat gevolglik vergeet word.

Indien ons vinnig wil vlieg, hoog en sonder gevaar, geld hierdie fisieke wette, net soos die wette van Fisika. Wanneer ’n vuurpyl wil vlieg, moet die wetenskaplike sekere wette gehoorsaam. Dis al, goed so? Dus, hoeveel meer moet ons dan nie versigtig wees nie, omdat ons hoër as dit wil vlieg, hoër as wat vuurpyle kan vlieg, vinniger as die VVV. Daar is egter

meer besonderhede wat verduidelik kan word indien julle belang stel, en dit sal plaasvind tydens inisiasie. Nou, ons wil julle nie verveel met al hierdie voorskrifte waarvan julle sê:

“Ek ken dit alreeds. Ek weet dit alreeds. Ek lees dit in die Bybel. Tien voorskrifte, reg? Tien gebooië.”

Eintlik lees baie van ons die voorskrifte, maar is nie baie ernstig daaroor nie, of het geen diepe begrip nie. Miskien wil ons verstaan soos ons dit wil, maar nie soos dit presies bedoel word nie. Daarom doen dit soms geen kwaad om ons daaraan te herinner nie, of om weereens te luister na ’n effens dieper betekenis daarvan. Byvoorbeeld, in die Bybel, in die Ou Testament, die eerste bladsy, sê God: “**Ek het al die diere geskape om julle te bevriend en te help, en julle sal oor hulle heers.**” Hy sê toe dat Hy al die voedsel vir die diere geskep het, vir elkeen ’n verskillende soort. Maar, Hy het nie aan ons gesê om hulle te eet nie. Nee! Hy sê: “**Ek het al die voedsel geskep, al die kruie in die veld en die vrugte aan die bome wat heerlik smaak en ’n lus vir die oog is. Hierdie sal julle voedsel wees.**” Maar, nie baie mense skenk aandag daaraan nie. En, soveel van die volgelinge

van die Bybel eet nog steeds vleis sonder om te verstaan wat God werklik bedoel het.

Indien ons meer diepsinnig, wetenskaplik navors, sal ons weet dat ons nie vlesetend moet wees nie. Ons liggaamsstelsel, ons ingewande, ons maag, ons tande, alles is natuurkundig geskape, alleenlik vir 'n vegetariese dieet. Geen wonder dat die meeste mense siek word nie, vinnig oud word, uitgeput raak en traag word terwyl hulle so begaafd en intelligent gebore was. En, hulle word elke dag 'n bietjie flouer, en hoe ouer hulle word, hoe erger voel hulle. Dit is omdat ons ons "voertuie", ons "vlieënde voorwerpe", ons "VVV's" beskadig is. Dus, as ons graag hierdie "voertuig" 'n bietjie langer en veiliger wil gebruik, moet ons dit goed versorg.

Ons besit byvoorbeeld 'n motor. Julle almal bestuur motors. Indien julle die verkeerde brandstof ingooi, wat sal gebeur? Die motor sal seker net 'n paar meter ry en dan tot stilstand kom. En julle blameer nie die motor nie. Dit is gewoon ons fout, ons het per abuis die verkeerde brandstof ingegooi. Of, indien ons brandstof 'n bietjie water by het, reg, kan dit seker 'n tydjie loop, maar dit gee probleme. Of, indien die olie te vuil geword het, en ons dit nie vervang het nie, sal dit 'n tydjie loop, maar ons sal dan teenspoed kry. En soms ontplof dit gewoon omdat ons nie behoorlik ons motor versorg het nie.

Op soortgelyke wyse is ons liggaam soos 'n voertuig wat ons kan gebruik om van hier tot in die ewigheid te vlieg, na 'n baie hoë vlak van wetenskaplike wysheid. Maar soms beskadig ons dit en gebruik ons dit nie vir die juiste doeleindes nie. Byvoorbeeld, ons motor moet baie afstande aflê om ons op kantoor, na vriende en na verskillende pragtige natuurtonele te bring. Maar dan versorg ons dit nie, ons gebruik die verkeerde brandstof, of ons vervang die olie nie, of ons versorg die watertenk ook nie, alles. Dit loop dan nie vinnig nie. Dit loop ook nie lank nie. Ons loop dan gewoon op ons grasperk rond, in die omtrek van ons agterplaas. Dit is ook goed. Dit is net dat die doel van 'n motor aanskaf, verlore gaan. Dit is gewoon 'n verspilling van

geld, tyd en ons energie. Dit is al. Niemand word beskuldig nie. Geen polisie sal jou enigsins aankla daarvoor nie. Dit is net dat jy jou motor verkwis, jou geld verspil, terwyl jy baie ver kon gegaan het en baie dinge kon gesien het, en verskillende natuurtonele kon geniet het.

Dieselfde geld vir ons fisieke liggaam. Ons kan in hierdie wêreld woon, maar ons moet sorgsaam wees oor die ander instrumente wat binne-in hierdie fisieke liggaam is, waarmee ons verder kan vlieg. Net soos 'n ruimtevaarder wat in die vuurpyl sit. Die vuurpyl is sy instrument. Hy moet goeie sorg aan die dag lê dat hy nie die wette van fisika oortree nie sodat sy vuurpyl veilig en vinnig sal vlieg. Maar die ruimtevaarder binnekant is belangrik. Die vuurpyl bring hom by sy bestemming aan. Maar die vuurpyl is nie die hoofdoel nie – die ruimtevaarder, die bestemming is. En indien hy dit alleen gebruik om in Long Island rond te gaan, dan is dit ook 'n verspilling van tyd. 'n Verkwisting van die bevolking se geld.

Dus, ons liggaam is baie kosbaar omdat die Meester binne-in is. Daarom sê die Bybel: **“Weet jy nie dat jy die tempel van God is en dat die Almagtige God binne-in jou woon nie”**, die Heilige Gees, dieselfde. Indien ons die Heilige Gees, of die Almagtige God huisves, kan julle jul indink hoe vreeslik dit is, hoe vreeslik betekenisvol! Baie mense lees dit vinnig, maar verstaan dit nie, besef nie die grootheid van hierdie sin en probeer nie om uit te vind nie. Daarom volg my dissipels graag my leerstellings omdat hulle kan uitvind wie binnekant is, en wat verby hierdie wêreld is afgesien van ons alledaagse stryd, geldverdiening en stakings, en al daardie fisieke probleme.

Ons het meer skoonheid, meer vryheid, meer kennis binne-in. En indien ons weet hoe om op die juiste manier kontak daarmee te maak, dan behoort dit alles aan ons omdat dit binnekant ons is. Alleen omdat ons nie weet waar die sleutel is nie, en ons hierdie “huis” vir 'n lang tyd geslote gehad het, het ons nou vergeet dat ons hierdie skat besit. Dit is al.

Dus, die sogenaamde Meester is die een wat ons kan help om die deur oop te maak en ons te wys wat oorspronklik reeds aan ons behoort het. Maar ons moet tyd neem, instap en elke item van ons nagaan.

In elk geval, ons was in die Tweede Wêreld. Stel julle belang om verder te gaan? (Gehoor: Ja! Ja!) Julle wil alles weet sonder om te werk? (Meester lag.) Nou goed. Ten minste kan iemand julle vertel hoe 'n ander land daaruit sien, aangesien hy daar was en julle nie. Reg? Julle stel ten minste belang, miskien wil julle gaan. Goed. Nou dus ná die Tweede Wêreld. Ek het nie die Tweede heeltemal voltooi nie, maar julle weet dat ons nie die hele dag hier kan bly sit nie. Dus, ná die Tweede, het julle dalk meer krag. Indien julle vasberade is en daarvoor werk, sal julle na die Derde gaan. Die sogenaamde Derde Wêreld. Dit is 'n hoër stap.

Die een wat na die Derde Wêreld gaan, moet absoluut vry wees van alle skuld van hierdie wêreld. Indien ons iets verskuldig is aan die koning van hierdie fisieke wêreld, kan ons nie omhoog gaan nie. Op dieselfde wyse, indien jy 'n misdadiger van een of ander land is, en jou rekord nie suiwer is nie, kan jy 'n ander land se grense nie oorsteek nie. Dus, die skuld van hierdie wêreld sluit baie dinge van ons verlede, die hede en miskien selfs die toekoms van ons fisieke lewe in. Dit alles moet uitgeklaar word, net soos ons by doeane moet uitklaar, voordat ons na die wêreld oorkant kan gaan. Wanneer ons in die Tweede Wêreld is, begin ons werk aan enige oorgeblewe karma van die verlede en die hede. Sonder karma van die verlede kon ons in die huidige lewe nie bestaan nie.

Daar is twee soorte meesters. Een sonder karma, maar hy leen karma om neer te daal; die ander een is soos ons, gewone wesens, maar met gesuiwerde karma. Dus, enigeen kan 'n aspirant-meester wees, 'n toekomstige meester. Soms daal die meester neer van die hoër wêreld met geleende karma. Hoe klink dit vir julle om karma te leen? (Meester lag.) Dit is moontlik. Dit is moontlik.

## 24. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting* *Alderhoogste Meester Ching Hai*

Byvoorbeeld, voordat julle neergedaal het, was julle al voorheen hier. En julle het gegee en geneem van verskillende mense van die wêreld, oor baie eras, oor baie eeue. Dan keer jy terug na die hemel, of na jou tuiste wat baie ver weg is, na'n spesifieke vlak, ten minste na die Vyfde Vlak. Die Vyfde Vlak is die huis van die Meester. Maar verby dit is daar meer vlakke.

Wanneer ons weer wil terugkom, byvoorbeeld, uit medelye, of om een of ander aangewese taak van die Vader te verrig, dan daal ons neer. En as gevolg van die verwantskap met mense uit die verlede, kan ons van hulle rekening leen, weet julle, karma. Alleenlik skuld, niks, niks wat mooi is van die mense nie. Ons kan 'n bietjie skuld opneem en dit dan met ons geestelike krag afbetaal, stadig, totdat ons die werk in hierdie wêreld voltooi het. Dit is dus 'n ander soort Meester. En daar is ook sommige wat van hierdie wêreld is en nadat hulle beoefen het, word hulle hier onmiddelik Meesters, net soos jy 'n graad behaal. Ja. Net so het ons professore by die universiteit, en studente wat grade behaal en daarna professore word. Daar is professore wat al lank diens doen en nuutgegraduateerde professore, ens. Op soortgelyke wyse is daar ook hierdie soort Meesters.

Dus, indien ons na die Derde Wêreld wil gaan, moet ons absoluut vry wees van elke sweem van karma. Karma is die wet van **“Wat jy saai, saal jy maai.”** Net soos wanneer ons lemoensaad plant, dan kry ons lemoene; appelsaad gee ons appels, dit is die sogenaamde karma. Dit is die Sanskrit taal vir oorsaak en vergelding. Die Bybel praat nie van karma nie, maar dit sê: **“Soos jy saai, sal jy maai.”** Dit beteken dieselfde.

Die Bybel is 'n verkorte weergawe van die leer van die Meester, en Sy lewe was in elk geval, ook 'n verkorte weergawe. Daarom is daar nie veel verduideliking in die Bybel nie. En baie van die weergawes van die Bybel is ook aan sensuur onderwerp om aan te pas by die sogenaamde leiers van hierdie bewegings; nie noodwendig altyd



geestelik ingesteldes nie. Weet julle, in alle aspekte van die lewe word daar gekoop en verkoop. Makelaars – daar is makelaars in alle aspekte van die lewe. Maar ons weet die ware Bybel is 'n bietjie anders, 'n bietjie langer, meer presies en makliker om te verstaan. Hoe dan ook, omdat ons nie baie daarvan kan bewys nie, praat ons dus nie daaroor nie, want mense sê in elk geval dat ons godslasterend is. Ons mag alleen iets sê wat ons kan bewys.

En julle sê dan: “Jy praat van hierdie Tweede Wêreld, Derde Wêreld en Vierde Wêreld. Hoe kan jy dit bewys?” Wel, ek kan! Ek kan dit bewys. As julle saam met my stap, dieselfde paadjie, sal julle dieselfde dinge sien. Maar as julle nie saamstap nie, kan ek dit nie aan julle bewys nie. Dit spreek vanself. Dit spreek vanself. Daarom durf ek van hierdie dinge te praat omdat daar bewyse is. Ons het bewyse van honderde duisende dissipels dwarsoor die wêreld. Dus, ons kan praat oor dinge waarvan kennis dra. Maar, julle moet met my saamstap, julle moet stap. Julle kan nie sê: “Stap jy namens my en vertel en wys my alles.” Ek kan dit nie doen nie.

Byvoorbeeld, as ek nie in hierdie saal by die Verenigde Volkere is nie, dit maak nie saak hoeveel julle my daarvan vertel nie, ek het dit nie werklik ervaar nie. Reg? Dus, ons moet saamstap met wie ook al 'n ervare gids is. Ek het dissipels in hierdie saal met verskillende burgerskappe, hulle het hierdie ervarings gehad waarvan ek julle pas vertel het – sommige het dit gedeeltelik en andere het dit volledig ervaar.

Dus, ná die Derde Wêreld is dit geensins alles nie. Wat ek aan julle vertel het, is net 'n gedeelte daarvan. Dit is soos 'n reisverhaal, dinge word stuksgewys en nie baie breedvoerig vertel nie. Selfs wanneer ons 'n boek oor 'n sekere land lees, is dit nie werklik die land nie. Reg? Daarom het ons baie boeke oor reis, oor verskillende lande in die wêreld, maar ons wil self steeds graag daarheen gaan. Ons weet van Spanje en Tenerife en Griekeland, maar hierdie is alleen rolprente, of alleen boeke. Ons moet daarheen gaan om werklik die vreugde van

## 26. *Die Sluut tot Onmiddellike Geestelike Verligting* *Aflewings Meester Ching Hai*

dáár wees te ervaar, asook die voedsel wat hulle aanbied, die aangename seewater, die mooi weer, die vriendelike mense en alle soorte stemminge wat ons nie kan ervaar deur boeke te lees nie.

Dus, hoe dit ook al sy, veronderstel jy is verby die Derde Wêreld, en wat dan? Natuurlik gaan jy hoër na die Vierde. En die Vierde Wêreld is reeds buitengewoon. En ons kan nie net eenvoudige taal gebruik om al hierdie dinge aan leke te beskryf nie, uit angs om aanstoot te gee aan die heer van daardie wêreld. Omdat daardie wêreld so pragtig is, selfs al is daar dele wat baie donker is, donkerder as 'n nag in New York sonder elektrisiteit. Het julle al die hele stad in totale donkerte ervaar? Ja! Hier is dit donkerder! Maar voordat jy die Lig bereik, is dit selfs donkerder. Dit is soos 'n verbode stad. Voordat ons God se kennis bereik, word ons daar gestop. Maar met 'n Meester, met 'n ervare Meester, kan jy deur gaan, anders kan ons nie die pad in daardie wêreld vind nie.

Wanneer ons verskillende bestaansvlakke bereik, het ons nie alleen geestelike veranderinge ervaar nie, maar ook fisieke veranderinge, intellektuele veranderinge en alle ander dinge in ons lewe. Ons beskou die lewe anders, ons loop anders, ons werk anders. Selfs ons werk, ons daaglikse werk neem 'n ander betekenis aan en ons verstaan waarom ons só werk, waarom ons hierdie werk moet doen, of waarom ons daardie werk moet afskaf. Ons verstaan die doel van ons lewe, en ons voel dus nie meer rusteloos of gejaagd nie, ja! Maar ons wag heel harmonieus, geduldig om ons roeping op Aarde te voltooi, omdat ons weet waarheen ons daarna gaan. Ons weet terwyl ons leef. Dit is wat bedoel word met: "sterf terwyl jy leef." Ja, ja! En ek neem aan dat sommige van julle so iets voorheen al gehoor het, maar ek ken geen enkele Meester wat anders kan verduidelik nie, (Meester lag) behalwe dat ons die werklike vreugde van innerlike ervarings self moet ondervind.

Hoe kan enigeen 'n Mercedes Benz anders as 'n Mercedes Benz beskryf? Dit moet dieselfde wees. Dus, enige persoon wat 'n Mercedes

Benz besit, wat die Benz ken, sal dit op dieselfde manier beskryf, maar dit is nie die Benz self nie. Dus, alhoewel ek met julle in baie gewone taal praat, is dit nie gewone sake nie, en hierdie sake moet ons self ervaar, deur met opregtheid en 'n gids te werk. Dit is veiliger op daardie manier. Alhoewel dit miskien gebeur het, behaal een uit 'n miljoen dit dalk self, maar met gevaar, met risiko en nie met versekerde resultate nie, dit is nie baie veilig nie.

Sommige mense in die verlede, soos Swedenborg byvoorbeeld, het dit op 'n manier self behaal. Of miskien Gurdjieff, hy was veronderstel om dit self te behaal het – hy het die hele pad alleen geloop. Maar wanneer ek sommige van hierdie mense se geskifte lees, was hul pad nie sonder gevaar en probleme nie. En nie almal van hulle het noodwendig die hoogste vlak bereik nie.

Dus, hierna gaan jy na 'n hoër vlak, die Vyfde Vlak wat die huis van die Meester is. Alle Meesters kom daarvandaan. Alhoewel hulle vlakke hoër is as die Vyfde, sal hulle daar bly. Dit is die woonplek van die Meesters. En verby dit is daar baie aspekte van God wat moeilik is om te verstaan. Ek is bang om julle te verwar, dus sal ek dit heel moontlik 'n ander keer aan julle vertel, of miskien na inisiasie wanneer julle 'n bietjie meer voorbereid is; en ek sal julle 'n paar wonderlike dinge vertel oor julle verbeeldingsvermoë; hoe dit soms baie verkeerde indrukke oor God kan gee.

## **Vrae en Antwoorde na die Lesing**

**V:** U het genoem dat die Meester karma van mense kan leen. Word die karma van hierdie mense in dié geval uitgewis? Watter gevolge is daaraan verbonde vir hierdie mense?

**M:** Die Meester kan enigeen se karma uitwis, indien die Meester kies om dit te doen. Eintlik moet al die karma van die verlede van alle dissipels uitgewis word tydens inisiasie. Ek laat alleen die huidige karma aan julle oor, sodat ons kan voortgaan met hierdie lewe, anders

sterf ons onmiddelik. Sonder karma kan julle hier nie woon nie. Daarom moet die Meester alleenlik die gestoorde karma uitwis, sodat die persoon rein is, en 'n bietjie karma word aan hom oorgelaat om met hierdie lewe voort te gaan, om te doen wat hy moet doen in hierdie lewe. En daarna is dit klaar. Dan kan hy gaan, anders hoe kan hy gaan? Selfs al is hy suiwer in hierdie, maar hoe suiwer? En wat van sy vorige lewe, verstaan julle?

**V:** Wat is die doel van U beoefening?

**M:** Wat is die doel? Het ek julle dit nie gesê nie? Om verby hierdie wêreld te reis, om terug te keer na Godskoninkryk, om jou wysheid te ken, en om selfs 'n beter mens in hierdie lewe te wees.

**V:** Bestaan karma in alle ryke?

**M:** Nie in alle ryke nie, alleenlik tot op die Tweede Ryk, omdat ons verstand, ons brein, die rekenaar in die Tweede Ryk “vervaardig” is. Wanneer ons neerdaal, die hele pad vanaf die hoër vlakke na hierdie fisieke vlak, kwansuis om te werk, reg; [selfs die Meester, byvoorbeeld, daal van die Vyfde Vlak neer na die fisieke wêreld,] dan moet ons deur die Tweede Vlak gaan en ons “rekenaar” ophaal en dit inpas sodat ons in hierdie wêreld kan werk. Net soos 'n duiker wat in die see duik. Hy moet uitgerus wees met 'n masker, suurstof en alles. Alhoewel hy gewoonweg nie so belanglik lyk nie, maar wanneer hy die suurstofmasker en duikerspak dra, lyk hy soos 'n padda. Dit is hoe ons soms daar uitsien met ons...hierdie rekenaar een die liggaamlike hindernisse. Andersins is ons absoluut pragtig. Alhoewel jy dink dat jy nou pragtig is, is jy so lelik in vergelyking met wat jy werklik is, as gevolg van al die instrumente wat ons moet dra om diep in hierdie wêreld te kan duik om te werk.

Dus, nadat ons die Tweede Vlak verbygegaan het om op te styg, moet ons ons rekenaar agterlaat, ons benodig dit nie meer daarbo nie. Dus, net soos 'n duiker wanneer hy die wal bereik, verwyder hy sy suurstofmasker en al sy duiktoerusting en lyk hy soos voorheen. Ja? Goed!

**V:** U het gesê dat by die eindpunt van die Tweede Wêreld, voordat ons kan opstyg, moet ons al ons karma agterlaat, of afhandel of uitwis. Geld dit ook vir al die karma van vorige lewens waarmee ons in hierdie lewe gebore is?

**M:** Ja. Omdat ons geen “rekenaar” het om enigiets mee te registreer nie. Ons het alleenlik karma omdat ons hierdie rekenaar het, die verstand, die brein wat bedoel is om elke ervaring van hierdie fisieke wêreld op te neem. Daarom het ons dit. Goed of kwaad, ons registreer dit hier. Dit is wat ons karma noem. Wat is karma? Net die ervarings, goed of kwaad, ons reaksies, ons leerprosesse van vele lewens. En omdat ons ’n sogenaamde gewete het, weet ons dat ons goed behoort te doen, maar soms het ons kwaad gedoen. Daarom noem ons dit karma. En ons gaan gebuk onder die kwaad, net soos ’n klomp vullis, bagasie, weens die swaartekragwet wat ons neertrek en dit moeilik maak om die berg te beklim. As gevolg van vele morele dissiplines in hierdie wêreld, baie reëls, baie gebruike, baie gewoontes van verskillende volke, word ons aan hierdie sogenaamde opvattinge van goed en kwaad, skuld en onskuld, gebind. Dus, wanneer ons met mense van hierdie wêreld verkeer, het ons ervarings van goed en kwaad, skuld en onskuld volgens die gebruike, gewoontes en wette van daardie volk. En dit word ’n denkpatroon, wanneer ons dit doen, voel ons skuldig; wanneer ons dat doen, is ons slegte mense. En dit alles word hier binne geregistreer. Dit veroorsaak dat ons weer gebore word en aan hierdie fisieke wêreld, of ’n effens hoër wêreld, gebind word. Maar dit is nie hoog genoeg nie. Ons is nie vry genoeg nie. Ons is nie lig genoeg om bo te dryf nie, vanweë al hierdie opvattinge en vooroordele.

