

*Высочайший Учитель Чинг Хай*

**Ключ к непосредственному  
просветлению**

Бесплатный экземпляр

# СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
Краткая биография Высочайшего Учителя Чинг Хай.....	9
Тайна иного мира.....	12
Лекция Высочайшего Учителя Чинг Хай ООН, Нью-Йорк, 26 июня 1992 года	
Посвящение: метод Гуань Инь.....	55
Пять Правил.....	58
Преимущества веганской диеты .....	60
Здоровье и питание .....	61
Экология и окружающая среда .....	65
Проблема голода в мире.....	66
Страдания животных.....	66
Компания святых и другие .....	67
Учитель отвечает на вопросы .....	69
Веганство: наилучшая мера предотвращения глобального кризиса нехватки питьевой воды .....	80
Хорошие новости для веганов!.....	82
Веганские рестораны по всему миру .....	84
Публикации .....	89
Как с нами связаться.....	96

## Скачать бесплатно вводную брошюру

Ключ к непосредственному просветлению (на более чем 80 языках)

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

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

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

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

*"Я не отношу себя ни к буддистам, ни к католикам. Я принадлежу Истине и проповедую Истину. Вы можете назвать ее буддизмом, католицизмом, даосизмом или так, как Вам нравится. Я радушно принимаю всех!"*

*~ Высочайший Учитель Чинг Хай ~*

*"Обретя внутренний покой, мы обретем и все остальное. Полное удовлетворение, полное исполнение земных и небесных желаний происходят из Царства Божия — внутреннего воплощения нашей вечной гармонии, нашей вечной мудрости и нашей всемогущей энергии. Не обретя этого, мы никогда не получим удовлетворения, сколько бы денег мы не имели, каким бы положением в обществе или властью ни обладали".*

*~ Высочайший Учитель Чинг Хай ~*

*"Наше учение состоит в том, что какую бы работу Вы ни выполняли в этом мире, выполняйте ее от всего сердца, со всей ответственностью... и, кроме того — каждый день занимайтесь медитацией. Вы будете обретать все больше знаний, больше мудрости, больше спокойствия для того, чтобы служить себе и служить миру. Не забывайте, что внутри Вас есть Ваша собственная внутренняя добродетель..., не забывайте, что в Вашем теле находится обитель Бога..., не забывайте, что в Вашем сердце — Бог".*

*~ Высочайший Учитель Чинг Хай ~*

## Введение

Очень редко на протяжении веков рождаются личности, главное предназначение которых состоит в том, чтобы духовно развивать человечество. Такими были Иисус Христос, Будда Шакьямуни и Мухаммед. Эти трое известны всем, но есть много других, которых мы не знаем; некоторые учили публично и известны избранным, остальные остаются анонимными. В разные времена и в разных местах их называли разными именами. К ним обращались "Учитель", "Аватар", "Просвещенный", "Спаситель", "Мессия", "Божественная Мать", "Гуру", "Живой Святой" и так далее. Они приходят к нам, чтобы учить нас тому, что называется Просветлением, Спасением, Самореализацией, Освобождением или Пробуждением. Приведенные слова могут отличаться, но их значение одинаково. Гости из того же Духовного источника, с той же духовной мощью, моральной чистотой и таким же даром просвещать человечество, как Святые прошлого, сегодня с нами, хотя и немногие знают об их присутствии. Один из них — Высочайший Учитель Чинг Хай.

Вряд ли Учитель Чинг Хай когда-нибудь будет названа Живым Святым. Она — женщина, а многие буддисты, и не только они, верят в миф о том, что женщина не может быть Буддой. Она восточного происхождения, а многие на Западе полагают, что Спаситель будет похож на них. Однако те, кому было дано знать Ее, вне зависимости от своей национальной и религиозной принадлежности, знают, кто Она такая. И если вы проявите некоторую открытость и искренность в своем сердце, вам тоже это откроется. Это также потребует вашего времени и внимания, но ничего более.