**V:** Is dit bestem dat ons ’n sekere vlak sal bereik in elke lewe waarin ons gebore word?

**M:** Nee, ons beskik oor ’n vrye wil om vinniger of stadiger te hardloop. Byvoorbeeld, jy gooi ’n honderd liter petrol in jou motor. Maar jy kan vinniger ry daarmee en jou bestemming vinniger bereik, of jy kan stadiger ry. Dit is jou keuse.

30. *Die Sluut tot die Onmiddellike Geestelike Verligting* *Alderhoogste Meester Ching Hai*

**V:** Wel, ek wil net aan U vra: Op watter vlak is die engele?

**M:** Op watter vlak is hulle? O! Dit hang af van die soort engele?

**V:** Die beskermengele.

**M:** Die beskermengele kan tot op die Tweede Vlak wees. Engele is minder hoog as menslike wesens – met minder aansien. Hulle moet ons dien.

**V:** En hulle gaan nooit verder nie?

**M:** Nee! Tensy hulle menslike wesens word. Hulle beny die menslike wesens, omdat God binnekant die mens is. Ons beskik oor al die fasiliteite om één met God te word, die engele nie. Dit is ingewikkeld. Ek sal dit 'n ander keer met julle bespreek.

Hulle is ook geskape om ons tot nut te wees, weet jy – die verskillende soorte engele. Byvoorbeeld, indien hulle deur God geskape is, dan is hulle geskape om ons te dien. En hulle behoort nie – hoef nie verder as dit te gaan nie. Maar hulle kan. Soms word iets geskep sonder 'n eintlike reëling om te verbeter.

Byvoorbeeld, in jou huis het jy sekere dinge vir jou eie gerief geskep. Selfs al is dit baie fantasties...Byvoorbeeld, terwyl jy hier sit, kan jy die ligte aan en afskakel in die hele huis en tuin, en jou televisie aan en afskakel, omdat jy dit so vir jouself ontwerp het, maar dit is alleenlik tot jou voordeel. Alhoewel dit in sekere aspekte beter as jy is, aangesien jy dit alles vanaf hier kan beheer, maar jy kan dit nie met menslike inspanning regkry nie. Maar dit beteken nie dat dit beter as jy is nie. Die enkele doeleinde waarvoor dit geskep is, is om jou te dien. Ook al lyk dit beter as jy, so is dit nie. Reg so! Goed. Die rekenaar kan nooit mens wees nie.

**V:** Meester Ching Hai, ek wil weet – omdat ons nou in die liggaam is, is dit moontlik dat ons geval het nadat ons tevore bevry was van hierdie liggaam? Was ons altyd in hierdie toestand, of was ons voorheen in 'n beter toestand, of net in hierdie toestand? Wat is 'n goeie gesindheid, of 'n goeie neiging om snel vooruit te gaan?

**M:** Om die liggaam te verlaat en vooruit te gaan? Ja, ons kan indien ons weet hoe. Daar is vele verskillende metodes om die liggaam agter te laat en verby hierdie wêreld te gaan. Sommige gaan nie ver nie, sommige gaan baie ver, en sommige gaan tot die einde. Dus, volgens die vergelyking wat ek gemaak het met my verskillende navorsing sedert ek jonk was – selfs al lyk ek nou steeds jonk, maar ek was toe jonger – is ons metode hier die beste, ja! Dit gaan die verste, die verste, tot die verre einde.

Daar is vele ander metodes, wat ook al julle verkies om te ervaar, julle kan kies. Daar is baie in die mark: sommige gaan na die astrale wêreld, sommige gaan na die Derde of die Vierde, maar nie baie kan na die Vyfde gaan nie. Dus, ons metode, ons beoefening is om julle na die Vyfde te neem voordat julle vrygestel word, ons julle alleen laat gaan. En verby dit, kan ons 'n ander aspek van God verby die Vyfde Vlak ervaar, maar dit is nie altyd aangenaam nie.

Ons dink altyd hoe hoër hoe beter; dit is nie altyd waar nie. Byvoorbeeld, soms gaan ons 'n pragtige paleis binne en ons word na die sitkamer van die meester genooi. Ons het daar gesit en was met koeldrank en lekkernye en alles bedien. En toe het ons daaraan gedink om die huis te verken, effens te gaan rondkyk. En ons waag dit tot binne-in die afvalplek, en weet jy, baie ander plekke in die huis. Dit is nie altyd belangrike plekke nie. Ons beland ook toe in die kragentrale, ons het die kraghuis binnegegaan wat net agter die huis was, verby die huis, en ons word daar geskok en het dus daar gesterf. Dus, dit is nie altyd noodsaaklik, of word nie aanbeveel om verder te gaan nie, maar ons kan dit doen ter wille van avontuur.

**V:** Ek het twee vrae. Ten eerste, van watter wêreld is die geheue van vorige lewens afkomstig, indien jy die geheue van die vorige lewe sou hê? En ten tweede, hoe is jou vorige lewens met huidige karma en met jou huidige begrip verbonde? Is hulle deel van die “oortollige bagasie?”

**M:** Ja, ja. Hulle is sterk met mekaar verbonde. Die eerste vraag, waar kom die karma van die verlede vandaan? Jy kan die vorige lewe se

rekord lees, dit is seker. En die rekords van die vorige lewens, soos ek aan julle verduidelik het, kom van die akasiese rekord. Ja. En hierdie is 'n soort biblioteek in die Tweede Wêreld wat toeganklik is vir enigeen wat dit kan bereik. Nie elkeen kan na die biblioteek van die Verenigde Volke gaan en toegang daartoe verkry nie. Maar ek kan dit vandag doen, byvoorbeeld, omdat ek genooi is om 'n lesing by die Verenigde Volke te gee. Reg? Nie almal kan inkom nie, maar julle kan, omdat julle byna soos inwoners hier is. Dus, op soortgelyke wyse, wanneer ons toegang tot die Tweede Wêreld kry, kan ons oplees oor die vorige lewe. Ook wanneer ons die Eerste Wêreld betree, 'n deel daarvan, kan ons vlugtig kyk na die vorige lewe van iemand. Maar, dit is nie baie hoog en nie 'n baie volledige rekord nie.

En hoe hou hierdie ervarings van vorige lewens verband met huidige karma? Ons kan sê dat hierdie ervarings ons geleer het om die huidige lewe te hanteer. Wat julle jul in die verlede mee vereenselwig het, sal julle in die huidige lewe beoefen. En op soortgelyke wyse, sal te veel onaangename ervarings van die verlede jou skrikmaak, wanneer jy een of ander simbool sien wat baie soortgelyk is aan dié van die vorige lewe. Byvoorbeeld, in die vorige lewe het jy per ongeluk in die donkerte van die trap geval en jou erg beseer en niemand het jou gehelp nie. En nou wanneer jy by die trap afloop, voel jy 'n bietjie bang, veral as dit diep en donker is; jy sal 'n vorm van worsteling ervaar, of jy moet gaan, of nie. Of, indien jy in jou vorige lewe reeds gestudeer en diep nagevors het in een of ander wetenskaplike rigting, dan sal jy in hierdie lewe vind dat jy steeds baie daarin belangstel. Dus het jy steeds 'n vorm van aantrekking tot enige soort wetenskaplike navorsing, alhoewel jy nou geen wetenskaplike van enige aard is nie. Enigiets soos dit.

Daarom was Mozart 'n genie toe hy vier jaar oud was. Hy het direk na die klavier gegaan en hy is selfs tot nou, beroemd. Hy was 'n genie omdat hy in baie ander lewens geoefen het om meesterskap te bereik, en daarna het hy gesterf. Voordat hy die kruin van sy loopbaan kon bereik, het hy gesterf en hy was nie tevrede om sy loopbaan net so te



laat nie want hy het van musiek gehou. Dus het hy teruggekom en al sy vorige aangeleerde ervarings van sy musikale talent het teruggekeer na hom, omdat hy so 'n sterke verlange gehad het om daarmee voort te gaan toe hy gesterf het.

En sekere mense leer baie dinge van die Astrale Wêreld, of die Tweede Wêreld, voordat hulle weergebore word in hierdie wêreld. Daarom is hulle besonder begaafd in die wetenskap, of musiek, of literatuur, of enige uitvinding. Weet julle, soos baie buitengewone uitvindings wat andere nie kan verstaan en nie eens van sou droom nie. Hulle het dit geleer omdat hulle dit gesien het.

Dus, daar is twee maniere waarop kennis in hierdie wêreld, of in die wêreld aan die oorkant, opgedoen kan word. Diegene wat begaafd en uitstekend is, soos genieë, hulle is die deskundiges van die wêreld aan die oorkant, soos in die Astrale Wêreld, die Tweede Wêreld; soms van die Derde Wêreld, indien hulle kies om terug te kom. Hulle is uitstekend. Hulle is genieë.

**V:** Wat spesifiek behels U inisiasie en sodra iemand geïnisieer is, wat sal die daaglikse beoefening behels?

**M:** Eerstens, dit is alles gratis en daar is geen verpligtinge aan verbonde nie, behalwe dat jy jou daarop moet toespits, indien jy wil voortgaan. Dus, die voorwaardes is – geen ervaring word benodig nie. Geen vorige kennis van enige joga, of enige ander vorm van meditasie word benodig nie. Maar jy moet jou aan 'n lewenslange vegetariese dieet verbind: geen eiers, maar melk en kaas is toelaatbaar. Alles sonder om dood te slaan, is goed.

Geen eiers, omdat dit ook half-doodslaan behels, selfs indien dit onbevrug is. Dit beskik ook oor 'n sekere eienskap wat die neiging het om negatiewe krag aan te trek. Daarom gebruik baie mense dit, diegene wat wit of swartekuns beoefen, of baie towenaars – met sogenaamde toordery – hulle gebruik eiers om wesens uit besetenes te dryf. Weet julle dit of nie? (Iemand antwoord: Ja.) Weet jy? O, dit is

### 34. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting* *Alderhoogste Meester Ching Hai*

fantasies! Ek het ten minste onmiddellike bewys, indien nie onmiddellike geestelike verligting vir jou nie. (Gelag)

Tydens inisiasie ervaar jy die Lig en die Klank van God. Die Musiek van die gees trek jou na 'n hoër vlak van bewustheid. Jy sal die smaak van Samadhi verstaan – die diepe vrede en vreugde. En daarna gaan jy voort om tuis te beoefen, indien jy ernstig is. Indien nie, kan ek jou nie daartoe dwing nie, ek kan jou nie meer pla nie. Indien jy voortgaan en jy wil hê dat ek jou die hele pad moet help, dan gaan ek voort. En indien nie – so is dit. En twee en 'n half uur per dag moet jy mediteer. Word soggens vroeg wakker, of voordat jy gaan slaap – mediteer twee uur; en miskien 'n half uur tydens middagete. Wanneer ek nie hier aan die woord is nie, het jy een uur middagete. Jy kan iewers gaan wegkruip en mediteer. Dit is reeds een uur. En saans, pas jy nog een uur, of 'n half uur in. Staans soggens een uur vroeër op.

Reël jou lewe beter, kyk minder televisie, skinder minder, klets minder op die telefoon, lees minder koerante, dan het jy baie tyd. Ja, ons het werklik baie tyd, maar ons verspil soms ons tyd. Net soos om met die motor in die agterplaas rond te ry, pleks van na Long Island te gaan, ja. Is julle tevrede daarmee? (Die Vraer: Ja!) Geen voorwaardes vir julle, niks anders behalwe om jou toe te wy aan hierdie lewenslange beoefening. En elke dag ervaar jy verskeie goeie veranderings, en verskillende wonderwerke in jou lewe, sonder dat jy dit wens. Dit sal in elk geval gebeur. Dan sal jy werklik ervaar wat hemel op aarde is, indien jy regtig ernstig daarvoor is. Op hierdie manier hou honderde duisende van ons dissipels steeds vol, hou steeds aan my vas na baie jare, omdat hulle beter en beter ervarings het, omdat hulle ernstig daarvoor is en wel beoefen.

**V:** Verduidelik asseblief die aard van bewustheid.

**M:** Die aard van bewustheid, goed. Dit is moeilik om te verduidelik, maar jy kan jou intelligensie gebruik om jou dit in te dink. Dit is 'n sekere wysheid, asof jy iets beter weet as ooit tevore. Ja, jy ken iets wat verby hierdie wêreld is, en jy ken iets in hierdie wêreld wat jy vroeër

nie geken het nie, en jy verstaan nou baie dinge wat jy voorheen nie verstaan het nie. Dit is die bewustheid.

En ook wanneer jy hierdie bewustheid, of die sogenaamde wysheid, open, sal jy werklik verstaan wie jy is en waarom jy hier is, en wat en wie verby hierdie wêreld is, of buiten ons as wêreldburgers is. Daar is baie dinge. Dus, die vlak van bewustheid is soos verskillende grade van begrip, net soos graduering op kollege. Hoe meer jy leer, hoe meer weet jy, totdat jy jou graad behaal.

Dit is moeilik om iets te verduidelik wat abstrak is, maar ek het dit probeer. Dit is 'n sekere bewustheid. Dit is moeilik om bewustheid te verduidelik. Wanneer jy na ander, hoër vlakke van bewustheid gaan, is jou bewustheid anders. Jy verstaan dinge anders, jy voel anders. Jy voel gewoon absolute vrede, rus en saligheid. Jy het geen bekommernisse en alles in jou daaglikse lewe word duidelik. Jy weet hoe om dinge te hanteer en jy kan probleme makliker oplos. Selfs op die fisieke vlak is daar alreeds voordele. En binne-in jou, hoe jy voel – dit weet jy alleen. Dit is moeilik om hierdie dinge te verduidelik. Net soos jy getroud is met die meisie wat jy liefhet – jy alleen weet hoe jy voel. Niemand anders kan namens jou so voel nie.

**V:** Eerbare Meester, dankie vir U insig. Ek wonder of U U graag wil uitlaat oor iets wat ek op my hart dra. Waarom is daar teenwoordig soveel Meesters op Aarde wat ons 'n kans gee om so vinnig te leer, terwyl dit in die verlede so moeilik was? Kan U asseblief daarvoor kommentaar lewer?

**M:** Ja seker. Omdat die kommunikasie huidiglik beter is. Dus, ons dra meer kennis van die Meesters, nie dat Meesters in die verlede nie bestaan het nie, of Meesters nie toeganklik was nie. Natuurlik is dit waar dat sommige meesters meer toeganklik is as andere. Dit hang van sy keuse af, of sy gewilligheid om te gee, of sy verwantskap met die mens oor die algemeen. Maar in enige tydperk is daar altyd een, twee, drie, vier, of vyf Meesters. Dit hang af van die behoefte van die tyd. Ons is net meer bewus van die teenwoordigheid van baie verskillende Meesters, miskien verskillende grade van Meesters, want

in hierdie tye is ons bevoorreg om die massa media, televisie, radio uitsendings en boeke te hê, waarvan ons miljoene, duisende miljoene afskrifte in 'n oogwink kan druk.

In die ou dae indien ons 'n boek wou druk, moes ons eers die boom - met baie ongekunstelde byle - afkap, wat in 'n japtrap kapot was en nie weer gebruik kon word nie; en moes dit met stene en allerlei dinge gepoets word om een woord na die ander daarin te kerf. En wanneer jy 'n hele stel Bybels wou vervoer, het dit 'n hele konvooi groot vragwaens in beslag geneem, indien daar toe vragwaens was. Daarom weet ons van baie Meesters.

Ja, julle is gelukkig, dit is baie goed vir julle – julle kan winkels besoek, julle kan kies wat julle wil. Dus, niemand sal julle kan kul en sê: “Ek is die beste.” Ja, jy kan vergelyk en jou wysheid en intelligensie gebruik om te oordeel: “O, hierdie een is beter,” of “Ek hou meer van daardie een,” “Sy gesig lyk vreeslik,” “O, daardie een – lelik.” (Gelag)

**V:** Aangesien U gepraat het van winkels bekyk, sal U dit oorweeg om iemand te inisieer wat reeds deur 'n ander Meester geïnisieer is?

**M:** Ek sal dit alleenlik doen indien daardie persoon werklik glo dat ek meer in staat is om hom of haar vinniger na 'n hoër vlak te neem. Anders is dit beter om te bly by jou eie Meester indien jy steeds baie geheg voel en baie vertrou in daardie Meester het. Indien jy glo dat jou Meester reeds die beste is, verander dan nie. Indien jy steeds twyfel, en indien jy nog steeds geen Lig en Klank soos ek eerder genoem het, ervaar het nie, dan behoort jy dit te probeer. Ja, omdat Lig en Klank die standaard maatstaf is van 'n ware Meester. Indien iemand nie in staat is om jou onmiddelik Lig of Klank te laat ervaar nie, is hy nie 'n ware Meester nie, dit spyt my om dit te sê. Die weg na die hemel is toegerus met Lig en Klank.

Dieselfde wanneer jy in die see duik, jy moet toegerus wees met 'n suurstofmasker en dies meer. Alles is daar vir verskillende doeleindes. Daarom sien julle al die Heiliges omring deur 'n stralekrans. Dit is Lig.

Wanneer jy hierdie metode beoefen, straal jy dieselfde Lig uit soos wat op die prente van Jesus geteken is, en mense kan dit sien. Indien die mense mediumiek is, kan hulle jou Lig sien. Daarom teken hulle Jesus met 'n stralekrans, en hulle teken Boeddha met die Lig om Hom heen. Jy kan beoefenaars van 'n hoë graad met hierdie Lig siwn, indien jy geopen is. (Meester wys na Haar wysheidsoog). Baie mense kan dit sien. Het enige van julle wat hier is dit gesien? Jy? Wat het jy gesien?

**V:** Wel, ek kan auras sien, auras...

**M:** Ja, maar auras is anders as Lig. Auras is verskillende kleure, soms swart, soms koffie, koffie-kleurig, en soms geel of rooi. Dit hang af van sy temperament op daardie tydstip. Maar wanneer jy iemand met 'n sterke geestelike aura sien, weet jy dat dit anders is. Reg?

**V:** Ek het nie regtig 'n vraag nie. Ek het eerder 'n tydjie raja joga gedoen. En ek dog dat ek ook auras gesien het. Ek bedoel, in daardie tyd het ek nie veel kennis of begrip gehad nie.

**M:** En jy sien dit nou nie? Jy sien dit net soms?

**V:** Nee, ek mediteer huidiglik nie meer.

**M:** O, daarom het jy jou krag verloor. Jy behoort weer te mediteer. Indien jy steeds in daardie weg glo, behoort jy te mediteer. Dit help jou tot 'n mate. Dit sal geen kwaad doen nie. Goed?

**V:** Ek sien in U blaadjie dat daar vyf voorskrifte is. Sodra jy geïnisieer is, moet jy volgens hierdie vyf voorskrifte leef?

**M:** Ja, ja, ja. Hierdie is die wette van die heeal.

**V:** Ek verstaan nie die "seksuele wangedrag" nie.

**M:** Dit beteken indien jy reeds 'n man het, moet asseblief nie 'n tweede oorweeg nie. (Gelag) Heel eenvoudig. Hou jou lewe eenvoudig, geen komplikasies en rusie oor emosies nie. Ja. Dit veroorsaak dat andere se gevoelens seergemaak word. Ons krenk nie andere nie, selfs nie emosioneel nie. So is dit. Ons probeer om

teenstrydighede te vermy, ons probeer om emosionele, liggaamlike en verstandelike lyding vir iedereen te vermy, veral ons geliefdes, dis al.

Indien jy reeds iemand het, vertel hom dit nie. Dit is meer pynlik wanneer jy hom dit vertel. Los dit gewoon stadig en stilweg op en beken nie aan hom nie. Soms dink mense dat dit baie wys en baie eerlik is om huis toe te gaan en aan hul man of vrou te beken dat hulle 'n buite-egtelike verhouding het. Dit is bog. Dit is nie goed nie. Jy het reeds 'n fout begaan, waarom nog rommel huis toe neem wat andere van geniet? Indien hy nie daarvan weet nie, voel hy nie so sleg nie. Die feit dat hy daarvan weet, maak seer. Dus, ons probeer om daardie probleem op te los en nie te herhaal nie, en dit is al. Liewer nie met die gades hieroor praat nie omdat dit die gades sal seermaak.

**V:** Ek het waargeneem dat baie geestelike Meesters 'n goeie humorsin het. Wat is die verband tussen humor en geestelike beoefening?

**M:** O, ek dink hulle voel gewoon gelukkig en ontspanne en lighartig oor alles. En hulle kan vir hulself en andere lag; lag oor verspotte dinge in hierdie lewe wat baie mense so gespanne en ernstig oor is.

Op een of ander manier nadat ons begin beoefen, word ons gewoon "vry", ons voel nie meer so ernstig nie. Indien ons môre sterf, sterf ons; indien ons leef, leef ons. Indien ons alles verloor, verloor ons alles; indien ons alles het, het ons alles. Ons beskik oor voldoende wysheid en vermoëns nadat ons geestelik verlig is om vir onself in elke situasie te sorg. Dus, ons is nie bang vir enigiets nie. Ons verloor ons vrees, ons verloor ons angs. Daarom is ons ontspanne. Ons voel vry van hierdie wêreld. Wat ons ook al wen of verloor, beteken nie meer veel nie. As ons wins het aan 'n hele boel dinge, is dit alleen tot voordeel van andere, en ons bied dit aan, tot voordeel van geliefdes. Andersins beskou ons nie onself, of ons lewe, as só belangrik om al die worstelinge en lydings te ondergaan, om dit te kan bewaar nie. Indien ons dit bewaar, is dit goed. Dit beteken nie dat ons die hele dag in die bed sit, op 'n spykerbed, en mediteer nie. Ons werk wel.

Byvoorbeeld, ek werk nog steeds. Ek skilder en doen handwerk om geld te verdien. Dus, ek wil van niemand bydraes ontvang nie. En selfs my verdienste is soveel dat ek andere kan help. Ek kan die vlugteling help, die rampslagoffers en andere. Waarom sou ons nie werk nie? Ons beskik oor soveel talente en vermoëns, en die lewe is vir ons so maklik nadat ons geestelik verlig is dat ons gewoon geen rede tot kommer het nie. Ons is gewoon van nature ontspanne. So ontstaan die humorsin. Ek dink dat dit die rede is.

Vind julle my grappig? (Gehoor: Ja) (Gelag en applous.) Miskien moet ek dan 'n soort Meester wees, hè? (Gelag) Ons hoop so, om julle onthalwe, sodat julle nie twee uur lank na 'n geestelike onverligte persoon geluister het nie – julle tyd verspil het.

**V:** Ek sou net graag wou hoor wat U te sê het oor die teorieë en verhale wat ons as antwoord ontvang op die vrae wat ons as soekende siele altyd stel. Die eerste is: Wie is ons? Wie is ek? En hoe het ek in die penarie beland dat ek terug Huis toe moet gaan? Hoe het ek die Huis verlaat en waarom is dit belangrik om terug Huis toe te gaan? En U het gepraat oor teruggaan na die Vyfde Vlak, en dat dit nie noodwendig belangrik is om verder te gaan nie. Maar indien daar iets verder is, wat is dan die doel daarvan? Hoe hou dit verband met my as ek nie noodwendig daarheen terug hoef te gaan nie?

**M:** Nou word dit grappig. (Gelag en applous) Goed. Met betrekking tot die vraag: "Wie is ek?" Jy kan enige Zen Meester - wat daar veel van is in New York - vra. Jy kan in die Geelbladsye kyk en een vind. (Gelag) Ek is nie daarin gespesialiseerd nie.

En die tweede: "Waarom is jy hier?" Miskien omdat jy daarvan hou om hier te wees. Of anders, wie kan ons dwing om hier te wees aangesien ons kinders van God is. Die sogenaamde kinders van God is soos God Self. Nie? 'n Prins is in sekere aspekte soortgelyk aan die koning, of is min of meer soos die koning, of die toekomstige koning.

Dus, alleenlik wanneer hy graag iewers wil wees, sal hy daar wees. In elk geval, ons het die vrye wil om te ervaar om in die hemel, of iewers anders te wees. Dit beteken – jy het waarskynlik aan die begin, vele eeue gelede, gekies om hier te wees, om meer avontuurlustig, of meer angswekkende dinge te leer. Sommige mense hou van angsaanjaende ervarings.

Byvoorbeeld, 'n prins kan in die paleis wees, maar hy kon ook in die oerwoud rond dwaal omdat hy lief is om dinge in die natuur te verken. Dit kon so wees. Dit kon wees dat ons so verveeld was, verveeld was in die hemel, omdat alles gereed gestaan het en by ons paleisdeure bedien was, dus wou ons iets vir onself doen. So ook met die koninklike familie, soms wil hulle self kos maak en hulle wil nie die bediendes naby hê nie. En hulle besmeer hulself oral met tamatiesous en olie, maar hulle geniet dit. Dit kom nie baie vorstelik voor nie, maar hulle geniet dit.

Byvoorbeeld, ek het mense wat my rondry. Oral waar ek gaan, wil mense graag my bestuurder wees. Maar soms wil ek graag self ry. Ek ry my klein, elektriese, rookvrye driewiel teen tien kilometer per uur. Ek hou daarvan om so uit te gaan. Oral waar ek gaan, trek ek die aandag van mense, dus wil ek soms iewers gaan waar die mense my nie ken nie. Ek is baie skaam behalwe wanneer ek 'n lesing moet gee, omdat dit 'n sekere plig geword het sedert ek ontdek is en beroemd geword het. Ek kan nie so dikwels weghardloop nie, maar soms hardloop ek wel weg, vir twee tot drie maande. Net soos 'n verwerpte vrou wat wegloop van haar man. En dit is dus my keuse.

Dus, miskien het jy gekies om 'n rukkie hier te wees. En miskien is dit nou tyd dat jy wil gaan omdat jy genoeg van hierdie wêreld geleer het, en jy voel dat daar niks meer is wat jy wil leer nie, en jy is moeg van reis. Jy wil rus. Gaan Huis toe en rus eers. En kyk dan of jy weer op 'n avontuurlike reis wil gaan, of nie. Dit is al wat ek tot dusver kan sê.



En waarom moet jy Huis toe gaan? En waarom die Vyfde Vlak en nie die Sesde? Dit hang van jou af. Ná die Vyfde kan jy gaan waar jy wil. Daar is baie meer vlakke daarbo. Maar dit is gewoon meer gerieflik, meer neutraal, om daar te bly. Verder na bo is dit miskien te kragtig. Jy kan 'n rukkie gaan, maar miskien sal jy nie daarvan hou om te rus nie.

Byvoorbeeld, jou huis is pragtig, maar sekere dele van die huis dien as ruskamers en jy sal nie vir ewig daar wil rus nie, alhoewel dit verby jou huis is. Op die heuwel lyk dit asof hoe hoër jy is, hoe pragtiger dit is, maar dit is nie die plek om te rus nie. Of in die sentrale masjienkamer in jou huis, die generator is lawaaierig, luid, warm en gevaarlik. Dus sou jy nie daar wou wees nie alhoewel dit baie nuttig is vir jou huis. Dit is al.

Daar is baie aspekte van God wat ons ons nie kan indink nie. Ons dink altyd dat hoe hoër ons gaan, hoe meer liefdevol dit is. Maar daar is verskillende soorte liefde. Daar is gewelddadige liefde, intense liefde, milde liefde en neutrale liefde. Dit hang af hoe ons dit kan verdra. God sal verskillende grade van liefde aan ons toebedeel. Reg. Verskillende vlakke bied verskillende grade van Godsliefde aan. Maar soms is dit te intens, dit voel asof ons aan flarde geskeur word.

**V:** Ek sien soveel verwoesting wat om my gesaai word – omgewingsverwoesting. Wreedheid teenoor diere. Ek wonder gewoon hoe U dit insien, en wat U kan aanbeveel aan diegene wat probeer om hulself op 'n geestelike manier van hierdie wêreld vry te stel, om hulle te help om hul omgewing te hanteer, om al die verwoesting wat om hulle gebeur, te kan hanteer? Dink U dat dit voldoende is om te besef wat ons hier agterlaat deur verby hierdie wêreld te gaan, of dink U dat dit ons plig is op hierdie vlak om die lyding te help verlig? En sal dit enigsins help?

**M:** Dit sal. Dit sal. Ten minste vir ons, vir ons gewete, sodat dit voel asof ons iets doen en dat ons ons bes probeer om die lyding van ons

42. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting* *Alderhoogste Meester Ching Hai*

medemens te verlig. Ek doen dit. Wat jy ook al vra, doen ek al. Het ek gedoen, doen ek en sal ek doen.

Ek het reeds aan julle vertel dat ons finansies soms aan verskillende organisasies uitgedeel word, of aan verskeie lande wanneer hulle rampe ervaar. En ek wil nie veel daarvoor spog nie, maar aangesien jy dit vra – en byvoorbeeld, ons het verlede jaar die Fillipyne gehelp met noodleniging in die rampgebied, Berg Pinatubo. En ons het die vloedslagoffers in Au Lac gehelp, en die vloedslagoffers in China, ens. En ons probeer nou om die vlugtelinge van Au Lac te help, om die V.V.O. met hul las te help, op voorwaarde dat die V.V.O. wil hê dat ons help. Maar ons probeer. Ons bied hulle finansiële hulp aan, en ons kan hulle ook hervestig indien die V.V.O. dit toestaan – met die seëning van die V.V.O.

Ja, ons doen reeds wat julle versoek het en ook omdat ons tog hier is, kan ons ook ons omgewing soveel as moontlik skoonmaak. Dus help ons om die lyding te verlig en die morele standaard van die wêreld te verbeter; beide geestelik en liggaamlik. Ja. Omdat sommige nie geestelik van my wil ontvang nie. Hulle wil alleenlik materiële hulp ontvang. Dus help ons hul geestelikheid op 'n fisieke manier aan. So maak ons; daarom moet ek geld verdien. Daarom wil ek nie van bydraes leef nie.

Al my monnike en my dissipels moet werk, net soos julle. En afgesien daarvan, help ons ook geestelik; ons help om die lyding in die wêreld te verlig, om die lyding in die wêreld te verlig. Ons moet dit doen. Dit beteken nie dat ons heeldag lank in samadhi verkeer en dit geniet nie. Dit is a baie selfsugtige Boeddha (verligte wese). Ons wil hom hier nie hê nie. (Gelag)

**V:** U het verwys na 'n vlak waar jy bewus word dat jy kragte het wat van daardie bewustheid afkomstig is. Gestel nou jy is bewus van hierdie kragte, maar jy weet nie dat jy daarvoor beskik nie, maar is jy bewus daarvan? Jy kan selfs aanvoel dat jy dit het. Hoe kry jy toegang

of geen toegang daartoe? Indien jy geen toegang daartoe verkry nie, hoe voorkom jy dit om nie ongeduldig te word met die proses wat om jou aan die gang is nie? Jy sien hoe die proses 'n stadige en alledaagse verloop neem, en jy weet dat jy gewoon kan bid, of iets anders kan doen wat 'n beter en sneller oplossing kan gee. Wat beteken dit en hoe verkry jy toegang daartoe met die seëning dat dit goed sal verloop? Verstaan U wat ek bedoel?

M: Ek verstaan. Ek verstaan. Wat jy bedoel is, indien jy die krag het om dinge te verander, en sake verloop op 'n burokratiese manier en 'n stadige manier, hoe kan jy die geduld hê om dit te verdra. Reg? Of sou jy gewoon bid, of een of ander towerslag uithaal, of 'n vinger wys en alles aanpor. Reg? Nee, ek het geduld omdat ons met die pas van hierdie wêreld moet werk om geen chaos te veroorsaak nie. Ja.

Byvoorbeeld, 'n kind kan nie hardloop nie. Maar omdat jy haastig is, of jy wil hardloop, veroorsaak jy dat die kind struikel en val. Dus moet ons geduldig wees. Alhoewel ons die krag het om te hardloop, loop ons met die kind, ja. Daarom is ek ook soms gefrustreerd en ongeduldig, maar ek moet leer om geduldig te wees. Daarom moet ek van die een president na die ander gaan en my hoof buig om die vlugtelinge se onthalwe, selfs al wil ons al die finansiële hulp aanbied. Ons sou alles gee wat ons besit, alles, miljoene dollar, of selfs biljoene. Ons moet die burokratiese sisteem volg. Gee aan die Keiser wat die Keiser toekom.

Ek gaan nie my hoof breek nie, of selfs 'n vinger na die V.V.O. wys nie om hulle te laat hardloop. Nee, nee. Ons veroorsaak rampe in hierdie wêreld indien ons mediumistiese towerkragte gebruik. Dit moet sy loop neem. Maar ons kan die bewustheid van mense verhef deur geestelike genesing, deur geestelike wysheid en begrip. Dra die kennis aan hulle oor sodat hulle bereid is om dit te doen en saam te werk. Dit is die beste om nie van towerkragte gebruik te maak nie. Ek gebruik nooit doelbewus towerkragte in enige aspek van die lewe nie. Maar wonderwerke geskied gewoon rondom geestelike beoefenaars. Dit is heel natuurlik, nie doelbewus nie. Probeer nie om dinge te

44. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting* *Alderhoogste Meester Ching Hai*

dwing nie. Ja, dit is nie goed nie. Die kind kan nie hardloop nie. Goed? Is jy tevrede met my antwoord?

Indien enige van my antwoorde julle nie bevredig nie, laat my asseblief weet want ek kan verder verduidelik. Maar ek neem aan dat julle baie intelligent is – julle is die uitverkorenes en mees intelligente mense van alle volke. Dus brei ek nie veel uit nie.

Ek moet so terloops noem dat dit goed is dat ons die V.V.O. het. Ja, ja. Ons skakel baie van die wêreld se teenstrydighede en oorloë uit, alhoewel ons dit nie heeltemal kan uitskakel nie. Ek lees die boeke van die Verenigde Volkere Organisasie. Ons almal moet optree soos die Verenigde Volkere Organisasie. Ek het van die werk van die Verenigde Volkere Organisasie gevolg. Ek moet hul moeite en bekwaamheid prys omdat hulle gyselaars gered het terwyl andere dit nie kon doen nie. Al die mag ter wêreld kon niemand red nie, maar een kommisaris van die Verenigde Volkere Organisasie kon dit wel bewerkstellig. Ja, en daar is baie ander dinge soos noodleniging en probleme omtrent die vlugteling.

Ek het gehoor dat julle ongeveer twaalf miljoen vlugteling het – wat 'n verantwoordelikheid. Nie? Dit is veel werk, en die oorloë en alles. Dit is dus goed dat ons die Verenigde Volkere Organisasie het, ja! Dit is baie goed.

**V:** Dankie Meester Ching Hai dat U U wysheid met ons deel. Ek het 'n vraag. Dit gaan oor die groeiende wêreldbevolking en die meegaande probleem van vermeerderde skending van die omgewing en die vermeerderde aanvraag na voedsel. Wil U kommentaar lewer oor hierdie groeiende wêreldbevolking? Is dit wêreld karma? Of gaan dit 'n bepaalde soort karma in die toekoms skep?

**M:** Om meer mense in hierdie wêreld te hê is ook baie goed. Waarom nie? Meer bevolking, meer lawaai, meer pret. Nie? (Gelag) Dit is nie dat ons werklik oorbevolk is nie. Ons is net nie eweredig verspei nie. Mense trek saam na sekere dele van die wêreld en wil nie na 'n ander

deel verhuis nie. Dit is al. Ons het soveel uitgestrekte gebiede met onbegaande grond wat nie gebruik word nie. Baie ongerepte eilande, baie uitgestrekte hooglande wat groen is met woude en niks anders nie. Mense hou gewoon daarvan om in New York saam te trek, byvoorbeeld, (Gelag) omdat dit daar meer prettig is. Indien 'n regering of enige regering in staat is om werk en nywerhede, en verskillende werkgeleenthede in verskillende gebiede te skep, sal mense ook daarheen gaan om te werk. Hulle trek gewoon in sekere gebiede saam omdat dit makliker is om daar werk te vind, ook as gevolg van veiligheid. Indien daar veiligheid, sekerheid en werkgeleenthede in die ander gebiede is, sal mense ook daarheen trek. Hulle sal gaan weens sekerheid van 'n lewensbestaan. Dit is heel natuurlik.

Dus, wat oorbevolking betref, hoef ons nie beangs te voel nie. Ons behoort meer georganiseerd te wees sodat die mense van die wêreld meer voordele van werkgeleenthede, behuising en sekerheid kan geniet. Dan is dit oral dieselfde. Ons sal nooit oorbevolk wees nie.

Wat betref die voedselaanvraag, jy behoort beter te weet, want in Amerika beskik ons oor soveel inligting aangaande natuurbewaring. 'n Vegetariese dieet is een van die beste maniere om die wêreld se hulpbronne te bewaar, en die hele bevolking van die Aarde mee te voed, want deur met diere te teel, word baie vegetariese voedsel, energie, elektrisiteit en medisyne verkwis. Dit kon die mens direk gevoed het. Baie lande van die derde wêreld nasies verkoop hulle proteïen-verrykte vegetariese voedsel teen 'n goedkoper prys. Dit help nie die bevolking van ander lande nie. Indien voedsel eweredig versprei word deur 'n vegetariese dieet, sal nie alleen ons en die diere gehelp word nie, maar die hele wêreld.

Een van die navorsingstydskrifte het alreeds berig dat indien elkeen in die wêreld vegetaries sou eet, die wêreld nie meer honger sal ly nie. Ons moet ook veranderinge aanbring. Ek ken iemand wat die semels van rys in voedsame kos en selfs melk kan verwerk. Verlede keer het

#### 46. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting* *Alderhoogste Meester Ching Hai*

ons daarvoor gepraat. Hy het gesê dat hy ongeveer drie honderd duisend dollar gespandeer het om ses honderd duisend mense in Ceylon te voed – die armes, die ondervoedes, die moeders, almal. Dit was fantasties. Weens ons optrede in baie dele van die wêreld, word die natuurlike hulpbronne verkwis, dit is nie dat ons nie genoeg het nie. God sou ons nie hier plaas om honger te ly nie. Eintlik honger ons onself uit.

Dus moet ons nadink en herorganiseer, en dit verg die seën van die regerings van baie lande. Hulle moet ons seën met hul absolute eerlikheid, reinheid en waardigheid, en met die wil om die mens te dien, pleks van hulself. Indien ons hierdie seën van die regerings van alle lande ontvang, het ons werklik geen probleme nie. Geen probleem.

Ons benodig goeie leierskap, 'n goeie ekonomiese beleid, leierskapstalente en eerlike regerings. Dit kan bespoedig word indien baie mense, of die meeste mense, of al die mense, geestelik word. Hulle het dan die dissipline. Hulle ken dan die voorskrifte. Hulle weet dan hoe om eerlik en suiwer te wees. En hulle weet dan hoe om hulle wysheid te gebruik. Hulle kan baie dinge uitdink om ons lewens te herorganiseer.

**V:** Dit skyn baie moeilik te wees, want myns insiens het veel van die hedendaagse skending van die omgewing te doen met die groeiende bevolkingsaanvraag na meer lewensruimte en huise, om in die 20<sup>ste</sup> eeu volgens hul behoeftes te kan leef.

Kyk na die skending van die oerwoude en die omgewing in Brasilië. Die vernietiging van die woud, die reënwoud. Die land word ontbos en dit veroorsaak oorstromings. Dit hou tog verband met die probleem van oorbevolking.

**M:** Ja, alles hou natuurlik verband met mekaar in hierdie wêreld. Die enigste oplossing is om dit by die wortel, nie die takke nie, op te los. Die wortel is geestelike stabiliteit. Verstaan julle? (Applous)

Dus, al wat van ons verlang word, is om die geestelike boodskap te probeer versprei; soos ons dit ken, en met die behoud van geestelike dissipline. Dit ontbreek by die mens. Dit is goed om jou aan 'n elektriese masjien te koppel en sekere ligte te sien en sekere gonsende musiek te hoor en samadhi te bereik. Maar indien jy nie oor morele dissipline beskik nie, dan gebruik jy soms die krag alleenlik vir verkeerde dinge – jy kan dit nie beheer nie.

Dus, in ons groep hou ons ons eerstens aan die voorskrifte en leer die voorskrifte aan andere. Voorskrifte is belangrik. Ons moet weet waar ons gaan en hoe om ons Krag te hanteer. Krag sonder liefde, sonder barmhartigheid, sonder 'n regmatige begrip van die morele waarde, is van geen nut nie. Dit word swarte toorkuns – misbruik. Ja. Vandaar is swarte toorkuns afkomstig.

Dus, dit is maklik om geestelike verligting te verkry, dit is moeilik om dit te behou. Op jou geestelike pad, sal die Meester van jou krag wegneem indien jy nie waarlik gedissiplineerd en moreel gewapen is nie, sodat jy dit nie kan misbruik en kwaad aan die gemeenskap kan doen nie. Dit is die verskil. Meester behou beheer. Die Meesterkrag, die Meesterkrag, goed?

Ja, ek is baie ingenome met al jul intelligente vrae. Baie intelligent.

Mense doen hierdie dinge omdat hulle nie wys genoeg is nie, soos die skending van die natuur wat jy genoem het, of hulle doen gewoon iets omdat hulle 'n gebrek aan wysheid het. Ja, die wortel is wysheid, geestelike beoefening. Word geestelik verlig.

Bedank vir julle aandag. Alles van die beste.

48. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting*    *Allerhoogste Meester Ching Hai*

*“Inisiasie is nie werklik inisiasie nie...jy kom gewoon hier en laat my toe om jou te help om jouself te help. Ek het nie hierheen gekom om van julle dissipels te maak nie... Ek het gekom om julle te help om Meesters te word.”*

*~ Die Allerhoogste Meester Ching Hai ~*

*“Almal weet alreeds hoe om te mediteer, maar julle mediteer oor verkeerde dinge. Sommige mediteer oor mooi meisies, sommige oor geld, sommige oor besigheid. Elke keer as jy heelhartig aandag skenk aan iets, is dit meditasie. Ek skenk alleenlik aandag aan die Innerlike Krag, aan die Barmhartigheid, die Liefde en Genade van God.”*

*~ Die Allerhoogste Meester Ching Hai ~*

*“Inisiasie beteken die begin van ’n nuwe lewe binne ’n nuwe orde. Dit beteken dat die Meester jou aanvaar het om een van die wesens in die sirkel van die Heiliges te word. Jy is dan nie meer ’n gewone wese nie, jy is verhef. In die ou dae het hulle dit genoem: “Doop” of “Toevlug Neem in die Meester.”*

*~ Die Allerhoogste Meester Ching Hai ~*



## Inisiasie: Die Quan Yin Metode

**M**eester Ching Hai inisieer opregte mense in die Quan Yin Metode wat verlang om die Waarheid te leer ken. Die Chinese woorde "Quan Yin" beteken die bepeinsing van die Klank Vibrasie. Die Metode behels meditasie oor beide die Innerlike Lig en die Innerlike Klank. Hierdie innerlike ervarings is al herhaaldelik beskryf sedert die aloue dae in die geestelike literatuur van alle godsdiensle van die wêreld.

Byvoorbeeld, in die Christelike Bybel staan: **"In die begin was die Woord, en die Woord was met God, en die Woord was God."** (Joh:1:1) Hierdie Woord is die Innerlike Klank. Dit is ook al die Logos, Shabd, Tao, Klankstroom, Naam of Hemelse Musiek genoem. Meester Ching Hai sê: **"Dit vibreer binne alles wat leef en dit dra die heelal in sy geheel. Hierdie innerlike melodie kan alle wonde genees, alle begeertes vervul, en alle wêreldse dors les. Dit is Almagtig en Allerlief. Omdat ons van hierdie Klank gemaak is, bring kontak daarmee vrede en vervulling aan ons harte. Nadat ons na hierdie Klank geluister het, verander ons hele wese, verander ons hele uitkyk op die lewe grootliks en ten goede."**

Die Innerlike Lig, die Lig van God, is dieselfde Lig waarna verwys word in die woorde "geestelike verligting." Die sterkte kan wissel van 'n subtiele glans tot die glansrykheid van vele miljoene sonne. Dit is deur die Innerlike Lig en Klank dat ons God leer ken.

Die Quan Yin inisiasie is nie 'n esoteriese ritueel, of 'n seremonie om 'n nuwe geloof te betree nie. Tydens die inisiasie word spesifieke

## 50. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting* *Aanbeveling van Meester Ching Hai*

meditasie instruksies gegee oor die Innerlike Lig en Innerlike Klank, en Meester Ching Hai verskaf die "Geestelike Oordrag." Die eerste voorsmaak van Goddelike Teenwoordigheid word in stilte gegee. Meester Ching Hai hoef nie liggaamlik teenwoordig te wees om hierdie "deur" vir jou oop te maak nie. Die Oordrag is 'n noodsaaklike deel van die Metode. Die tegniek self sal weinig voordeel bring sonder die Genade van die Meester.