Люди проводят большую часть своего времени, зарабатывая на жизнь и заботясь об удовлетворении своих материальных потребностей. Мы работаем, чтобы окружить себя максимальным комфортом. Когда позволяет время, мы отдаем часть своего внимания таким вещам, как политика, спорт, телевидение или последний светский скандал. Те из нас, кто пережил Воздействие Любви во время внутреннего контакта с Божественным, знают, что на свете есть и другие цели в жизни. Они сожалеют, что Благие Вести не распространены более. Они знают, что разрешение всех конфликтов нашей жизненной борьбы находится внутри нас и тихо выжидает. Им известно, как захватывают дух Небесные видения. И простите их, если в порыве энтузиазма они говорят вещи, которые могут оскорбить ваш рациональный ум. Ведь трудно оставаться спокойным, видя и зная то, что видят и знают они.

Мы, считающие себя учениками Высочайшего Учителя Чинг Хай и практикующие Ее метод (метод Гуань Инь), предлагаем вам эту вводную книгу с надеждой, что это поможет вам ближе подойти к Божественному Самоосуществлению с помощью нашего Учителя или кого-либо другого.

Учитель Чинг Хай учит тому, как важна практика медитации, внутреннего созерцания и молитвы. Она объясняет, что мы должны сами открыть своё Внутреннее Божественное Присутствие, если действительно хотим быть счастливыми в этой жизни. Она говорит нам, что неверно считать, будто просветление эзотерично, труднодостижимо и доступно лишь затворникам. Ее призвание в том, чтобы пробудить в нас Божественное Присутствие несмотря на то, что мы живем обычной жизнью. Она утверждает: **"Вот как это. Все мы знаем Истину. Мы просто ее забыли. И потому временами кто-нибудь должен приходить и напоминать нам о цели нашей жизни, о том, почему мы должны искать Истину, почему должны практиковать медитацию и верить в Бога или Будду, или кого-то еще, являющегося Высшей Властью во Вселенной"**. Она никого не просит следовать за Ней. Она просто

предлагает свое собственное Просветление как пример другим, чтобы и они могли достичь своего собственного Полного Освобождения.

Этот буклет — введение в учение Высочайшего Учителя Чинг Хай. Пожалуйста, обратите внимание на то, что лекции, комментарии и цитаты Учителя Чинг Хай, содержащиеся здесь, записаны на диктофон, воспроизведены на бумаге, иногда переведены с других языков и затем отредактированы для публикации. Мы советуем вам послушать или посмотреть аудио- или видеокассеты. Так вы сможете получить намного более яркое представление о Ее присутствии, чем от печатных букв. Конечно, самое лучшее — это увидеть Ее воочию.

Для одних Учитель Чинг Хай — их Мать, для других — их Отец, для третьих Она — их Возлюбленная. По меньшей мере, Она — самый лучший друг, которого вы можете обрести в этом мире. Она здесь, чтобы давать нам, ничего не требуя взамен. За свое учение, за помощь или за Посвящение Она не требует никакой платы. Единственное, что Она берет от вас, — это ваши страдания, вашу боль и печаль. Но только, если вы сами этого хотите!

## Краткое примечание

- \* Во избежание споров о том считать ли Бога мужским началом или женским, в оригинале этого издания говоря о Боге или Высочайшем Духе в соответствии с инструкцией Мастера употребляется местоимение среднего рода, которое можно было бы перевести как "Оне". В русской версии используется местоимение "Он" исключительно в целях облегчения прочтения текста.
  
- \* Как художник и духовный лидер Высочайший Учитель Чинг Хай ценит любые проявления внутренней красоты. По этой причине Она называет Вьетнам "Ау-Лаком" а Тайвань "Формозой". Ау-Лак — это древнее название Вьетнама и обозначает "счастье". А название Формоза, означающее "красивый", в более полной мере отражает красоту острова и живущего на нем народа. Мастер считает, что использование этих названий принесёт духовное возрождение и удачу этим землям и населяющим их людям.