Omdat jy dalk onmiddelik die Innerlike Klank kan hoor en dalk die Innerlike Lig kan sien tydens inisiasie, word hierdie gebeurtenis soms na verwys as "skielike" of "onmiddellike geestelike verligting."

Meester Ching Hai aanvaar mense van alle agtergronde en geloofsverbintenisse vir inisiasie. Jy hoef nie jou huidige godsdiens of geloofstelsel te verander nie. Jy sal nie gevra word om by enige organisasie aan te sluit nie, of op enige manier deel te neem wat nie by jou huidige lewensstyl pas nie.

Jy sal egter gevra word om 'n vegetariër te word. 'n Lewenslange verpligting tot die vegetariese dieet is 'n noodsaaklike voorvereiste vir inisiasie.

Die inisiasie word gratis aangebied.

Daaglikse beoefening van die Quan Yin Meditasie Metode en die behoud van die Vyf Voorskrifte is die enigste vereistes ná inisiasie. Die Voorskrifte is riglyne wat jou help om nòg jouself, nòg enige ander lewende wese leed aan te doen. Hierdie beoefening sal jou aanvanklike geestelike verligtingservarings verdiep en versterk, en sal jou uiteindelik toelaat om die hoogste bewuswordingsvlakke, of eie Godskap, te bereik. Sonder daaglikse beoefening sal jy heel moontlik

van jou geestelike verligting vergeet en na 'n normale bewustheidsvlak terugkeer.

Die doel van Meester Ching Hai is om ons te leer om selfstandig te wees. Daarom bied Sy 'n metode aan wat deur iedereen beoefen kan word, op eie houdjie, sonder stutsels of bybehore van enige aard. Sy is nie op soek na volgelingen, of aanbidders, of dissipels, of om 'n organisasie te stig waar ledesgeld betaal moet word nie. Sy sal nie geld, neerbuigings, of geskenke van jou aanvaar nie, dus hoef jy Haar dit nie aan te bied nie.

Sy sal jou opregtheid in die daaglikse lewe en meditasie beoefening aanvaar om jou vooruit te laat gaan na heiligheid.

## Die Vyf Voorskrifte

1. Weerhou jou daarvan om die lewe van gevoelswesens te neem; \*
2. Weerhou jou van spreek wat nie waar is nie;
3. Weerhou jou van neem wat nie aan jou behoort nie;
4. Weerhou jou van seksuele wangedrag;
5. Weerhou jou van die gebruik van bedwelmende middels.\*\*

\*Hierdie voorskrif vereis die strenge behoud van 'n veganistiese of lakto-vegetariese dieet. Geen vleis, vis, pluimvee, of eiers (bevrug of onbevrug) nie.

\*\* Hierdie sluit in die vermyding van alle gifstowwe van enige aard, soos alkohol, dwelmmiddels, tabak, dobbelary, pornografie en uiters gewelddadige films en literatuur.

“’n Volkome goddelike persoon is ’n volkome mens. ’n Volkome mens is volkome goddelik. Op die oomblik is ons maar net half mens. Ons handel met aarseling, ons handel met ego. Ons glo nie dat dit God is wat dit alles vir ons genot en vir ons ondervinding reël nie. Ons skei sonde en deug. Ons maak ’n groot ophef van alles, en gevolglik oordeel ons onself en ander mense. Ons ly as gevolg van ons eie beperkings oor wat God behoort te doen. Verstaan julle? Eintlik is God binne-in ons en ons beperk Hom. Ons hou daarvan om plesier te hê en te speel, maar ons weet nie hoe nie. Ons sê gewoon aan andere: ‘Ag! Jy behoort dit nie te doen nie’, en aan onself: ‘Ek behoort dit nie te doen nie. Ek moet dat nie doen nie. Dus, waarom moet ek vegetaries wees?’ Ja, ek weet. Ek is vegetaries omdat die God binne-in my dit wil hê.”

~ Die Allerhoogste Meester Ching Hai ~

“Wanneer ons suiwer is in woord, daad en gedagtes, selfs net ’n sekonde lank, sal alle goddelike wesens, die gode en die beskermengele ons ondersteun. Op daardie oomblik ondersteun en behoort die ganse heelal aan ons, en die troon is daar vir ons om van te heers.”

~ Die Allerhoogste Meester Ching Hai ~

## Die Voordele Van 'n Vegetariese Dieet

'n Lewenslange belofte van 'n veganistiese of lakto-vegetariese dieet is 'n voorvereiste vir inisiasie in die Quan Yin Metode. Plantaardige voedsel en melkprodukte word toegestaan met hierdie dieet, maar alle ander voedsel van dierlike oorsprong, insluitende eiers, moet vermy word. Baie redes kan hiervoor aangevoer word, maar die belangrikste hou verband met die Eerste Voorskrif wat aandui dat jy jou moet weerhou van die lewe neem van gevoelswesens, of: **“Jy mag nie doodslaan nie.”**

Om nie ander lewende wesens dood te maak, of leed aan te doen nie, is natuurlik tot hul voordeel. Minder ooglopend is die feit dat deur ons te weerhou van andere leed aan te doen, ook tot ons voordeel is. Waarom? Vanweë die Wet van Karma: **“Soos jy saai, sal jy maai.”** Wanneer jy doodmaak, of veroorsaak dat andere namens jou doodmaak om jou lus vir vleis te bevredig, skeep jy karmiese skuld, en hierdie skuld moet uiteindelik vereffen word.

Dus, in die ware sin is die behoud van 'n vegetariese dieet 'n geskenk wat ons aan onself gee. Ons voel beter, die gehalte van ons lewe verbeter namate die hewigheid van ons karmiese skuld verminder, en ons word toegang aangebied tot nuwe subtiele en hemelse ryke van innerlike ervaring. Dit is wel die geringe prys werd wat jy daarvoor moet betaal!

Die geestelike argumente teen die eet van vleis is vir sekere mense oortuigend, maar daar is ander noodsaaklike redes om 'n vegetariër te wees. Dit alles berus gewoon op die gesonde verstand. Dit het te doen

met persoonlike gesondheid en voeding, ekologie en die omgewing, etiek en die lyding van diere, en wêreld hongers.

## Gesondheid en Voeding

Studies in menslike ewolusie het bewys dat ons voorouers van nature vegetariërs was. Die struktuur van die menslike liggaam is nie gepas vir vleis eet nie. Dit het Dr. G. S. Huntington van die Universiteit van Columbië in 'n verhandeling oor vergelykende anatomie gedemonstreer. Hy het aangedui dat vleisetende diere kort dun- en dikderms het. Hul dikderms is kenmerkend baie reguit en glad. In teenstelling daarmee beskik vegetariese diere oor beide 'n lang dunderm en 'n lang dikderm. As gevolg van die lae veselinhoud en hoë proteïnkonsentrasie van vleis, benodig die dermkanaal nie 'n lang tyd om voedingstowwe te absorbeer nie; dus is die dermkanaal van vleisetende diere korter as dié van vegetariese diere.

Soos ander diere wat van nature vegetariërs is, het die mens beide 'n lang dunderm en dikderm. Saam is ons dermkanaal ongeveer agt-en-twintig voet (agt en 'n half meter) lank. Die dunderm is vele kere opgevou en sy wand is gekronkel, nie glad nie. Omdat dit langer is as dié van vleisetende diere, bly die vleis wat ons eet langer in ons dermkanaal. Gevolglik kan die vleis verrot en gifstowwe afskei. Dit word beweer dat hierdie gifstowwe 'n oorsaak

van dermkanker is, en dit verhoog ook die las op die lewer, wat die funksie het om van gifstowwe ontslae te raak. Dit kan verharding en selfs kanker van die lewer veroorsaak.

Vleis bevat baie urokinase proteïene en ureum wat die las op die niere verhoog en die funksie van die niere kan vernietig. Daar is veertien

gram urokinase proteïne in elke pond biefstuk. Indien lewende selle in vloeibare urokinase proteïne geplaas word, sal hul metaboliese funksie degenereer. Verder ontbreek vleis aan sellulose of vesel, en 'n gebrek aan vesel kan maklik tot hardlywigheid lei. Dit is bekend dat hardlywigheid rektale kanker, of aambeie kan veroorsaak.

Die cholesterol en versadigde vetsure in vleis veroorsaak ook kardiovaskulêre siektes. Kardiovaskulêre siektes is die hoof oorsaak van sterftes in die Verenigde State en nou ook in Formosa.

Kanker is die tweede hoogste oorsaak van sterftes. Eksperimente bewys dat die verbranding en braai van vleis 'n chemiese stof (Metielcholantrien) vrystel, wat 'n sterk karsinogeen is. Muis wat hierdie chemiese stof ingeneem het, het kanker soos been gewasse, bloedkanker, maagkanker, ens., ontwikkel.

Navorsing het bewys dat pasgebore muis wat deur 'n muiswyfie gevoed word wat borskanker het, ook borskanker ontwikkel. Indien menslike kankerselle in diere ingespuut word, ontwikkel die diere ook kanker. Indien die vleis wat ons daaglik eet afkomstig is van diere wat oorspronklik sulke siektes gehad het, en dit word in ons liggaam opgeneem, dan is daar 'n goeie kans dat ons ook daardie siektes sal ontwikkel.

Die meeste mense neem aan dat vleis skoon en veilig is en dat daar by alle slagterye inspeksies gedoen word. Elke dag word gans te veel vee, varke, pluimvee, ens., geslag om werklik elkeen te ondersoek. Dit is baie moeilik om vas te stel of 'n stuk vleis kanker bevat, wat nog te sê van elke enkele dier te kontroleer. Huidiglik sny die vleisbedryf net die kop of die poot af wat aangetas is. Alleenlik die slegte dele word verwyder en die res word verkoop.

Die beroemde vegetariër, Dr. J. H. Kellogg het gesê: “Wanneer jy vegetariese voedsel eet, hoef jy jou nie te bekommer oor wat die oorsaak van dood van die voedsel was nie. Dit maak ’n ete gesellig!”

Tog is daar nog rede tot kommer. Antibiotika, sowel as ander medisyne soos steroides en groei-hormone, word òf by die voedsel van diere gevoeg, òf die diere word direk daarmee ingespuut. Daar word berig dat diegene wat hierdie diere eet, hierdie medisyne in hul liggame sal absorbeer. Die moontlikheid bestaan dat antibiotika in vleis sy doeltreffendheid verminder by menslike gebruik.

Daar is sekere mense wat ’n vegetariese dieet as onvolledig beskou. ’n Amerikaanse chirurgiese deskundige, Dr. Miller, het veertig jaar lank in Formosa gepraktiseer. Daar het hy ’n hospitaal gestig waar al die etes vir beide personeel en pasiënte vegetaries was. Hy het gesê: “Die muis kan bestaan op beide ’n vegetariese en ’n nie-vegetariese dieet. Indien twee muise geskei word, waar die een vleis en die ander vegetaries eet, sien ons dat hul groei en ontwikkeling dieselfde is, maar die vegetariese muis leef langer en het ’n sterker weerstand

teen siektes.” Verder, toe die twee muise siek word, het die vegetariese muis vinniger herstel. Hy het toe gesê: “Die medisyne wat moderne wetenskap aan ons beskikbaar gestel het, het grootliks verbeter, maar dit kan slegs siektes behandel. Voedsel kan egter ons gesondheid handhaaf.” Hy het bewys dat: “Plantaardige voedsel is ’n meer direkte bron van voeding as vleis. Mense eet diere, maar die voedingsbronne vir die diere wat ons eet, is plante. Die lewensduur van die meeste diere is kort, en onder die diere bestaan byna alle siektes wat die mens het. Dit is heel moontlik dat die siektes by die mens afkomstig is van die vleis van die siek diere wat hulle eet. Dus,



waarom kry mense nie hul voeding direk van plante nie?" Dr. Miller het voorgestel dat ons alleenlik graan, boontjies en groente benodig om ons te voorsien van al die nodige voedingskrag om goeie gesondheid te handhaaf.

Vele mense dink dat dierproteïene beter is as plantproteïene, omdat die eersgenoemde beskou word as 'n volledige proteïene, en die laasgenoemde as onvolledig. In der waarheid is sekere plantproteïene volledig, en deur voedsel te kombineer, kan volledige proteïene vervaardig word uit vele voedselsoorte wat onvolledige proteïene bevat.

Gedurende Maart 1988 het die Amerikaanse Dieetkundige Assosiasie (ADA) aangekondig: "Dit is die standpunt van die ADA dat 'n vegetariese dieet gesond en voedsaam is wanneer dit doelmatig beplan word."

Dit is 'n wanbegrip dat vleisetters sterker is as vegetariërs, want 'n eksperiment wat deur Professor Irving Fisher van die Universiteit van Yale op 32 vegetariërs en 15 vleisetters uitgevoer is, het bewys dat vegetariërs meer uithouvermoë het as vleisetters. Hy het hulle hul arms so lank as moontlik laat uitstrek. Die uitslag van die toets was heel duidelik. Van die 15 vleisetters kon alleenlik 2 mense hul arms vir vyftien tot dertig minute uitgestrek hou. Van die 32 vegetariërs egter, het 22 mense hul arms vir vyftien tot dertig minute uitgestrek gehou, 15 mense vir meer as dertig minute, 9 mense vir meer as een uur, 4 mense vir meer as twee ure, en een vegetariër het sy arms vir meer as drie uur uitgestrek gehou.

Vele langafstand atlete hou hulle 'n tyd lank aan 'n vegetariese dieet voor hul wedlope. Dr. Barbara More, 'n vegetariese terapie

deskundige, het 'n honderd-en-tien myl wedloop in sewe-en-twintig uur en dertig minute voltooi. As 'n ses-en-vyftigjarige vrou het sy al die rekords verslaan wat deur jong mans opgestel is. "Ek wil 'n voorbeeld wees om te bewys dat diegene wat 'n volledige vegetariese dieet volg, 'n sterk liggaam, 'n helder verstand en 'n gesonde lewe sal geniet."

Sluit die vegetariër se dieet genoeg proteïene in? Die Wêreldgesondheidsorganisasie beveel aan dat 4.5% van die daaglikse kalorie inname uit proteïene verkry moet word. Die proteïene inhoud van koring is 17%, broccoli 45% en rys 8%. Dit is baie maklik om 'n proteïenryke dieet te volg sonder om vleis te eet. Met die bykomende voordeel van die vermyding van vele siektes wat veroorsaak word deur diëte met 'n hoë vet inhoud, soos hartsiekte en kanker, is vegetarisme duidelik 'n beter keuse.

Dit is bewys dat daar 'n verband is tussen die oormatige inname van vleis, voedsel van dierlike oorsprong met 'n hoë inhoud van versadigde vetsure, en hartsiekte, borskanker, dermkanker en beroertes. Siektes wat dikwels voorkom word en soms genees word deur 'n lae vet vegetariese dieet, is: nierstene, prostaatkanker, suikersiekte, maagsere, galstene,

irriterende ingewandsiekte, artritis, tandvleissiekte, aknee, pankreaskanker, maagkanker, bloedsuikertekort, hardlywigheid, divertikulose, hoë bloeddruk, osteoporose, eierstokkanker, aambeie, vetsug en asma.

Afgesien van rook, bestaan daar geen groter gesondheidsrisiko as 'n dieet wat vleis insluit.

## **Ekologie en die Omgewing**

Die teel van diere vir vleisproduksie dra gevolge. Dit lei tot die vernietiging van reënwoorde, globale verhitting, waterbesoedeling, water skaarste, woestynskepping, misbruik van energiebronne en wêreldhongersnood. Die gebruik van grond, water, energie en menslike krag om vleis te produseer, is nie 'n doeltreffende manier om die Aarde se hulpbronne te benut nie.

Sedert 1960 is sowat 25% van Sentraal Amerika se reënwoorde afgebrand en skoongemaak om weivelde vir beeste te skep. Daar word geskat dat vir die produksie van elke 115 gram (4 ons) frikkadelbroodjie, 5 m<sup>2</sup> (55 vierkant voet) tropiese reënwood vernietig is. Daarbenewens dra veeteelt grootliks by tot die vrystelling van drie gasse wat globale verhitting veroorsaak; dit is ook 'n vername oorsaak van waterbesoedeling; verder word 'n ongelooflike hoeveelheid water, 11,000 liter (2,464 gelling), vir die produksie van 500 gram (een pond) beesvleis benodig. Dit neem slegs 130 liter (29 gelling) water om 500 gram (een pond) tamaties te produseer, en 625 liter (139 gelling) water om 500 gram (een pond) volkoring brood te produseer. Ongeveer die helfte van die watergebruik in die Verenigde State is vir die verbouing van veevoer.

Veel meer mense kan gevoed word indien die hulpbronne wat gebruik word vir veebou, aangewend word vir graanproduksie om die wêreldbevolking mee te voed. Een akker grond waar hawer verbou word, produseer 8 keer meer proteïene en 25 keer meer kalorieë, indien die hawer aan die mens, pleks van aan die vee gevoer word. Een akker grond waar broccoli verbou word, produseer 10 keer meer proteïene, kalorieë en niasien as een akker grond wat vir veebou

gebruik word. Sulke statistieke is volop. Die hulpbronne van die wêreld sou meer doeltreffend benut kon word, indien die grond wat vir veebou gebruik word, omskep sou word om voedsel te verbou om die mens te voed.

Deur 'n vegetariese dieet te volg, stel jy jouself in staat om “meer ligvoets oor die planeet te beweeg.” Deur alleen te eet wat jy benodig en oormaat te verminder, sal jy beter voel as jy weet dat 'n lewende wese nie elke keer hoef te sterf wanneer jy 'n maaltyd nuttig nie.

## **Wêreld Honger**

Nagenoeg een biljoen mense op hierdie planeet ly honger en is ondervoed. Meer as 40 miljoen sterf elke jaar van honger en die meeste van hulle is kinders. Afgesien hiervan word meer as een derde van die wêreld se graanoes gebruik vir veevoer plaas van mense te voed. In die Verenigde State verbruik die vee 70% van al die graan wat geproduseer word. Indien mense plaas van vee gevoed word, sal niemand honger ly nie.

## **Die Lyding Van Diere**

Is julle bewus van die feit dat meer as 100,000 koeie elke dag in die Verenigde State geslag word?

Die meeste diere in Westerse lande word op “fabrieksplase” geteel. Hierdie fasiliteite is opgestel om die maksimum aantal diere te lewer vir slagting teen die minimum koste. Diere word saamgedrom, vermink en soos masjiene behandel om voer in vleis om te sit. Dit is 'n

werklikheid wat die meeste van ons nooit met eie oë sal sien nie. Daar word gesê: “ Een besoek aan 'n slagpaal sal jou vir ewig 'n vegetariër maak.”

Leo Tolstoy het gesê: “Solank as daar slagpale is, sal daar slagvelde wees. 'n Vegetariese dieet is die vuurproef van mensliewendheid.” Alhoewel die meeste van ons nie aktief slagting goedkeur nie, het ons die gewoonte ontwikkel, wat deur die gemeenskap ondersteun word, om gereeld vleis te eet, sonder enige werklike bewustheid van wat aan die diere wat ons eet gedoen word.

## **Die Gemeenskap van Heiliges en Andere**

Sedert die begin van die geskiedblaaië kan ons sien dat groente die natuurlike voedsel van die mens was. Al die vroeë Griekse en Hebreeuse mites het genoem dat die mens oorspronklik vrugte geëet het. Aloue Egiptiese priesters het nooit vleis geëet nie. Vele groot Griekse filosowe soos Plato, Diogenes en Sokrates het almal vegetarisme voorgestaan.

In Indië het Shakyamuni Boeddha die belangrikheid van 'Ahimsa', die beginsel om geen lewende wese leed aan te doen nie, beklemtoon. Hy het sy dissipels gewaarsku om nie vleis te eet nie, want anders sal ander lewende wesens bang word vir hulle. Boeddha het die volgende gesê: **“Vleisetery is net 'n aangeleerde gewoonte. In die begin was ons nie gebore met 'n behoefte daaraan nie. Vleisetende mense verbreek hul innerlike verbinding met die Groot Genade. Vleisetende mense maak mekaar dood en eet mekaar... hierdie lewe eet ek jou en die volgende lewe eet jy my... en so dit gaan altyd**

voort. Hoe kan hulle ooit van die Drie Vlakke (van illusie) vrykom?"

Vele eertydse Taoïste, Christene en Jode was vegetariërs. Dit staan in die Heilige Bybel: **En God het gesê: "Ek gee nou aan julle al die plante wat saad gee, wat op die hele aarde is, en al die bome waar boomvrugte aan is, wat saad dra. Dit sal julle voedsel wees. Maar aan al die diere van die aarde en al die voëls van die hemel en al die kruipende diere op die aarde, waarin 'n lewende siel is, gee ek al die groen plante as voedsel."** (Genesis 1:29-30) Ander voorbeelde in die Bybel waar vleisetery verbied word is: **"Net die vleis met sy siel, met sy bloed, mag julle nie eet nie.** (Genesis 9:4) **God het gesê: "Wat het Ek aan die menigte van julle slagoffers? Bring nie meer skynheilige offergawes nie. Ek het geen behae in die bloed van stiere of lammers of bokke nie. Ek bedek my oë vir julle; ook as julle die gebed vermenigvuldig, luister Ek nie; julle hande is vol bloed. Was julle, reinig julle, neem die boosheid van julle handeling voor my oë weg, hou op om kwaad te doen.** (Jesaja 1:11-16) **Paulus, een van Jesus se dissipels het in sy brief aan die Romeine gesê: " Dit is goed om geen vleis te eet of wyn te drink nie."** (Romeine 14:21)

Onlangs het geskiedkundiges baie antieke boeke ontdek wat nuwe lig op die lewe van Jesus en Sy leerstellings gewerp het. Jesus het gesê: **"Mense wat die vleis van diere eet, skeep hul eie grafte. Ek sê eerlikwaar aan julle, die mens wat doodslaan, sal doodgeslaan word. Die mens wat lewende wesens doodmaak en hulle vleis eet, eet die vleis van dooie mense."**

Indiese gelowe vermy ook die eet van vleis. Daar word gesê: **"Mense kan geen vleis kry sonder om dood te slaan nie. Iemand wat**

**gevoelwesens beseer, sal nooit deur God geseën word nie. Vermydus die eet van vleis!"** (Hindoe Voorskrif)

Die heilige Geskrif van Islam, die Koran, verbied: **"Die eet van dooie diere, bloed en vleis."**

'n Groot Chinese Zen Meester, Han Shan Tzu het 'n gedig geskryf wat sterk teen die eet van vleis gekant was: **"Gaan gou na die mark om vleis en vis te koop en gee dit aan jou vrou en kinders om te eet. Maar waarom moet hul lewens geneem word om julle lewens te onderhou? Dit is onredelik. Dit sal jou nie tot die hemel aantrek nie, maar sal veroorsaak dat jy 'n uitvaagsel van Hel word!"**

Baie beroemde skrywers, kunstenaars, wetenskaplikes, filosofe en vooraanstaande mense was vegetariërs. Die volgende mense het almal vegetarisme met entoesiasme aangeneem: Shakyamuni Boeddha, Jesus Christus, Virgilius, Horatius, Plato, Ovidius, Petrarca, Pythagoras, Sokrates, William Shakespeare, Voltaire, Seur Isaac Newton, Leonardo Da Vinci, Charles Darwin, Benjamin Franklin, Ralph Waldo Emerson, Henry David Thoreau, Emile Zola, Bertrand Russell, Richard Wagner, Percy Bysshe Shelley, H.G.Wells, Albert Einstein, Rabindranath Tagore, Leo Tolstoy, George Bernard Shaw, Mahatma Gandhi, Albert Schweitzer; en meer onlangs, Paul Newman, Lindsay Wagner, Prinses Diana, Paul McCartney en Candice Bergen, om maar 'n paar te noem.

Albert Einstein het gesê: "Ek dink die veranderinge en versuiweringseffekte wat 'n vegetariese dieet op die geaardheid van die mens het, is heel voordelig vir die mensdom. Daarom is dit beide gunstig en vredevol vir die mens om vegetarisme te kies." Dit

was die algemene raad van baie belangrike persone en wyses dwarsdeur die geskiedenis!

## Meester Beantwoord Vrae

**V:** Deur diere te eet, word lewende wesens doodgemaak, maar deur groente te eet, is dit ook nie 'n vorm van doodmaak nie?

**M:** Deur plante te eet, word lewende dinge ook doodgemaak en sal 'n mate van karmiese hindernis geskep word, maar die effek daarvan is baie minimaal. Indien ons die Quan Yin Metode twee en 'n half uur per dag beoefen, kan ons van hierdie karmiese effek ontslae raak. Aangesien ons moet eet om te oorleef, kies ons voedsel wat die laagste bewustheid het en die minste ly. Plante bestaan 90% uit water, dus is hul vlak van bewustheid so laag dat dit weinig lyding ervaar. Verder, wanneer ons baie groente eet, sny ons nie hul wortels nie, maar ons help hul ongeslagtelike voortplanting deur hul takke en blare te sny. Die eindresultaat kan eintlik die plant bevoordeel. Daarom sê tuinboukundiges dat deur plante te snoei, dit hulle help om groot en pragtig te groei.

Dit is selfs meer duidelik met vrugte. Wanneer vrugte ryp word, sal dit mense lok om dit te eet as gevolg van hul aangename geur, pragtige kleur en lekker smaak. So kan vrugtebome hul doel van wye saadverspreiding bereik. As ons hulle nie pluk en eet nie, sal die vrugte oorryp word, op die grond val en verrot. Die saadjies sal in die skadu van die boom val en sal doodgaan. Dus, om groente en vrugte te eet is 'n natuurlike neiging wat geensins lyding aan hulle veroorsaak nie.



**V:** Die meeste mense het die idee dat vegetariërs korter en skraler is, en vleisetters langer en groter is. Is dit waar?

**M:** Vegetariërs is nie noodwendig korter en skraler nie. Indien hul dieet gebalanseerd is, kan hulle ook lank en sterk groei. Soos jy kan sien, alle groot diere soos olifante, vee, kameelperde, seekoeie, perde, ens, eet alleenlik groente en vrugte. Hulle is sterker as vleisetende diere, baie saggeaard en voordelig vir die mensdom. Maar vleisetende diere is beide baie gewelddadig en van geen nut nie. Indien mense baie diere eet, sal hulle ook beïnvloed word deur dierlike instinkte en kenmerke. Vleisetende mense is nie noodwendig lank en sterk nie, maar hulle lewensduur is oor die algemeen korter. Eskimos is byna heeltemal vleisetend, maar is hulle baie lank en sterk? Leef hulle lank? Dit dink ek kan jy baie duidelik verstaan.

**V:** Mag vegetariërs eiers eet?

**M:** Nee. Wanneer ons eiers eet, maak ons ook wesens dood. Sommige sê dat eiers wat in die handel beskikbaar is, onbevrug is, dus deur dit te eet, word lewende wesens nie doodgemaak nie. Dit is alleenlik oënskynlik korrek. 'n Eier bly alleenlik onbevrug omdat die nodige omstandighede vir sy bevrugting nie toegestaan is nie, dus kan die eier nie sy natuurlike doel om in 'n hoender te ontwikkel, voltooi nie. Alhoewel hierdie ontwikkeling nie plaasgevind het nie, bevat dit steeds die ingebore lewenskrag; andersins, waarom is dit dat slegs eierselle die enigste soort selle is wat bevrug kan word? Sommige dui aan dat eiers die noodsaaklike voedingstowwe, proteïene en fosfor bevat, wat noodsaaklik is vir die menslike liggaam. Maar proteïene is verkrygbaar uit sojabone, en fosfor uit vele groentesoorte soos aardappels.

Sedert die oeroue dae was daar baie groot monnike wat nie vleis of eiers geëet het nie, en tog lank geleef het. Byvoorbeeld, die Ying

Guang Meester het met elke maaltyd alleenlik 'n kommetjie groente en 'n bietjie rys geëet, en tog het hy tagtig jaar oud geword. Eiergeel bevat baie cholesterol wat 'n groot oorsaak van kardiovaskulêresiektes is, die belangrikste oorsaak van sterftes in Formosa en Amerika. Dit is nie verbasend dat die meeste pasiënte eiereters is nie!

**V:** Die mens teel vee en pluimvee: varke, beeste, hoenders, eende, ens. Waarom mag ons hulle nie eet nie?

**M:** Dus? Ouers maak hul kinders groot. Het ouers die reg om hul kinders te eet? Alle lewende wesens het die reg tot lewe, en niemand behoort hulle dit te ontnem nie. Indien ons na die wette in Hong Kong kyk, is selfs selfmoord teen die wet. Dus, hoe meer onwettig sou die doodslaan van ander lewende wesens nie wees nie?

**V:** Diere word gebore vir die mens om te eet. As ons hulle nie eet nie, sal hulle die wêreld inneem? Reg?

**M:** Dit is 'n belaglike idee. Voordat jy die dier slag, vra jy hom of jy hom mag slag en eet, of nie? Alle lewende wesens wil lewe en vrees om te sterf. Ons wil nie deur 'n tier geëet word nie, waarom moet diere dus deur mense geëet word? Die mens bestaan maar net 'n paar honderd duisend jaar op aarde, maar voordat die mens verskyn het, het baie diersoorte alreeds bestaan. Het hulle die Aarde oorlaai? Lewende dinge behou a natuurlike ekologiese balans. Wanneer daar te weinig voedsel is en beperkte ruimte, sal dit 'n drastiese vermindering in die bevolking veroorsaak. Dit handhaaf 'n gepaste bevolkingsyfer.

**V:** Waarom moet ek vegetaries wees?

**M:** Ek is vegetaries omdat die God binne-in my dit van my verlang. Verstaan julle? Deur vleis te eet gaan jy teen die universele beginsel

van nie doodslaan nie. Ons wil self nie doodgemaak word nie, en ons wil nie besteel word nie. Indien ons dit nou aan andere doen, dan is ons optrede teenstrydig met onself, en dit veroorsaak dat ons ly. Alles wat jy teen andere doen, veroorsaak dat jy ly. Jy kan jouself nie byt nie en jy behoort jouself nie te steek nie. So ook behoort jy nie dood te slaan nie, omdat dit teen die beginsel van die lewe is. Verstaan julle? Dit sal ons laat ly, daarom doen ons dit nie. Dit beteken nie dat ons onself enigins beperk nie. Dit beteken dat ons ons lewe uitbrei tot alle soorte lewe. Ons lewe sal nie beperk wees binne hierdie liggaam nie, maar sal uitbrei tot die lewens van diere en alle soorte wesens. Dit maak ons beter, groter, gelukkiger en vry. Goed?

**V:** Sal U praat oor vegetarisme en hoe dit tot wêreld vrede kan bydra?

**M:** Ja. Weet jy, die meeste oorloë wat in die wêreld ontstaan, is toe te skryf aan ekonomiese redes. Laat ons eerlik wees. Die ekonomiese probleme van 'n land word meer dringend wanneer daar hongersnood, voedseltekort, of 'n tekort aan gelyke uitreiking van voedsel onder verskillende lande is. As jy die tyd geneem het om tydskrifte te lees en die feite oor 'n vegetariese dieet nagevors het, sou jy dit baie goed geweet het. Veebou vir vleis het veroorsaak dat die ekonomie in alle aspekte bankrot gegaan het. Dit het hongersnood dwarsoor die wêreld veroorsaak – ten minste in die Derde Wêreld Lande.

Dit is nie ek wat dit beweer nie, dit is 'n Amerikaanse burger wat hierdie navorsing gedoen het en 'n boek daaroor geskryf het. Jy kan enige boekwinkel besoek en lees oor vegetariese navorsing en navorsing oor voedselverwerking. Lees asseblief: "Diet for a New America" deur John Robbins. Hy is 'n baie beroemde miljoenêr

vanweë sy roomys bedryf. Hy het dit alles prysgegee om 'n vegetariër te word, en om 'n vegetariese boek te skryf, wat heel teenstrydig was met sy familie tradisie en bedryf. Hy het baie geld, aansien en besigheid daardeur verloor, maar hy het dit ter wille van die Waarheid gedoen. Dit is 'n baie goeie boek. Daar is baie ander boeke en tydskrifte wat jou baie inligting en feite oor die vegetariese dieet kan gee, en hoe dit tot wêreld vrede kan bydra.

Weet julle, ons het ons voedselvoorraad uitgeput deur vee te voer. Julle weet hoeveel proteïene, medisyne, watervoorraad, mannekrag, motors, vragwaens, padbou en hoeveel honderde duisende akker grond verkwis word voordat 'n koei goed genoeg is vir een maaltyd. Verstaan julle? Al hierdie dinge kon eweredig aan onontwikkelde lande verdeel gewees het, dan sou ons die probleem van hongersnood opgelos het. Indien 'n land voedsel benodig, val dit waarskynlik die ander land binne net om sy eie mense te red. Op die lange duur het dit 'n negatiewe oorsaak en vergelding teweeggebring. Verstaan jy?

**“Soos jy saai, sal jy maai.”** Indien ons iemand om voedsel doodmaak, sal ons 'n volgende keer in 'n ander vorm, in 'n volgende generasie, om voedsel doodgemaak word. Dit is jammer. Ons is so intelligent, so beskaafd en tog weet die meeste van ons nie waarom ons buurlande ly nie. Dit is as gevolg van ons smaak en ons maag.

Om een menslike liggaam te voed en te versorg, maak ons soveel wesens dood, en ly soveel van ons medemenss honger. Ons praat nie eens van die diere nie. Verstaan jy? Hierdie skuldgevoel, bewustelik of onbewustelik, sal ons gewete pla. Dit laat ons aan kanker, tuberkulose en ander ongeneeslike siektes ly, insluitende VIGS. Vra jouself af, waarom ly jou land, Amerika, die meeste? Dit het die hoogste kankersyfer ter wêreld omdat die Amerikaners baie beesvleis

eet. Hulle eet meer vleis as enige ander land. Vra jouself af waarom die Chinese of kommunistiese lande nie so 'n hoë kankersyfer het nie. Hulle eet nie soveel vleis nie. Verstaan jy? Dit is wat die navorsing wys, nie ek nie. Goed? Blameer my nie.

**V:** Watter geestelike voordele word verkry deur vegetaries te wees?

**M:** Ek is bly dat jy die vraag op hierdie manier gestel het, omdat dit beteken dat jy alleen konsentreer op, of begaan is oor geestelike voordele. Die meeste mense is besorgd oor gesondheid, dieet en hul figuur wanneer hulle oor die vegetariese dieet navraag doen. Die geestelike aspekte van 'n vegetariese dieet is dat dit baie skoon en geweldloos is.

**“Jy mag nie doodslaan nie.”** Toe God dit gesê het, het Hy nie gesê moenie mense doodslaan nie, Hy het gesê dat geen lewende wesens doodgeslaan moet word nie. Het Hy nie gesê dat Hy alle diere geskape het om ons te bevriend, om ons te help nie? Het Hy nie die diere in ons sorg gelaat nie? Hy het gesê dat ons hulle moet versorg en oor hulle moet heers. Wanneer jy oor jou onderdane heers, maak jy dan jou onderdane dood en eet jy hulle? Dan sal jy koning word met niemand anders om jou heen, nie? Dus, jy verstaan nou wat God toe gesê het. Ons moet dit doen. Dit is nie nodig om Hom te ondervra nie. Hy het baie duidelik gepraat, maar wie verstaan God behalwe God self?

Dus, jy moet nou God word om God te verstaan. Ek nooi jou uit om weer Goddelik te wees, om jouself te wees, om niemand anders te wees nie. Deur oor God te mediteer, beteken nie dat jy God aanbid nie, dit beteken dat jy God word. Jy besef dat jy en God een is. **“Ek en my Vader is een”**, het Jesus nie so gesê nie? As Hy gesê het dat Hy en Sy Vader een is, kan

ons en Sy Vader ook een wees, omdat ons ook kinders van God is. En Jesus het ook gesê dat wat Hy doen, ons selfs beter kan doen. Dus mag ons selfs beter as God wees, wie weet!

Waarom aanbid ons God as ons niks van God weet nie? Waarom blind glo? Ons moet eers weet wat ons aanbid, net soos ons moet weet wie die dame is met wie ons gaan trou voordat ons met haar trou. Dit is die gebruik deesdae om nie te trou voordat ons eers vas uitgegaan het nie. Waarom moet ons God blindelings aanbid? Ons het die reg om aan te dring dat God aan ons verskyn en Homself aan ons bekend maak. Ons het die reg om te kies watter God ons graag wil volg.

Nou sien julle dat dit baie duidelik in die Bybel staan dat ons vegetariërs moet wees. Om alle gesondheidsredes behoort ons vegetariërs te wees. Om alle wetenskaplike redes behoort ons vegetariërs te wees. Om alle ekonomiese redes behoort ons vegetariërs te wees. Om alle barmhartighedsredes behoort ons vegetariërs te wees. Ook om die wêreld te red, behoort ons vegetariërs te wees.

In 'n sekere navorsingsverslag word daar genoem dat indien die Westerlinge in Amerika net een keer per week vegetaries sou eet, ons in staat sal wees om elke jaar sestien miljoen hongelydendes te red. Wees dus 'n held, wees vegetaries. Om al hierdie redes, selfs al volg jy my nie, of beoefen jy nie dieselfde metode nie, ter wille van jouself, ter wille van die wêreld, wees asseblief vegetaries.

**V:** As almal plante eet, sal dit 'n tekort aan voedsel veroorsaak?

**M:** Nee. Die verbouing van groente op 'n gegewe stuk grond, lewer veertien keer meer voedsel op, as die verbouing van veevoer op

dieselfde stuk grond. Plante van elke akker grond verskaf 800,000 kalorieë energie; indien hierdie plante egter gebruik word vir veeteelt wat gevolglik as voedsel geëet word, kan die vleis alleenlik 200,000 kalorieë verskaf. Dit beteken dat 600,000 kalorieë in die proses verlore gaan. 'n Vegetariese dieet is klaarblyklik meer doeltreffend en ekonomies as 'n vleis dieet.

**V:** Word 'n vegetariër toegestaan om vis te eet?

**M:** Dit is goed indien jy vis wil eet. Indien jy vegetaries wil wees, dan is vis nie 'n groentesoort nie.

**V:** Sommige sê dat dit belangrik is om goedhartig te wees, maar dit is nie nodig om vegetaries te wees nie. Maak dit sin?

**M:** Indien jy werklik goedhartig is, waarom dan nog die vleis van 'n ander wese eet? Deur hulle so te sien ly, behoort jy dit nie te kan verdra om hulle te eet nie! Om vleis te eet is onbarmhartig, hoe kan dit dan deur 'n goedhartige mens gedoen word?

Meester Lien Ch'ih het een keer gesê: **“Maak sy liggam dood en eet sy vleis. In hierdie wêreld is daar niemand wat méér wreed, kwaadwillig, afskuwelik en boos is as hierdie man nie.”** Hoe kan hy ooit voorgee dat hy self 'n goeie hart het?

Mencius het ook gesê: **“As jy dit lewend sien, kan jy dit nie verdra om dit te sien sterf nie, en as jy hoor hoe dit kreun, kan jy nie verdra om die vleis te eet nie; dus die ware heer bly ver weg van die kombuis.”**

Die intelligensie van die mens is hoër as dié van diere, en ons kan wapens teen hulle gebruik, dus sterf hulle met haat. Die mens wat klein en swak wesens knou, het geen reg om as 'n heer aangespreek te

word nie. Wanneer diere doorgemaak word, is hulle ontsaglik bevange met pyn, vrees en afkeur. Gevolglik word gifstowwe vrygestel wat in hul vleis

agterbly en diegene wat hierdie vleis eet, word vergiftig. Aangesien die frekwensie van die vibrasie van die dier laer is as dié van die mens, sal hulle ons vibrasie beïnvloed, en die ontwikkeling van ons wysheid affekteer.

**V:** Is dit voldoende om net 'n sogenaamde "gerieflike vegetariër " te wees? (Vleis word nie volledig deur gerieflike vegetariërs vermy nie. Hulle sal groente eet uit 'n gemengde groente en vleis gereg.)

**M:** Nee. Byvoorbeeld, wanneer voedsel in 'n giftige vloeistof geplaas word en daarna weer verwyder word, dink jy dat dit giftig sal wees, of nie? In die Mahaparinirvana Soetra het Mahakasyapa aan Boeddha gevra: "Wanneer ons bedel en ons ontvang groente wat met vleis gemeng is, mag ons hierdie voedsel eet? Hoe kan ons die voedsel reinig?" Boeddha het geantwoord: "'n Mens behoort dit met water te reinig en die groente van die vleis te skei, dan kan dit geëet word."

Uit die bogenoemde dialoog kan ons aflei dat ons selfs nie eens groente mag eet wat met vleis gemeng is nie, tensy ons dit eers met water reinig, wat nog te sê van alleen die vleis te eet! Dus kan jy maklik insien dat Boeddha en Sy dissipels hul aan 'n vegetariese dieet gehou het. Sekere mense het egter Boeddha beswadder deur te sê dat Hy 'n "gerieflike vegetariër " was, en wanneer aalmoesgewers Hom vleis gegee het, het Hy dit geëet. Dit is werklik onsin. Diegene wat dit gesê het, het te min die Geskrifte gelees, of het die Geskrifte wat hulle gelees het, nie verstaan nie.



In Indië is meer as negentig persent van die bevolking vegetariërs. Wanneer bedelmonnike in hul geel gewaad gesien word, weet almal dat hulle vegetariese voedsel aangebied moet word, wat nog te sê dat die meeste mense in elk geval geen vleis het om weg te gee nie!

**V:** Lank gelede het gehoor dat 'n ander Meester gesê het: “Boeddha het 'n varkenspoot geëet, het toe diarree ontwikkel en het gesterf.” Is dit waar?

**M:** Absoluut nie. Boeddha het gesterf nadat Hy 'n sekere sampioensoort geëet het. Indien die Brahmaanse terme direk vertaal word, dan staan hierdie sampioensoort as 'n “varkenspoot” bekend, maar dit is nie werklik die poot van 'n vark nie. So ook met 'n sekere vrug wat ons “longan” noem. (Letterlik vertaal uit Chinees beteken dit die “draak se oog.”) Baie vrugte en groente dra geen vegetariese name nie, soos die “draak se oog”, byvoorbeeld. In die Brahmaanse taal word hierdie sampioen “varkenspoot” of “varkensvreugde” genoem. Beide het 'n verbintenis met varke. Hierdie sampioensoort was nie maklik te vinde in eertydse Indië nie en was 'n seldsame lekkerny, dus het die mense dit ter aanbidding aan Boeddha geoffer. Hierdie sampioen word nie bo die grond gevind nie. Dit groei ondergronds. Wanneer die mense daarna soek, doen hulle dit met behulp van 'n vark, en hy hou baie daarvan om hierdie sampioensoort te eet. Vark snif dit uit vanweë die geur, en wanneer hulle een vind, gebruik hulle hul pote om dit uit die modder te grawe en dan te eet. Daarom word hierdie sampioensoort die “varkenspoot” of “varkensvreugde” genoem. Eintlik verwys hierdie twee name na dieselfde sampioen. Omdat dit swak vertaal is en omdat mense nie werklik die afleiding verstaan het nie, het die nageslagte dit misverstaan en Boeddha verkeerdelik as 'n vleisetende mens beskou. Dit is regtig betreurenswaardig.

**V:** Sommige vleisliefheders noem dat hulle by die slagter vleis koop, self slag hulle nie die diere nie, dus mag hulle dit eet. Dink U dat dit reg is?

**M:** Dit is 'n katastrofale fout. Julle moet beseft dat slagters lewende wesens doodmaak omdat mense hulle wil eet. In die Lankavatara Soetra het Boeddha gesê: **“Indien niemand vleis eet nie, sal geen slagting plaasvind nie. Dus, om vleis te eet of lewende wesens dood te maak, is dieselfde sonde.”** Deur baie lewende wesens dood te maak, ondervind ons natuurrampe en mensgemaakte onheil. Oorloë word ook veroorsaak deur te veel slagting.

**V:** Daar word beweer dat plante, gifstowwe soos ureum en urokinase nie kan produseer nie, dus gebruik vrugte- en groenteboere baie insekdoders wat ons gesondheid benadeel. Is dit waar?