*"Учитель (Мастер) — это тот, у кого есть ключ к тому, чтобы сделать Мастера из Вас... Помочь Вам осознать, что Вы — тоже Мастер и что Вы и Бог — это одно целое. Это — все... это — единственная роль Учителя".*

*~ Высочайший Учитель Чинг Хай ~*

*"Наш путь не является религией. Я никого не обращаю в католицизм, буддизм или любой другой «-изм». Я просто предлагаю Вам способ познать себя, отыскать, откуда Вы пришли, напомнить о Вашем земном предназначении, открыть секреты Вселенной, понять, откуда так много несчастий вокруг, и что ожидает нас после смерти".*

*~ Высочайший Учитель Чинг Хай ~*

*"Мы отделены от Бога, потому что слишком заняты. Если кто-то хочет поговорить с Вами по телефону, а Вы заняты на кухне или болтаете с другими людьми, то, несмотря на то, что телефон будет постоянно звонить, никто не сможет с Вами связаться. То же самое происходит с Богом. Он звонит нам ежедневно, а у нас нет для Него времени, и мы бросаем трубку".*

*~ Высочайший Учитель Чинг Хай ~*

## Краткая биография Высочайшего Учителя Чинг Хай

Учитель Чинг Хай родилась в состоятельной семье в Ау-Лаке (Вьетнам). Ее отец был известным натуропатом. Она была воспитана в католической вере, бабушка научила ее основам буддизма. Будучи еще ребенком, Она рано заинтересовалась философскими и религиозными учениями, а также отличалась от других необычайно сострадательным отношением ко всем живым существам. В восемнадцатилетнем возрасте Учитель Чинг Хай переехала в Англию для продолжения учебы, а позднее во Францию и Германию, где Она работала в Красном Кресте и где вышла замуж за немецкого ученого. После двух лет счастливого замужества Она с согласия своего мужа покинула его в поисках Просветления, тем самым стремясь к тому идеалу, который был с Ней с детства. В это время Она изучала различные медитационные практики и духовные дисциплины под руководством Учителей и Мастеров, которые были в пределах досягаемости. Она осознала тщетность попыток одного человека помочь страдающему человечеству и поняла, что лучший способ помочь людям — это полностью реализовать саму Себя. Поставив это своей единственной целью, Она побывала во многих странах мира в поисках метода Совершенного Просветления. По истечении многих лет, проб, испытаний и невзгод, Учитель Чинг Хай наконец нашла метод Гуань Инь и Божественную Передачу в Гималаях. После периода прилежной практики во время пребывания в Гималаях Она получила полное Просветление. В течение многих лет после своего Просветления Учитель Чинг Хай вела спокойную, скромную жизнь буддийской мона-

хини. Будучи застенчивой по характеру, Она хранила в себе Сокровище, пока люди не стали искать Ее наставления и Посвящения. Именно благодаря настойчивым просьбам и усилиям Своих первых учеников на Формозе (Тайвань) и в Соединенных Штатах, Учитель Чинг Хай стала выступать с лекциями по всему миру и посвятила многие сотни тысяч искренних духовно ищущих.

В настоящее время все больше и больше искателей Истины из различных стран, принадлежащих ко всем религиям, стремятся к Ней за Высочайшей Мудростью. Тем, кто искренне хочет изучить и осуществить на практике метод Непосредственного Просветления, метод Гуань Инь, который Она сама испытала и установила, что он воистину Высочайший; Учитель Чинг Хай готова предоставить Посвящение и дальнейшее духовное руководство.

Мир полон несчастий,  
И только я полна Тобой!  
Если внутри этого мира был бы Ты,  
То исчезли бы все беды,  
Но так как мир наполнен бедами,  
Я не нахожу места для Тебя!

ССС

Я продала бы все Солнца, все Луны, и все звезды  
Во Вселенной,  
Лишь бы купить один из Твоих Прекрасных Взглядов.  
О, Учитель Бесконечного Сияния!  
Будь снисходителен и оброни немного  
света в мое жаждущее Сердце.