**M:** Indien boere insekdoders en ander sterke gifstowwe soos DDT op hul plante gebruik, kan dit tot kanker, onvrugbaarheid en lewersiektes lei. Gifstowwe soos DDT word in vet opgeneem en word gewoonlik in diervet gestoor. Wanneer jy vleis eet, beteken dit dat jy al hierdie hoogs gekonsentreerde insekdoders en ander gifstowwe inneem wat tydens die dier se groeiproses in die vet opgehoop is. Hierdie ophopings kan tot dertien keer meer wees as dié in vrugte, groente of graan. Die insekdoders waarmee vrugte bespuit word, kan afgewas word, maar die opgehoopte insekdoders wat in die diervet is, kan nie verwyder word nie. Die bergingsproses van hierdie insekdoders is kumulatief. Dus, die verbruikers bo aan die voedselketting word die meeste benadeel.

Eksperimente aan die Universiteit van Iowa het bewys dat die insekdoders wat in die menslike liggaam gevind word, byna almal van hul vleisetery afkomstig is. Hulle het ontdek dat die vlak van

insekdoders in die liggame van vegetariërs minder as die helfte is as dié van vleisetters. Eintlik is daar ander gifstowwe in vleis behalwe insekdoders. Veevoer bevat baie chemikalieë om die vee vinniger te laat groei, of om die kleur, smaak of tekstuur van die vleis te verander, of om die vleis te preserveer, ens.

Byvoorbeeld, preserveermiddels wat van nitrate gemaak word, is baie giftig. Op 18 Julie 1971 word die volgende verslag deur die New York Times gegee: **“Die groot verborge gesondheidsgevaare vir vleisetters is die onsigbare besmetting van vleis met bakterieë, oorblyfsels van insekdoders, preserveermiddels, hormone, antibiotika en ander chemiese bymiddels.”** Bowendien word diere met entstowwe ingespuut wat in hul vleis kan agterbly. Dus is die proteïene in vrugte, neute, bone, koring en melk almal meer suiwer as die proteïene in vleis, waarvan 56% wateronoplosbare onsuiverhede is. Navorsing bewys dat hierdie mensgemaakte bymiddels tot kanker en ander siektes, of misvormde fetusse kan lei. Dus, dit is gepas vir swanger vroue om 'n suiwer vegetariese dieet te volg om die fisieke en geestelike gesondheid van die fetusse te verseker. Van bone kan jy proteïene verkry; en van vrugte en groente kan jy vitamine en minerale verkry.

## **Vegetarisme: Die Beste Oplossing tot die Globale Waterkrisis**

**W**ater is noodsaaklik vir die oorlewing van alle lewende wesens op Aarde. Die Internasionale Waterinstituut van Stokholm (SIWI) het egter bekend gemaak dat die oormatige gebruik van die watervoorraad van ons planeet hierdie kosbare hulpbron in gevaar gestel het vir toekomstige geslagte.

Benede volg etlike ontstellende feite wat by die jaarlikse kongres van SIWI, die Wêreld Water Week op 16 — 20 Augustus 2004, aan die lig gebring is:

- Die vermeerderde voedselaanvraag oor etlike dekades het die bevolkingsaanwas oortref. Waterbronne vir verdere voedselproduksie is huidiglik byna uitgeput in vele dele van die wêreld.
- Vee wat met graan gevoed word, benodig ongeveer 10 000 — 15 000 kg water vir elke kilogram vervaardigde vleis. (Dit lei tot 'n nuttigheidsgraad van minder as 0.01%. Indien enige gewone industriële proses teen hierdie graad van nuttigheid sou funksioneer, sou dit gou vervang gewees het!)
- 400 — 3000 kg water word benodig vir elke kilogram graan wat geproduseer word (dit is 5% van die water wat vir vleisproduksie benodig word).
- Tot op 90% van alle drinkwater word vir voedselvervaardiging gebruik.
- Australië het alreeds 'n tekort aan water en voer eintlik water uit in die vorm van vleis.
- In ontwikkelende lande gebruik vleiseters hulpbronne wat ekwivalent is aan 5 000 liter (1100 gelling) water per dag, in

verhouding tot die 1000 — 2000 liter (200 - 400 gelling) water wat daaglik deur vegetariërs gebruik word. (Sien verslag in ‘The Guardian’ van 23 Augustus 2004).

In ’n ander berig, nie in die verslag van SIWI nie, word daar ook genoem dat meer gebiede in die Amasone reënwood ontruim word om sojabone te verbou. Hierdie bone word egter aan die beeste gevoer. Dit sou meer doeltreffend gewees het om die mens direk daarmee te voer!

Soos vele inisiate sal onthou, spreek Meester in Haar lesing in Haar kennismakingsboekie: ‘Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting’ oor “Die Voordele van ’n Vegetariese Dieet” en die gevolge van vleisproduksie op die omgewing. Die volgende is daarin saamgevat: “Die teel van diere vir vleisproduksie dra gevolge. Dit lei tot die vernietiging van reënwoorde, globale verhitting, waterbesoedeling, water skaarste, woestynskepping, misbruik van energiebronne en wêreldhongersnood. Die gebruik van grond, water, energie en menslike krag om vleis te produseer, is nie ’n doeltreffende manier om die Aarde se hulpbronne te benut nie.”

Dus, om ’n betekenisvolle vermindering in die globale watergebruik te bewerkstellig, het die mens ’n nuwe benadering nodig tot die voedselvoorsiening van die wêreld, en ’n vegetariese dieet voldoen aan hierdie vereiste.

Vir verwante verslae, raadpleeg asseblief:

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

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

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

## **Goeie Nuus Vir Vegetariërs Die Noodsaaklike Plantaardige Proteïne**

'n Vegetariese dieet is nie alleenlik baie voordelig vir ons geestelike beoefening nie, maar dit is ook baie gesond. Ons moet egter spesiale aandag skenk aan die voedingsbalans en seker maak dat ons nie 'n tekort het aan die noodsaaklike aminosure uit plantaardige proteïne nie.

Daar is twee soorte proteïnes: dierlike proteïne en plantaardige proteïne. Sojabone, keker-ertjies en groen-ertjies is sekere bronne van plantaardige proteïne. Die handhawing van 'n vegetariese dieet beteken nie dat net gebraaide groente geëet word nie. Proteïne behoort ingesluit te word om die benodigde voeding aan te vul.

Dr. Miller was 'n lewenslange vegetariër. Hy was 'n mediese praktisyn en het die armes in die Republiek van China veertig jaar behandel. Hy het geglo dat ons alleenlik graan, boontjies, vrugte en groente hoef te eet om al die nodige voeding te verkry vir die handhawing van goeie gesondheid. Dr Miller het gesê: "Bonewrongel is 'vleis' sonder bene."

"Gestel die mens kon alleen een kossoort eet en dit was sojabone, dan sou hulle in staat gewees het om langer te leef, aangesien sojabone so voedsaam is."

Die voorbereiding van 'n vegetariese maaltyd is soortgelyk aan die voorbereiding van 'n maaltyd met vleis, behalwe dat plantaardige proteïne-bestanddele soos vegetariese hoenderbrokkies, vegetariese

ham, of vegetariese vleisskyfies gebruik word. Byvoorbeeld, pleks van “pangebreaide vleisrepiers met seldery ” of “seegrassop met eier,” kan ons dit nou as “pangebreaide sojaveleisrepiers met seldery ” of “seegrassop met noedels”, voorberei.

Indien julle in lande is waar hierdie plantaardige proteïnebestanddele nie maklik verkrygbaar is nie, kan julle met die plaaslike sentrum van Die Allerhoogste Meester Ching Hai Internasionale Assosiasie in verbinding tree en ons sal inligting aan julle verskaf oor sommige van die hoof leweransiers en vegetariese restaurante.

Aangaande die voorbereiding van vegetariese voedsel, kan julle die “The Supreme Kitchen” wat deur Die Allerhoogste Meester Ching Hai Internasionale Assosiasie uitgegee is, of enige ander vegetariese kookboeke, raadpleeg.

Om ‘n lys van vegetariese restaurante rondom die wêreld te verkry, raadpleeg asseblief:

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

Vir u aanbeveling volg hier ‘n lys van sekere vegetariese restaurante en vegetariese voedsel maatskappye.

## **Vegetariese Restourante om die Wêreld (Bestuur deur Mede-Inisiate)**

### **Afrika: Suid Afrika**

#### **Johannesburg**

Nkele Healthy Eatery  
Pritchardstraat 79,  
Johannesburg, Suid Afrika  
Tel: 27-83-964-8527

### **Amerika: Kanada**

#### **Vancouver**

Paradise Vegetarian NoodleHouse  
8681- 10<sup>th</sup> Ave, Burnaby, B.C. V3N  
2S9, Vancouver, Kanada  
Tel: 1-604-527-8138

### **V.S.A .**

#### **New York**

Viga Vegetarian Food  
57-05 136 Street Flushing,  
New York 11355,  
Tel / Faks: 1-718-886-3707

### **Arizona**

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

### **Oregon**

Sarang Korean Vegetarian Restaurant  
706 SW Hurbert St.,  
Newport, OR 97365,  
Tel: 1-541-265-5803

Vegetarian House  
22 NW Fourth Ave,  
Portland, OR 97209  
Tel: 1-503-274 - 0160



**Kalifornië:**

**Los Angeles**

Au Lac Vegetarian Restaurant  
16563 Brookhurst Street,  
Fountain Valley,  
CA 92708  
Tel: 1-714 - 418-0658

Veggie Panda Wok  
903-b Foothill Blvd Upland,  
CA 91786  
Tel: 1-909-982-3882

Veggie Bistro  
6557 Comstock Ave, Whittier,  
CA 90601  
Tel: 1-562-907-7898

Happy Veggie  
7251 Warner Ave, Huntington Beach,  
CA 92647  
Tel: 1-714 – 375-9505

Vegan Tokyo Teriyaki  
2518 South Figueroa, Los Angeles,  
CA 90007  
Tel: 1-213-747-6880

NV Vegetarian Restaurant  
537 B Main St, Woodland,  
CA 95695  
Tel: (530) 662-6552

**Oakland**

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

New World Vegetarian Restaurant  
464 8<sup>th</sup> Street, Oakland,  
CA 94607  
Tel: 1-510-444 -2891

**San Francisco**

Golden Era Vegetarian Restaurant

**82. Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting *Atterkongsto Meester Ching Hai***

572 O'Farrell Street, San Francisco,  
CA 94102  
Tel: 1-415-673-3136

**San José**

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

**Massachusetts:**

**Boston**

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

**Texas:**

**Austin**

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

**Houston**

Quan Yin Vegetarian Restaurant  
10804 -E Bellaire Blvd,  
Houston TX 77072  
Tel: 1-281-498-7890

**Dallas**

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

**Georgia**

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

**Ohio**

Food For Thought  
212 East High Street, Lisbon  
OH 44432 U.S.A.  
Tel / Faks: 1-330-424 -9608

**Washington**

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

**Puerto Rico: San Juan**

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

**Peru Lima**

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

Sabor Supremo II  
Av, Militair 2179 – Lince  
Lima 14  
Tel: 51-1 2650310

**Europa**

**Duitsland: München**

VINA - Vegetarian SnackBar  
Westendstrasse 134,  
80339 München  
Tel / Fax: 49-89-54075146

***Frankryk : Parys***

Tien Hiang  
20 Rue Nationale,  
75013 Paris, France  
Tel / Faks: 33-1- 45829954

***Spanje :Valencia***

The Nature Vegetarian Restaurant  
Plaza Vannes 7  
(G.V. Ramon y Cajal, 36, dcha),  
46007 Valencia, Spain

## 84. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting - Aitkenkongse Meester Ching Hai*

Tel: 34 -96-394 -0141

### Oseanië

#### **Australië : Melbourne**

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

#### **Sydney**

Ta Ho Vegetarian restaurant  
11/68 John Street, Cabramatta  
NSW 2166  
Tel: 61-2-9728-7052

### Asië

#### **Hong Kong**

##### **San Po Kong**

Nature House  
Workshop No: 6, Fifth Floor,  
Good Harvest Industrial Building,  
No: 9 Tsun Wen Rd,  
Tuen Mun New Territories 9506  
Tel: (852) 2665-2280  
[www.naturehouse.com.hk](http://www.naturehouse.com.hk)  
[www.lovingocean.com](http://www.lovingocean.com)

#### **Japan: Gunma**

Tea Room & Angel's Cookies  
937 Takoji KanbaraTsumagoi  
Agatsuma Gunma, Japan  
Tel / Faks: 81-279-97-1065

#### **Chiba**

Pension Rikigen  
86 -1 Hasama, Tateyama-shi,  
Chiba-ken 294 -0307 Japan  
Tel: 81-3-3291-4344  
Tel: 81 -470-20-9127  
Faks: 81-3-3291-4345  
<http://www.rikigen.com>

#### **Korea**

SM Chae-sik Han Sang

23-15, Bugok 3 Dong,  
Guemjong-Gu, **Busan**,  
Republic of Korea  
Tel: 82-51-581-9993

**Singapoer**

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

**Indonesië: Soerabaya**

Surya Ahimsa Vegetarian Restaurant  
Jl. Walikota Mustajab 74  
Tel: 62-31-5350466  
E-pos : [ahimsa88@msn.com](mailto:ahimsa88@msn.com)

**Filippyne**

Vegetarian House  
#79 Burgos.St;  
Puerto Princesa City,  
5300 **Palawan**, Philippines  
Tel / Faks: 63-48-433-9248  
E-pos: [veghouse@hotmail.com](mailto:veghouse@hotmail.com)

*Toe Meester se Liefde my Siel aanraak  
Is ek weer as kind gebore.  
Vra my net nie wat die rede is:  
Rede is nie die logika van LIEFDE !*



*Ek is die mondstuk  
Van die ganse skepping.  
Wat openlik uitbasuin  
Hul leed en pyn  
Van lewe na lewe in die ewigdurende draaikolk van die dood.  
Ek smEEK,    Barmhartige Meester  
Maak gou! Laat dit tot 'n einde kom.*



*U Seën stort uit oor ieder en elk.  
Die kwade en die goeie,  
Die mooie en die lelike,  
Die opregte en die onwaardige,  
Gelyk!  
O Meester, ek kon nooit U Lof betuig.  
U Liefde hou ek in my boesem,  
En slaap elke aand daarmee.*



*Uit "Silent Tears" [Stille Trane]*

*~ Deur Die Allerhoogste Meester Ching Hai ~*

## Publikasies

Om ons gees te verhef en inspirasie aan ons daaglikse lewe te verskaf, is 'n (klank)ryke versameling van Die Allerhoogste Meester Ching Hai se leerstellings beskikbaar in die vorm van boeke, videobande, oudiobande, musiekkassette, DVD's, MP3's en CD's.

Buite en behalwe die gepubliseerde boeke en opnames, kan verskeie reekse van Meester se leerstellings ook gou en gratis op die Internet bygekom word. Byvoorbeeld, sekere webtuistes wys die nuutste gepubliseerde tydskrif. (sien benede in die "Quan Yin Webtuistes".) Ander publikasies wat oplyn gewys word, sluit in Meester se poësie en inspirerende kernspreuke, sowel as lesings in die vorm van video- en oudiolêers.

Nog 'n publikasie wat wyd versprei en tans in meer as 50 tale op Internet beskikbaar is, is die kennismakingsboekie van Meester. Om 'n afskrif van die kennismakingsboekie te verkry, raadpleeg asseblief die volgende webtuistes:

[http://www.Godsdirectcontact.org/sample/\(U.S.A.\)](http://www.Godsdirectcontact.org/sample/(U.S.A.))

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

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

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

## Boeke

Om een van Meester se boeke in die middel van 'n besige dag op te tel, kan 'n lewensredder wees. Haar woorde is 'n duidelike herinnering aan ons eie Ware Geaardheid. Óf jy Haar geestelike insiggewende lesings in "Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting" reeks lees, óf die diepe barmhartige poësie in "Stille Trane", dit sal altyd kleinode van wysheid onthul.

In die lys van boeke wat volg, word die volume nommers in elke beskikbare taal tussen hakies aangewys. Vir verdere inligting omtrent die verkryging van hierdie en ander boeke, raadpleeg asseblief die "Verkryging van Publikasies" gedeelte. (bl 62)

**Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting:** 'n Versameling van Die Allerhoogste Meester Ching Hai se lesings. Beskikbaar in Aulacees(1-15); Chincees(1-9); Engels(1-5); Frans(1); Fins(1); Duits(1-2); Hongaars(1); Indonesies(1-5); Japanees(1-4);

## **88. Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting – Allerhoogste Meester Ching Hai**

Koreaans(1-11); Mongolees(1&6); Portugees(1-2); Pools(1-2); Spaans(1-3); Sweeds(1); Thai(1-6) en Tibetaans(1).

**Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting – Vrae en Antwoorde:** 'n Versameling van vrae en antwoorde uit lesings van Meester. Beskikbaar in Aulacees (1-4); Bulgaars (1-2); Chinees (1-3); Duits(1); Engels (1-2); Frans (1); Hongaars (1); Indonesies (1-3); Japanees (1-4); Koreaans (1-4); Pools (1); Portugees (1); Russies (1) en Tjeggies (1-2).

**Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting – Spesiale Uitgawe / 7-daagse retraite:** 'n Versameling van Meester se lesings van 1992 tydens 'n retraite in San Di Mun, Formosa. Beskikbaar in Engels en Aulacees.

**Die Sleutel to Onmiddellike Geestelike Verligting – Spesiale Uitgawe / 1993 Wêreldlesingtoer:** (6 volumes) 'n Versameling van die lesings van Die Allerhoogste Meester Ching Hai tydens die 1993 Wêreldlesingtoer. Beskikbaar in Engels en Chinees.

**'n Briewewisseling tussen Meester en Geestelike Beoefenaars:** Aulacees (1-2), Chinees (1-3), Engels (1), Spaans (1)

**Meester Vertel Verhale:** Beskikbaar in Aulacees, Chinees, Engels, Japanees, Koreaans, Spaans en Thai.

**Stille Trane:** 'n Digbundel deur Meester. Beskikbaar in gekombineerde taal uitgawes: Duits/Frans en Engels/Chinees; ook in Filippyns, Koreaans Portugees en Spaans.

**God Sorg vir Alles – Geïllustreerde Sprokies van Wysheid:** deur

Die Allerhoogste Meester Ching Hai in Aulacees, Chinees, Engels, Frans, Japanees en Koreaans.

**Die Allerhoogste Meester Ching Hai se Verliggende Humor - Jou Stralekrans is te Nou!!**  
In Chinees en Engels.

**Gee Kleur aan Ons Lewe:** 'n Versameling van aanhalings en geestelike leerstellings deur Meester. Beskikbaar in Chinees en Engels.

**Geheime tot Maklike Geestelike Beoefening –** Beskikbaar in Chinees en Engels.

**Die Droom van 'n Vlinder :** 'n Digbundel deur Meester. Beskikbaar in Aulacees en Engels.

**Die Ou Tyd:** 'n Digbundel deur Meester. Beskikbaar in Engels.

**Spoelklippies en Goud –** 'n Digbundel deur Meester. Beskikbaar in Aulacees.



**Die Verlore Herinneringe:** 'n Vroeë digbundel deur Meester. Beskikbaar in Aulacees en Engels.

**Spore van 'n Vorige Lewe:** 'n Vroeë digbundel deur Meester. Beskikbaar in Aulacees en Engels.

**God se Direkte Kontak –Die Manier om Vrede te Vind:** 'n Versameling van die lesings van Die Allerhoogste Meester Ching Hai tydens die 1999 Europese Lesingtoer. In hierdie bundel verduidelik Meester die kernorsaak van oorlog en lyding in hierdie wêreld, en dui

aan dat alleenlik deur direkte kontak met God te maak, vrede onder die mens bereik kan word. Deur die regte weg te volg, kan ons seer sekerlik die toekoms van die wêreld verander. Elke woord van Meester se bespreking is 'n kragtige noot wat mense se harte aanroer! Beskikbaar in Engels en Chinees.

**Ek het Gekom om Jou Huis toe te Neem:** 'n Versameling van aanhalings en geestelike leerstellings deur Meester. Beskikbaar in Arabies, Aulacees, Bulgaars, Chinees, Duits, Engels, Frans, Grieks, Hongaars, Indonesies, Italiaans, Koreaans, Pools, Romeens, Russies, Spaans, Turks en Tsjeggies,

**Kernspreuke:** Kleinode van ewige wysheid deur Meester. Beskikbaar in gekombineerde taal uitgawes: Engels/Chinees, Spaans/Portugees en Frans/Duits; ook in Koreaans.

**Die Allerhoogste Kombuis (1) – Internasionale Vegetariese Keuken/Tuis Smaak Keuses :**'n Resepversameling van lekkernye wat deur mede-beoefenaars dwarsoor die wêreld aanbeveel word. Beskikbaar in Engels/Chinees.

**Die Allerhoogste Kombuis (2) –** 'n Saamgestelde uitgawe in Chinees en Engels.

**Een Wêreld... van Vrede deur Musiek:** 'n Versameling van onderhoude en musikale komposisies van die Fondskonsert in Los Angeles, Kalifornië. Beskikbaar in 'n saamgestelde uitgawe in Engels/Aulacees/Chinees.

## Oudio- en Videobande

Ons perspektief kan herstel word en ons kan aan ons Ware Self herinner word, deur Meester se videobande te bekyk. Wysheid wat dikwels met humor oorgedra word deur Haar woorde en gebare, bring ook die warmte van 'n gelag in ons hart. Daarenbowe, die oudioband weergawe van hierdie lesings en praatjies met inisiate, sal enige rit in 'n genotvolle ervaring verander.

'n Klein voorstelling van beskikbare opnames verskyn op die lys hieronder. Vir verdere inligting oor die verkryging van hierdie en ander opnames, sien asseblief die “Verkryging van Publikasies” gedeelte. (bl 62)

**'n Gebed om Wêreld Vrede:** Lesing in Ljubljana, Slovenië.

**Wees Jou Eie Meester:** Groep Meditasie in Atlanta, VSA.

**Die Onsigbare Deurloop:** Lesing in Durban, Suid Afrika.

**Die Belangrikheid van Menswaardigheid:** Groep Meditasie in Nieu Jersey, VSA.

**Verbind Jousef met God:** Lesing in Lissabon, Portugal.

**Hoe om Jou Vyand Lief te Hê:** Groep Meditasie in Santimen, Formosa.

**Keer Terug na die Onskuld van Kindsbeen:** Lesing in Stockholm, Swede.

**Die Manier om die Skat van Binne te Vind:** Groep Meditasie in Chiang Mai, Thailand.

**Saam Kan Ons 'n Skitterende Bestemming Kies:** Lesing in Warschau, Pole.

**Die Keuses van Elke Siel:** Groep Meditasie in Los Angeles, VSA.

**Bewandel die Weg van Liefde:** Groep Meditasie in Londen, England

**Laat Andere in God Glo Soos Hulle Wil:** Groep Meditasie in Los Angeles, VSA.

## Musiek Kasette en CD's

Meester se musikale geskenke aan ons sluit in Boeddhistiese ceentoonang, poësie en oorspronklike komposisies wat op tradisionele instrumente soos die Chinese siter en mandolien gespeel word.

Baie van die musikale komposisies is beskikbaar op beide kasset en CD. Vir verdere inligting oor die verkryging van hierdie en ander komposisies, raadpleeg asseblief die “Verkryging van Publikasies” gedeelte.(bl 62)

**Boeddhistiese Eentoonang:** Meditasie eentoonang deur

Die Allerhoogste Meester Ching Hai. Vol. 1, 2, 3.

**Heilige Eentoonang:** Hallelujah

**Spore van 'n Vorige Lewe:** Poësie gesing deur Meester. Vol. 1, 2, 3.

**'n Weg na Liefdeslegendes:** Poësie gesing deur Meester. Vol. 1, 2, 3.

**'n Musiekversameling Gekomponeer deur Meester:** (Vol. 1-9) Oorspronklike komposisies gespeel op hakkebord (dulsimer), harp, klavier, Chinese siter, digitale klavier en vele meer.

## DVD's

Kode	Titel	Plek
184	Die Waarheid Omtrent die Wêreld — Maitreya Boeddha&Ses Kinders	Hsihu, Formosa
240	Lei die Wêreld na 'n Nuwe Era	Hsihu, Formosa.
260	Die Verborgene van die Wêreld Oorkant	V.V.O., V.S.A.
356	Laat God deur Ons Dien	V.V.O., Genève, Switserland.
389	Liedjies en Komposisies van Die Allerhoogste Meester Ching Hai — MTV	
396	Vergeef Jouself	Kalifornië, V.S.A.
401	Die Misterie van Oorsaak en Gevolg	Bangkok, Thailand.
467	Die Lyding van Hierdie Wêreld Spruit Uit Ons Onkunde	Singapoer
493	Waardeer die Betekenis van Inisiasie	Hamburg, Duitsland
497	Ons is Altyd Saam	Hamburg, Duitsland
501	Hoe om Gesinsharmonie te Bewerkstellig	Hsihu, Formosa.
512	Hoe om in 'n Gekompliseerde Gemeenskap te Beoefen	Hsihi, Formosa.
513	Die Beste Manier om Jou te Verfraai	Hsihu, Formosa.
549	Die Teken van 'n Groot Heilige	Phnom Penh, Kambodja.
560	Elke Siel is Die Meester	Raising Sentrum, Kambodja.
571	Die Ware Manifestasie van 'n Lewende Meester Hyatt Hotel, Kalifornië, V.S.A.	
582	Wees Vasberade op die Geestelike Weg	Australië
588	Meester se Pelgrimstog na die Himalaja (Deel 1&2)	L.A. Sentrum, V.S.A.
600	Die Ware Betekenis van Geweldloosheid	Puna, Indië.
602	Ons Kinderlike Geaardheid is God	L.A.Sentrum, V.S.A.
603	Om die Salige Unie van God te Betree	Singapoer.
604	'n Geestelike Lewe en Professionele Etiek	Washington D.C., V.S.A.
605	Die Doel van Geestelike Verligting	Washington D.C., V.S.A.
608	Die Metodes van Geestelike Verbetering	Washington D.C, V.S.A.
611	Die Ewige Sorg van 'n Ware Meester	Washington D.C, V.S.A.

92. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting Aelterkoningse Meester Ching Hai*

618	Die Heilige Romanse	Young Dong Sentrum, Korea.
620	Die Ware Meesterkrag	Young Dong Sentrum, Korea.
622	Om Volmaaktheid na Hierdie Wêreld te Bring	Young Dong Sentrum, Korea.
626	Die Keuses van Elke Siel	L.A. Sentrum, V.S.A.
638	Bring Jou Beste na Vore	Florida Sentrum, V.S.A.
642	Goddelike Liefde is die Enigste Ware Liefde	Los Angeles, V.S.A.
648	Die Manier om Oorloë te Beëindig	Edinburg, Skotland.
662	Durf die Lewe met Moed Aan	Londen, Engeland.
665a	Kalmeer Die Verstand	Istanbul, Turkye
667	Wees 'n Fakkeldraer vir God	Johannesburg, Suid Afrika
668	Die Onsigbare Deurloop	Durban, Suid-Afrika.
670	Ons Perfekte Geaardheid	Florida, V.S.A.
671	Om Geestelik Verlig te Wees	Tel Aviv, Israel
673	Oortref Emosies	Kaapstad, Suid Afrika
674	Wandel in Liefde en Gelag	Kaapstad, Suid Afrika
676	Parlement van die Wêreld se Godsdienste	Kaapstad, Suid Afrika
677	Die Glimlag van 'n Engel	Bangkok, Thailand
680	Verby die Ydelheid van Bestaan	Bangkok, Thailand
685	Konsentrasie op Werk: 'n Vorm van Geestelike Beoefening	Bangkok, Thailand
688	Liefde is Die Ware Lewenskern	Maleisië
689	Geestelike Verligting en Onkunde	Nepal
691	Illusie is 'n Afspieëling van die Werklikheid	Manila, Filippyne
692	Luister Innerlik na Ons Eie Geaardheid	Taoyuan, Formosa
693	Wysheid en Konsentrasie	Tokio, Japan
694	Die Lewe Gaan Ewig Voort	Seoel, Korea
695	'n Geestelike en Intellektuele Verwisseling- 'n Byeenkoms by die Academia Sinica	Formosa
696	Vryheid Verby Die Liggaam en Verstand	Young Dong, Korea
701	Om die Groot Leerstelling Oor te Dra	Young Dong, Korea
705	Ontwaak Uit die Droom	Seoel Sentrum, Korea
709	'n Aand met die (Film)Sterre	Los Angeles, V. S.A.
710	Meester se Verjaarsdagviering (Deel 1 & 2)	Young Dong, Korea
711	Die Hotel Genaamd Lewe	Fresno, Kalifornië, V.S.A.
712	Die Goddelike Intelligensie van Diere	Florida Sentrum, V.S.A.
716	'n Natuurlike Manier om God Lief te Hê	Florida Sentrum, V.S.A.
718	Liefde is Altyd Goed	Florida Sentrum, V.S.A.
719	Slegte Gewoontes Baasraak	Florida Sentrum, V.S.A.
737	Beoefen met Gemak	Florida Sentrum, V.S.A.
739	Meester se Transformasie Liggaam	Florida Sentrum, V.S.A.

741	Die Opvoering aan die Vooraand van die Millenium	Bangkok, Thailand
742	Die Verheffing van die Wêreld deur Geestelike Beoefening	Formosa, China
751	Nie-terugkerende Bodhisattvas	Hsihu, Formosa.
754	Die Wenteltrap van Geestelike Verligting	Florida Sentrum, V.S.A.
755	Laggende Heiliges	Florida Sentrum, V.S.A.
756	Die Prys van Eerlikheid	Florida Sentrum, V.S.A.
757	Die Waarheid van Meester se Ryk	Florida Sentrum, V.S.A.
758	Die Krag om Verligting Oor te Dra	Florida Sentrum, V.S.A.
.....ens...		

## Verkryging van Publikasies

Alle publikasies word teen naastebly kosprys aangebied. Indien jy 'n publikasie wil aankoop of bestel, kontroleer eers met jou plaaslike sentrum, of kontakpersoon aangaande die beskikbaarheid daarvan. Om 'n lys van beskikbare publikasies te verkry, tree in verbinding met jou plaaslike sentrum, of raadpleeg die volgende webtuiste:

<http://www.smchbooks.com>

Daarenbove verskaf baie van die Tydskrif uitgawes oplyn lyste van boeke en opnames wat onlangs vrygestel is. Die uitstal-area by retraits is 'n uitstekende plek om Meester se boeke, opnames, prente, skilderye en juwele van naderby te besigtig.

Indien nodig kan jy direk van die hoofkwartiere in Formosa bestel. (Posbus 9, Hsihu, Miaoli, Formosa, ROC). 'n Uitvoerige katalogus is ook beskikbaar op aanvraag.

## Quan Yin WWW Webtuistes

God se Direkte Kontak — Die globale internet van Die Allerhoogste Meester Ching Hai Internasionale Assosiasie is:

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

Hierdie poort verskaf 'n gids van skakels na die Quan Yin Webtuistes in verskeie tale, asook 24 uur toegang tot die televisieprogram "A Journey Through Aesthetic Realms." Jy mag die veeltalige weergawes van die kennismakingsboekie: "The Key to Immediate Enlightenment" aflaai, of teken by "The Supreme Master Ching Hai News" wat beskikbaar is as e-boek in drukkare formaat, of lees die inhoud daarvan oplyn op die webtuistes.

94. *Die Sleutel tot Onmiddellike Geestelike Verligting* *Allerhoogste Meester Ching Hai*

*“Vind jou eie Ewige Skat en jy sal in staat wees om van sy Onuitputlike Bron te tap. Dit is Oneindige Seëninge! Ek het geen woorde waarmee ek dit kan adverteer nie. Ek kan dit alleenlik loof en hoop dat jy my lofspraak glo, en dat my energie op een of ander manier jou hart sal roer en jou sal ophef tot daardie vreugdevolle gevoel, en dan sal jy glo. Na inisiasie sal jy werklik die betekenis van my woorde verstaan. Ek het geen ander manier om hierdie Groot Seëning wat God aan my geskenk het, met die reg om dit gratis en sonder voorwaardes te versprei, aan jou oor te dra nie.”*

*~ Die Allerhoogste Meester Ching Hai ~*

*“Ons neem sekere karma van mense om ons heen aan, deur na hulle te kyk, deur aan hulle te dink, of deur 'n boek of maaltyd met hulle te deel, ens. Dit is hoe ons mense seën en hul karma verminder. Daarom beoefen ons, om Lig te versprei en duisternis te verdryf. Geseënd is hulle wat van hul karma aan ons gee. Ons is bly om hulle te help.”*

*~ Die Allerhoogste Meester Ching Hai ~*

*“As mens praat ons voortdurend onsin. Ons moet altyd bla, bla, bla oor alles. Ons moet vergelyk, ons moet waarde heg, ons moet identifiseer, ons moet 'n naam aan alles gee. Maar van die Absolute, indien dit die ware Absolute is, kan jy nie eens praat nie. Jy kan nie daarvoor praat nie. Jy kan nie eers daaraan dink nie. Jy kan dit nie indink nie. Daar is niks. Verstaan jy?”*

*~ Die Allerhoogste Meester Ching Hai ~*

## Hoe Om Met Ons In Verbinding Te Tree

**D**ie dissipels, of mede-beoefenaars van Meester Ching Hai, het baie Verenigings en Sentrums dwarsoor die wêreld gestig. Die Hoofsentrum vir publikasies is in 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, U.S.A.**

Skakelbeoefenaars is mense wat in die Quan Yin Metode geïnisieer is, en wat vrywilliglik aangebied het om ander te help om inisiasie te verkry, of om meer oor Meester Ching Hai se leerstellings te wete te kom. Hulle is bereid om julle te help met jul vrae. Hulle kan julle help om audio- en video kassette en publikasies uit te kies wat mees gepas is vir julle doeleindes. Hulle kan julle ook op hoogte hou van Meester Ching Hai se lesingprogram, retraites en sekere ander aktiwiteite.

### **AFRIKA**

- \* Angola: Sentrum/ 244 923 338082 / luandacentre yahoo.com
- \* Benin: Sentrum / 229-21-383982 / smbenin yahoo.fr
- \* Burkina Faso: Ouagadougou Sentrum/ 226-50-341704 / smburkinafaso yahoo.fr
- \* Kameroen: Douala Sentrum / 237-3-437232 / smcameroon hotmail.com
- \* Dem. Rep. van die Kongo: Kinshasa Sentrum / 243-810583010 / blessedcongo yahoo.fr
- \* Ghana: Sentrum/ 233-277607-528 / smghanac yahoo.com
- \* Kenia: Sentrum / 254-726944744 / smoothgoing gmail.com
- \* Madagaskar: Antananarivo / Mnr. Eric Razahidah / 261-33-1115197 / hidahraza yahoo.fr
- \* Mauritius:
  - Port Louis / Mnr. Liang Dong Sheng / 230-2566286 / sifu\_liang91 hotmail.com
  - Port Louis / Me. Josiane Chan She Ping / 230-242-0462 / smchmauritiu intnet.mu
- \* R.S. Afrika:
  - Kaapstad / Sentrum/ 27-83-952-5744 / capetowncentre yahoo.com
  - Johannesburg / Mnr. Gerhard Vosloo / 27-82570-4437 / ghvosloo mweb.co.za
  - Johannesburg / Me. Khena Refiloe Truelove / 27-83-5014853 / emzinikababa yahoo.com
- \* Togo:
  - Kpalime / Sentrum / 228-4-410-948
  - Lome / Sentrum / 228-2-222-864 / smtogo yahoo.com
  - Lome / Mnr. David Chine / 228-2-215-551
- \* Uganda: Kampala / Mr. Samuel Luyimbaazi / 256-7764-9807

### **AMERIKA**

- \* Argentinië: Buenos Aires / Me. Mabel Alicia Kaplan / 54-11-4545-4640 / regresandoacasa25 yahoo.com.ar
- \* Bolivië:
  - Santa Cruz / Me. Adalina da graca munhoz / 591-3-3301758 / adamunhoz hotmail.com

## 96. Die Sleutel tot Onmiddellike Goestelike Verligting *Aldersvoogte Meester Ching Hai*

- Trinidad: Mnr. Wu Chao Shien / 591-4625964
- \* Brasilië:
  - Belem / Mnr. Wei Cheng Wu / 55-91-32234424, 55-91-32746611 / belemcenter yahoo.com.br
  - Goiania / Mnr. & Mev. Erwin Madrid / 55-62-3941-4510 / erwinserrano terra.com.br
  - Recife / Recife Sentrum / recifecenter click21.com.br
  - Recife / Ms. Maria Vasconcelos de Oliveira / 55-81-3326-9048 / mariaoliveira\_cultural click21.com.br
  - Recife / Ms. Monica Tereza Nogueira / 55-81-8742-3431, 55-81-3304-0452
  - San Paulo / Center / 55-11-5904-3083, 55-11-5579-1180 / br\_center yahoo.com.br
- \* Chili:
  - La Serena / Mnr. Esteban Zapata Guzman / 56-51-451019 / laserenacenter hotmail.com
  - Santiago / Sentrum / 56-2-6385901 / chilecenter1 yahoo.com
  - Santiago / Mv. Millaray Lizana Lizana / 56-2-4544278 / millaraynoemi yahoo.com
- \* Colombië: Bogota Sentrum / 57-1-2712861 / luzdelsonido yahoo.com
- \* Costa Rica:
  - San Jose / Sentrum / 506-2200-753
  - San Jose / Me. Laura Chen / 506-3632-748 / lauracmesa401 hotmail.com
- \* Honduras: Tegucigalpa / Me. Edith Sagrario Ochoa / 504-2250120
- \* Kanada:
  - Edmonton / Mnr. Brian Hokanson / 1-780-444-6568
  - Edmonton / Mnr. & Mev. Dang Van Sang / 1-780-963 5240 / anh2sd hotmail.com
  - Londen / Sentrum / 1-519-933-7162 / uniself yahoo.com
  - Montreal / Sentrum / 1-514-277-4655 / smchmontreal sympatico.ca
  - Montreal / Me. Euchariste Pierre / 1-514-481-9816 / p\_euchariste1 sympatico.ca
  - Montreal / Mnr. Hung The Nguyen / 1-514-494-7511 / thehungnguyen sympatico.ca
  - Ottawa / Mnr. Jianbo Wu / 1-613-829-5668 / jianbowu2002 yahoo.ca
  - Toronto / Sentrum / 1-416-503-0515
  - Toronto / Me. Diep Hoa / 1-905-828-2279 / hoadiep0723 yahoo.com
  - Toronto / Mnr. & Mev. Lenh Van Pham / 1-416-282-5297 / hiepham rogers.com
  - Toronto / Skakelkantoor / torontocontact yahoo.ca
  - Vancouver / Me. Li-Hwa Liao / 1-604-541-1530 / jsung2277 yahoo.ca
  - Vancouver / Me. Sheila Coodin / 1-604-580-4087 / qycontactperson yahoo.ca
  - Vancouver / Me. Nguyen Thi Yen / 1-604-581-7230 / yentnguyen2002 yahoo.com
- \* Mexiko:
  - Mexikali / Ms. Sylvia Lagrange / 52-686-568-4575 / godsdirectlove yahoo.com.mx
  - Mexiko Staat / Liaison Office / 52-55-5852-1256 / texcenter gmail.com
  - Monterrey / Mnr. Roque Antonio Leal Suffo / 52-8-18104-1604 / monterreycenter yahoo.com.mx
- \* Nicaragua: Managua / Mev. Pastora Valdivia Iglesias / 505-248-3651 / pastora7iglesia yahoo.com
- \* Panama:
  - Panama / Sentrum / 507-236-7495
  - Panama / Me. Maritza E.R. de Leone / 507-260-5021 / mrleone2 yahoo.com
- \* Paraguay: Asuncion / Me. Emilce Cespedes Gimenez / 595-21-523684 / ec\_py2002 yahoo.com.ar
- \* Peru:
  - Arequipa / Mnr. Julio Cardenas Pelizzari / 51-54-453828 / qyarequipa yahoo.com
  - Cusco / Me. Patricia Kross Canal / 51-84-232682 / cuscoentroy yahoo.com
  - Lima / Mnr. Edgar Nadal & Me. Teresa de Nadal / 51-1-4667737 / edyter viabcp.com
  - Lima / Mnr. Victor Carrera / 51-1-2650310
  - Puno / Me. Mercedes Rodriguez / 51-54-353039 / punocentroperu yahoo.es
  - Trujillo / Mnr. & Mev. Raul Segura Prado / 51-44-221688 / rsp\_trujillo hotmail.com
- \* VSA:
  - § Arizona: Sentrum / 1-602-264-3480
  - § Arizona: Mnr. & Mev. Kenny Ngo / 1-602-404-5341 / kennynngoaz hotmail.com
  - § Arkansas: Mnr. Robert Jeffreys / 1-479-253-8287 / bobedj cox.net
  - § Colorado: Me. Victoria Singson / 1-303-986-1248 / torahi ureach.com
  - § Florida:
    - Cape Coral / Mnr. & Mev. Thai Dinh Nguyen / 1-239-458-2639 / CapeCoralCenter Gmail.com
    - Cape Coral / Me. Trina L. Stokes / 1-239-433-9369 / moonwater33957 yahoo.com
    - Orlando / Mnr. Michael Stephen Blake / 1-407-333-0178 / smch\_orlando yahoo.com
  - § Georgia: Mnr. James Collins / 1-770-294-1189 / georgiacenter hotmail.com
  - § Georgia: Mnr. Roddell Pleasants / 1-678-429-7958
  - § Georgia: Me. Kim Dung Thi Nguyen / 1-404-292-7952
  - § Hawaii: Sentrum / 1-808-735-9180 / hawaiictr hotmail.com
  - § Hawaii: Mev. Dorothy Kaomi Sakata / 1-808-988-6059 / DorothySakata aol.com



§ Illinois: Mnr. Tran, Cao-Minh Lam / 1-773-506-8853 / caominhtran yahoo.com

§ Indiana: Me. Josephine Poelinitz / 1-317-842-8119 / josiepoie sbcglobal.net

§ Kalifornie:

- Los Angeles / Sentrum / 1-951-674-7814
- Los Angeles / Mnr. & Mev. Tsung-Liang Lin / 1-626-914-4127 / tlin54 hotmail.com
- Los Angeles / Mnr. & Mev. Dong Phung / 1-626-284-9994 / SanGabriel99 hotmail.com
- Los Angeles / Mnr. Gerald Martin / 1-310-836-2740 / gmartin0999 hotmail.com
- Sacramento / Mnr. & Mev. Hieu De Tu / 1-916-682-9540 / saccenter gmail.com
- San Diego / Sentrum / 1-619-280-7982 / quanyinsd juno.com
- San Diego / Mnr. & Mev. Tran Van Luu / 1-619-475-9891
- San Francisco / Sentrum/ khoaluong aol.com
- San Francisco / Mnr. & Mev. Khoa Dang Luong / 1-415-753-2922
- San Francisco / Mnr. & Mev. Dan Hoang / 1-415-333-9119 / sfcenter hotmail.com
- San Jose / Me. Sophie Lapaire / 1-650-464-8066 / Margorifico yahoo.com
- San Jose / Mnr. Loc Petrus / 1-510-813-2300 / petrusl.2k4 gmail.com

§ Kentucky:

- Frankfort / Sentrum / kycenter2000 yahoo.com
- Frankfort / Mnr. & Mev. Nguyen Minh Hung / 1-502-695-7257 / Fuji.Nguyen ky.gov

§ Louisiana: Mnr. John L. Fontenot / 1-504-914-3236 / jlfontenot hotmail.com

§ Maryland: Mnr. Nguyen Van Hieu / 1-301-933-5490 / marylandcenter yahoo.com

§ Massachusetts:

- Boston / Sentrum / 1-978-528-6113 / bostonctr17 yahoo.com
- Boston / Me. Gan Mai-Ky / 1-508-791-7316
- Boston / Mnr. & Mev. Huan-Chung Li / 1-978-957-7021

§ Michigan: Mnr. Martin John White / 1-734-327-9114 / mading02000 yahoo.com

§ Minnesota: Me. Quach Ngoc / 1-612-722-7328 / quachmn yahoo.com

§ Missouri: Rolla / Mnr. & Mev. Genda Chen / 1-573-368-2679 / gchen umr.edu

§ Nevada: Las Vegas / Ms. Helen Wong / 1-702-242-5688

§ New York:

- New York / Mnr. & Mev. Zhihua Dong / 1-718-567-0064 / dong physics.columbia.edu
- Rochester / Me. Debra Couch / 1-585-256-3961 / dcouch rochester.rr.com

§ Nieu Mexiko: Mnr. & Mev. Nawarskas / 1-505-342-2252 / nawarskas comcast.net

§ Noord Carolina: Mnr. & Mev. Huynh Thien Tan / 1-704-535-3789 / northcarolinacenter hotmail.com

§ Ohio:

- Hamilton / Mnr. & Mev. Vu Van Phuong / 1-513-887-8597 / ohiocenter yahoo.com
- Hamilton / Mnr. Gilbert Rivera / 1-513-226-3686 / wisdmeye aol.com

§ Oklahoma: Mnr. & Mev. Tran Kim Lam / 1-405-632-1598 / ltran2292 yahoo.com

§ Oregon:

- Portland / Mnr. & Mev. Minh Tran / 1-503-614-0147 / oregon\_center90 yahoo.com
- Portland / Me. Youping Zhong / 1-503-257-2437 / youping320 yahoo.com

§ Pennsylvania: Mnr. & Mev. Diep Tam Nguyen / 1-610-529-3114 / DiepAshleyPa aol.com

§ Pennsylvania: Mev. Ella Flowers / 1-215-879-6852

§ Texas:

- Austin / Sentrum / 1-512-396-3471 / jjdawu yahoo.com
- Austin / Mnr. Dean Duong Tran / 1-512-989-6113 / tranduongdean yahoo.com
- Dallas / Sentrum / 1-214-339-9004 / DallasCenter yahoo.com
- Dallas / Mnr. Tim Mecha / 1-972-395-0225 / t.mecha comcast.net
- Dallas / Mnr. Weidong Duan / 1-972-517-5807 / water96 yahoo.com
- Dallas / Mnr. Jimmy Nguyen / 1-972-206-2042 / JimmyHNguyen yahoo.com
- Houston / Sentrum / 1-281-955-5782
- Houston / Me. Carolyn Adamson / 1-713-6652659 / cadamson houston.rr.com
- Houston / Mnr. & Mev. Charles Le Nguyen / 1-713-922-1492 / cuc-le houston.rr.com
- Houston / Mnr. & Mev. Robert Yuan / 1-281-251-3199 / ryan houston.rr.com
- San Antonio / Mnr. Khoi Kim Le / 1-210-558-2049 / lethong hotmail.com

§ Virginie: Sentrum / 1-703-941-0067

- Virginie Beach / Sentrum / 1-757-461-5531 / liem\_le23502 yahoo.com
- Virginie Beach / Mnr. & Mev. Hua Phi Anh / 1-703-978-6791 / anhhy hotmail.com

§ Washington:

- Seattle / Mnr. Ben Tran / 1-425-643-3649 / benptran aol.com
- Seattle / Mnr. Edward Tan / 1-206-228-8988 / edtan usa.com

§ Wyoming: Me. Esther Mary Cole / 1-307-332-7108 / sumaemc yahoo.com

## 98. Die Sleutel tot Onmiddellike Goestelike Verligting *Afleweringste Meester Ching Hai*

\* Puerto Rico: Camuy / Mev. Disnalda Hernandez Morales / 1-787-262-1874 / disnalda.caribe.net

### ASIE

\* Filippyne: Manila Sentrum / 63-917-474-9845 / manilach.hotmail.com

\* Formosa:

- Taipei / Sentrum / 886-2-2706-6168 / tpe.light.msa.hinet.net
- Taipei / Mnr. & Mev. Loh, Shih-Hung / 886-2-27062628 / shloh.ndmctsmgsh.edu.tw
- Miaoli / Mnr. & Mev. Chen, Tsan-Gin / 886-37-221618
- Miaoli / Mnr. Chu, Chen Pei / 886-37-724726
- Kaohsiung / Mnr. & Mev. Zeng, Huan Zhong / 886-7-733-1441

\* Hong Kong:

- Hong Kong / Sentrum / 852-27495534
- Hong Kong / Skakelkantoor / 852-26378257 / sm\_hongkong.yahoo.com

\* Indie: Kalkutta / Mr. Ashok Sinha / 91-33-2655-6741 / shiva.cal.vsnl.net.in

\* Indonesie:

- Bali / Sentrum / 62-361-231-040 / smch\_bali.yahoo.com
- Bali / Mnr. Agus Wibawa / 62-81-855-8001 / wibawa001.yahoo.com
- Jakarta / Sentrum / 62-21-6319066 / smch-jkt.dnet.net.id
- Jakarta / Mnr. Tai Eng Chew / 62-21-6319061 / cte.envirotec.co.id
- Jakarta / Me. Lie Ik Chin / 62-21-6510715 / herlina.uieii.com
- Jakarta / Me. Murniati Kamarga / 62-21-3840845 / hai.cbn.net.id
- Jakarta / Mnr. I Ketut P. Swastika / 62-21-7364470 / ketut.sinarmas.co.id
- Malang / Mnr. Judy R. Wartono / 62-341-491-188 / yudi\_wartono.telkom.net
- Malang / Mnr. Henry Soekianto / 62-341-325-832
- Medan / Mev. Merlinda Sjaifuddin / 62-61-4514656 / smch\_medan.hotmail.com
- Soerabaya / Sentrum / 62-31-5612880 / ahimsasb.indosat.net.id
- Soerabaya / Mnr. Harry Limanto Liem / 62-31-594-5868 / harry\_l.sby.dnet.net.id
- Jogjakarta / Mnr. Augustinus Madyana Putra / 62-274-411-701 / t.adianingtyas.lycos.com

\* Israel: Mnr. Yaron Adari / yadari.freeuk.com

\* Japan:

- Gunma / Me. Hiroko Ichiba / 81-27-9961022 / divinalv.mth.biglobe.ne.jp
- Tokio / Me. Yukiko Sugihara / 81-90-6104-5770 / lotus.sky.plala.or.jp
- Tokio / Me. Yoshie Takeda / 81-90-3963-0755 / y-plus.f6.dion.ne.jp

\* Korea:

- Andong / Mnr. Kim, Sam-Tae / 82-54-821-3043 / smandong.hanmail.net
- Busan / Sentrum / 82-51-581-9200 / chinghaibusan.hanmail.net
- Busan / Mnr. Song, Ho-Joon / 82-51-957-4552
- Busan / Mnr. Hwang, Sang-Won / 82-51-805-7283
- Chungok / Sentrum / 82-54-6731399
- Daegu / Sentrum / 82-53-743-4450 / chinghaidaegu.hanmail.net
- Daegu / Mnr. Cha, Jae-Hyun / 82-53-856-3849
- Daegu / Mev. Han, Sun-Hee / 82-53-746-5338
- Daegu / Mnr. Kim, Ik-Hyeon / 82-53-633-3346
- Daejeon / Sentrum / 82-42-625-4801 / smdaejeon.yahoo.co.kr
- Daejeon / Me. Do,Bong-Hi / 82-42-471-0763 / dbhs44463.yahoo.co.kr
- Gwang-Ju / Sentrum / 82-62-525-7607
- Gwang-Ju / Mnr. Jo, Myong-Dae / 82-61-394-6552 / smgwangju.naver.com
- Incheon / Sentrum / 82-32-579-5351 / lightundinchon.yahoo.co.kr
- Incheon / Mnr. Lee, Jae-Moon / 82-32-244-1250
- Jeonju / Sentrum / 82-63-274-7553 / shc5824.hanmail.net
- Jeonju / Mnr. Shin, Hyun-Chang / 82-63-254-5824
- Seoul / Sentrum / 82-2-5772158 / goldenseoul.yahoo.co.kr
- Seoul / Mnr. Yoo, Tae-In / 82-2-795-3927
- Youngdong / Sentrum / 82-54-5325821 / houmri21.yahoo.co.kr

\* Laos: Vientiane / Mnr. Somboon Phetphommasouk / 856-21-415-262 / sobopphet.yahoo.com

\* Macau: • Macau / Sentrum / 853-532231 / mcdvlove.yahoo.com.hk

• Macau / Skakelkantoor / 853-532995

\* Malaysia:

- Alor Setar / Mnr. Chiao-Shui Yu / 60-4-7877453
- Johor Bahru / Mnr. & Mev. Chi-Liang Chen / 60-7-6622518 / supreme2tm.net.my
- Kuala Lumpur / Sentrum / 60-3-2145 3904 / klsmch.yahoo.com

- Kuala Lumpur / Mnr. Phua Kai Liang / 60-12-307 3002 / klnet23 yahoo.com
- Penang / Sentrum / 60-4-2285853 / pgsmch pd.jaring.my
- Penang / Mnr. & Mev. Lim Wah Soon / 60-4-6437017
- \* Mongolie:
  - Ulaanbaatar / Me. Erdenechimeg Baasandamba / 976-11-310908 / baasandamba yahoo.com
  - Baganuur / Mnr. & Mev. Gursad Baysarsaikhan / 976-121-21174
- \* Myanmar: Mnr. Sai San Aik / 95-1-667427 / ssaikss mptmail.net.mm
- \* Nepal:
  - Kathmandu / Sentrum / 977-1-4254-481 / chinghai\_kathmandu hotmail.com
  - Kathmandu / Mnr. Ajay Shrestha / 977-1-4473-558 / ajaystha hotmail.com
  - Pokhara / Sentrum / 977-61-531643
  - Pokhara / Mnr. Bishnu Neupane / 977-984-60-36423 / neupanebishnu hotmail.com
- \* Singapoer:
  - Singapoer / Sentrum / 65-6741-7001 / chinghai singnet.com.sg
  - Singapoer / Skakelkantoor / 65-6846-9237
- \* Sri Lanka: Colombo / Mnr. Lawrence Fernando / 94-11-2412115 / samantha\_nbt zeynet.com
- \* Thailand:
  - Bangkok / Sentrum / 66-2-674-2690 / bkkc66 gmail.com
  - Bangkok / Me. Laddawan Na Ranong / 66-1-8690636, 66-2-5914571 / edasnlad stou.ac.th
  - Chiang Mai / Me. Sirivan Supatrchamnian / 66-50-332136 / sirwanly gmail.com
  - Khon Kaen / Sentrum / 66-43-378112
  - Songkhla / Sentrum / 66-74-323694

## EUROPA

- \* België:
  - Brussels / Me. Ann Goorts / 32-472-670272 / qybelgium yahoo.com
  - Brussels / Me. Ellen De Maesschalk / 32-486-242248
- \* Bulgarye:
  - Sofia / Mnr. Ruslan Staykov / 359-2-8575358 / wwwruslan yahoo.com
  - Plovdiv / Mev. Miglena Bozhikova / 359-32-940726 / chinghaiplovdiv yahoo.com
- \* Denemark: Mnr. Thanh Nguyen / 45-66-190459 / my webspeed.dk
- \* Duitsland:
  - Berlyn / Sentrum / 49-30-3470-9262 / Grigori.Guinzboung gmx.de
  - Duisburg / Skakelkantoor / 49-203-4846374 / ngoc-thao.nguyen gmx.de;dusseldorfcenter hotmail.com
  - Hamburg / Skakelkantoor / 49-58115491 / HamburgCenter gmx.de
  - Munchen / Me. Johanna Hoening / 49-8170-997050 / ChingHai aol.com
  - Munchen / Me. Kang Cheng / 49-89-3616347 / lovesource8 yahoo.de
- \* Finland:
  - Helsinki / Mnr. Hannu Hovilainen / 358-40-734-3516 / helsinkicenter yahoo.com
  - Helsinki / Mnr. Jussi Pohjolainen / 358-40-548-3533 / jussi\_pohjolainen yahoo.com
- \* Frankryk:
  - Alsace / Sentrum / Me. Despretz Anne-Claire / 33-3-89770607 / arclai infonie.fr
  - Ardeche / Me. Reynet Jeanine / 33-4-75376232
  - Montpellier / Mnr. Nguyen Tich Hung / 33-4-67413257 / tich.hung infonie.fr
  - Parys / Sentrum / 33-1-4300-6282
  - Parys / Me. Lancelot Isabelle / 33-1-7069-3210 / ilancelot celestialfamily.net
- \* Griekeland:
  - Athene / Me. Vicky Chrisikou / 30-210-8022009, 30-6944-470094 / luckychrisikou yahoo.gr
- \* Holland: Amsterdam / Mnr. Kamlung Cheng / 31-647838638 / kamlung27 hotmail.com
- \* Hongarye:
  - Boedapest Sentrum / 36-1-363-3896 / budapestcenter gmail.com
  - Boedapest / Mnr. Lehel Csaba / 36-20-2400-259 / clehel gmail.com
  - Boedapest / Gabor Soha / 36-20-221-5040 / gabor.soha gmail.com
- \* Ierland: Dublin / Mnr. & Mev. Bernard Leech / 353-1-6249050 / dublinquanyin yahoo.co.uk
- \* Italie: Pescara / Bettina ADANK / 39-085-454-9184 / bettina.adank fastwebnet.it
- \* Kroatie / Mnr. Zeljko Starcevic / 385-51-251081 / zeljko mindless.com
- \* Norwee: Oslo / Me. Marte Hagen / 47-64978762, 47-92829803 / marte hagen gmail.com
- \* Oostenryk:
  - Wenen / Sentrum / 43-699-12272892 / Chinghai gmx.at
  - Wenen / Mnr. Nguyen Van Dinh / 43-2955-70535
- \* Pole:

## 100. Die Staat tot Onmiddellike Geestelike Verligting *Atterhoopte Moester Ching Hai*

- Szczecin / Mev. Grazyna Plocinizak / 48-91-4874953 / gingal wp.pl
- Warsaw / Me. Elzbieta Ukleja / 48-22-8367814 / elzbieta\_q1 yahoo.com
- \* Portugal:
  - Leiria / Mnr. Antonio Jose Vieira Caldeira / 351-2625-97924 / alcoa\_center hotmail.com
- \* Roemenie: Boekarest / Sentrum / bucharestq yahoo.com
- \* Rusland: Moskou / Mev. Leera Gareyeva / 7-095-732-08-32 / boulgakov tri-el.ru
- \* Slovenie:
  - Ljubljana / Sentrum / 386-1-518 25 42 / quanyin siol.net
  - Ljubljana / Mnr. Janez Pavlovic / 386-41-320-268 / janez.pavlovic siol.net
  - Maribor / Mnr. Rastislav Alfonz Kovacic / 386-3-581 49 81 / rast05alfonz yahoo.com
- \* Spanje:
  - Madrid / Me. Lidia Kong / 34-91-547-0366
  - Madrid / Mnr. Claudio Octavio Silva Zuniga / 34-667090831 / claudiosilvachile yahoo.es
  - Malaga / Mnr. Wang Ya-King / 34-95-235-1521
  - Valencie / Vegetarian House / 34-96-3744361
  - Valencie / Mnr. Yu Xi-Qi / 34-96-3301778 / valenciachinghai yahoo.es
- \* Swede:
  - Angelholm / Mev. Luu Thi Dung / 46-431-26151 / Angelholmsswe yahoo.com
  - Are / Me. Viveka Widlund / 46-647-32097 / smchsweden yahoo.se
  - Stokholm / Mnr. Mats Gigard / 46-8-882207 / mats.gigard telia.com
- \* Switserland:
  - Geneve / Me. Feng-Li Liu / 41-22-797-3789 / fengli ilo.org
  - Geneve / Me. Klein Ursula / 41-22-369-1550 / uklein tiscali.ch
- \* Tsjeggo-Slowakye:
  - Praag / Sentrum / 420-261-263-031 / czech-center spojenisbohem.cz
  - Praag / Mev. Marcela Gerlova / 420-608-265-305
- \* Verenigde Koninkryk:
  - § Engeland:
    - Ipswich / Mnr. Shahid Mahmood / 44-1473-436961 / shahidocean hotmail.com
    - Londen / Sentrum / 44-2088-419866 / pnl matters19.freemove.co.uk
    - Londen / Mnr. Nicholas Gardiner / 44-2089-773647
    - Londen / Mev. C Y Man / 44-1895-254521 / chuk\_yee\_man hotmail.com
    - Stoke-on-Trent / Mev. Janet Weller / 44-1782-866489 / j.weller4 ntworld.com
    - Surrey / Mnr. C. W. Wo / 44-1293-416698 / stmchw hotmail.com
  - § Skotland: Edinburgh / Mev. Annette Lillig / 44-131-666-0319 / lillig2002 yahoo.co.uk

## OCEANIE

- \* Australie:
  - Adelaide / Mnr. Leon Liensavanh / 61-8-8332-6192 / leonadelaide hotmail.com
  - Brisbane / Sentrum / briscentre\_en yahoo.com.au
  - Brisbane / Mnr. Gerry Bisshop / 61-7-3901 6235
  - Brisbane / Mev. Tieng Thi Minh Chau / 61-7-3715-7230 / ctieng\_briscentre yahoo.com.au
  - Brisbane / Mnr. & Mev. Yun-Lung Chen / 61-7-3344-2519 / dlch136 hotmail.com
  - Canberra / Mnr. Hoang Khanh / 61-2-6259-1993 / smcanberra hotmail.com
  - Melbourne / Sentrum / melbsmch aol.com
  - Melbourne / Mev & Mnr Rob Nahtegaal / 61-3-5282-4431 / rosrobey aol.com
  - Melbourne / Mnr Phong Minh Tan Do / 61-3-9850-2553 / phongloverne yahoo.com
  - Melbourne / Mnr. Alan Khor / 61-3-9857-4239 / ckhor netspace.net.au
  - Perth / Mnr. David Robert Brooks / 61-8-9418-6125 / daveb iinet.net.au
  - Perth / Mnr. Ly Van Tri / 61-8-9242-2848
  - Sydney / Mnr. Eino Laidsaar / 61-2-9477-5459 / einoforquanyinsydney yahoo.com
  - Sydney / Mnr. Ly An Thanh / 61-2-9823-8223 / anbinh\_sydney yahoo.com.au
- \* Nieu Seeland:
  - Auckland / Mev. Noelyne No Thi Ishibasi / 649-277-9285 / takahide xtra.co.nz
  - Auckland / Mnr. Peter Morrin / 64-9-579 2452 / ptr ihug.co.nz
  - Auckland / Mnr. Chang Jen-Hor / 64-9-2749298 / changjenhor yahoo.com
  - Christchurch / Mnr. Michael Lin / 64-3-343-6918 / nzchchsmch yahoo.com.au
  - Hamilton / Mnr. Glen Vincent Prime / 64-211399934 / hamnzcont yahoo.co.nz
  - Nelson / Me. Sharlene Lee / 64-3-539-1313 / shale ihug.co.nz

---

\*Indien daar geen kontakpersoon in u omgewing is nie, tree asseblief in verbinding met die kontakpersoon in die stad of land naaste aan u. Vir die nuutste inligting oor ons skakelbeoefenaars wêreldwyd, raadpleeg asseblief die volgende bronadres:

[http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/cp/index.htm\(English\)](http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/cp/index.htm(English))

---

**\*Boek Department:**

e-pos: [divine@Godsdirectcontact.org](mailto:divine@Godsdirectcontact.org)

FAKS: 1-240-352-5613

of 886-949-883-778

(U is welkom om by ons aan te sluit om Meester se boeke in verskeie tale te vertaal.)

**\* "A Journey through Aesthetic Realms"**

**- TV Program**

e-pos: [TV@Godsdirectcontact.org](mailto:TV@Godsdirectcontact.org)

FAKS:1-413-751-0848 (VSA)

**\* "The Supreme Master Ching Hai International Association Publishing Co., Ltd."**

**Taipei, Formosa.**

e-pos: [smchbooks@Godsdirectcontact.org](mailto:smchbooks@Godsdirectcontact.org)

TEL: 886-2-87873935

FAKS: 886-2-87870873

**\*Nuus Groep:**

e-pos:

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

FAKS: 1-801-7409196

of 886-946-728475

**\*Geestelike Inligtingsburo:**

e-pos:

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

FAKS:886-946-730699

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

e-pos: [smcj888@hotmail.com](mailto:smcj888@hotmail.com)

TEL:886-2-87910860

FAKS:886-2-87911216

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

## “Supreme Master Television”

Supreme Master Television, airing only positive programming, will bring a new dimension into your life. Available 24 hours via Hotbird Satellite 6 and on-line TV live at:

<http://www.suprememastertv.com>

E-mail : [Info@SupremeMasterTV.com](mailto:Info@SupremeMasterTV.com)

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

### “A Journey Through Aesthetic Realms

”[‘n Reis Deur Estetiese Ryke]op ETTV Satellietkanale:

ETTV	ETTV Kanaal 32: Sondag 8h30 — 9h00 (Taipei tyd)
ETTV Asië	27 lande in Asië en Oseanië word gedek. <u>Sondag 10h00 — 10h30 (Taipei tyd) via kabel / satelliet TV</u>
ETTV Amerika	Dekking: Noord-Amerika: VSA (insluitende Hawaii en Alaska) en Kanada Saterdag 10h00 — 10h30 (PDT [Los Angeles tyd]) via kable / satelliet TV Kabel TV diens: Suid-Kalifornië (Time Warner; Charter Communications; Adelphia; Champion; Altrio; Cox)
ET-China van ETTV	Latyns-Amerika Noord-Amerika: VSA, Sentraal-Amerika, Suid-Amerika, Karibiese Gebied: veertien lande insluitende die Dominikaanse Republiek, Haiti en Kuba Sondag 10h00 — 10h30 (PDT) [Los Angeles tyd] via kabel / satelliet TV

Die Allerhoogste Meester Ching Hai Internasionale Assosiasie bied ook ‘n reeks videocande aan van die Allerhoogste Meester se TV-program ‘A Journey Through Aesthetic Realms’ [‘n Reis Deur Estetiese Ryke] wat in ander lande gebedsaai kan word. Vir meer inligting, stuur asseblief ‘n e-pos aan:

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

**First edition :**

- Die Outeur** : Die Allerhoogste Meester Ching Hai  
Posbus 9, Hsihu, Miaoli 36899,  
Formosa, Republiek van China
- Uitgegee deur** : "The Supreme Master Ching Hai  
International Association Publishing Co., Ltd."  
(Geregistreer As Nr.5390 in die  
Regerings-Inligtingskantoor, R. O. C.)
- Adres** : 1 F, No. 236, Song San Road, Xin Yi District,  
Taipei, Formosa, R.O.C.
- Outeursreg** : Voorbehou deur die Allerhoogste Meester Ching Hai.

Die inhoud en woorde in hierdie boek is deurtrek met die Genade en Seëninge van Meester. Alle regte word voorbehou. Geen gedeelte van hierdie boek mag in enige vorm, of deur enige metode gekopieer word, sonder die voorafgaande toestemming van Meester of die uitgewer nie, om sodoende die letterdief teen ongewenste karma te beskerm.