ССС

Люди Земли выходят ночами петть и танцевать  
Под земным светом и под земную музыку.  
И только я одна сижу в трансе,  
Покачиваясь от Сияния и Музыки внутри.

ССС

С тех пор, как я познала Твоё великолепие, о Боже,  
Я уже ничто не смогу полюбить в этом мире.  
Заклучи меня в объятия твоей любви и  
благосклонности!  
Навсегда!

Аминь!

□□□

*Из "Безмолвных Слез"*

*Высочайший Учитель Чинг Хай*

## Тайна иного мира

*Лекция Высочайшего Учителя Чинг Хай  
ООН, Нью-Йорк(DVD 260)  
26 июня 1992 года*

**П**риветствую вас в Организации Объединенных Наций. И давайте немного помолимся вместе. Пусть каждый в своей собственной вере воздаст хвалу Господу за то, что имеет, и за данное ему. Мы всем сердцем желаем и надеемся, что тем, у кого нет необходимого, будет дано, как дано было нам; что беженцы всего мира, жертвы войны, солдаты, главы правительств и, конечно, лидеры ООН смогут довести до конца задуманное и жить в мире и согласии друг с другом.

Мы верим, что все, о чем мы просим, будет дано, ибо так говорит Библия. Спасибо!

Много времени прошло с тех пор, как я последний раз здесь была. А бывал ли здесь раньше кто-нибудь из вас, я имею в виду на моих прошлых лекциях? Когда? О, да! Так много?

Спасибо. Как вы знаете, тема нашей сегодняшней лекции — "За пределами этого мира", т.к. у меня вовсе нет желания рассказывать вам что-нибудь еще о нашем мире. Его вы все хорошо знаете, ведь правда? Вы знаете, что в этом мире есть ООН, есть Америка, Нью-Йорк (яблоко), но за его пределами все иначе. Я думаю, что всем тем, кто пришел на лекцию, было бы интересно об этом узнать. Это ведь вовсе не какие-нибудь чудеса или фантастика, в которую нам трудно поверить. Это нечто очень научное, вполне логичное и чрезвычайно важное.

Все мы слышали, что в различных религиозных книгах и Священных Писаниях упоминается о существовании семи небес, о наличии разных уровней сознания, о Царстве Божием внутри нас, о сущности Будды и тому подобном. Все эти вещи обещаны нам в загробной жизни. Но лишь очень немногим людям открыт доступ к тому, о чем говорится в этих Священных Писаниях, очень немногим. Нельзя сказать, что вообще никому, но немногим. По сравнению с населением Земли, людей, для которых открыто Царство Божие внутри них или открыты двери в так называемый "запредельный мир", очень мало. Живя в Америке, вы, конечно же, имеете возможность читать множество книг о вещах, выходящих за рамки обыденного. И сюжеты некоторых американских кинофильмов не являются всецело вымышленными. Есть и несколько японских лент, в которых также не все игра воображения. Наверное, потому, что режиссеры читали некоторые из книг, написанных людьми, побывавшими в иных мирах, либо на них снисходило Божественное озарение.

Итак, что же находится в Царстве Божием? Зачем нам о нем беспокоиться, если у нас и в этом мире достаточно дел, если у нас есть работа, уютный дом и многочисленная любящая родня? Вот именно поэтому, из-за того, что мы все это уже имеем, нам нужно заботиться о Царстве Божием. Когда мы говорим "Царство Божие" — это звучит слишком религиозно. Ведь это всего лишь один из уровней высшего сознания. В старину люди называли это небесами. Пользуясь научной терминологией,

можно определить это как иной, более высокий уровень знаний, более высокая степень мудрости. И мы бы могли этого достичь, если бы знали как.

Итак, недавно... Недавно в Америке мы все слышали о новейшем изобретении, о том, что уже существует устройство, способное ввести вас в Самадхи. Вы уже пробовали? Нет? Оно сейчас продается. От четырех до семи сотен, в зависимости от того, на какой уровень вы желаете попасть. Оно называется... Предназначается для ленивых людей, которые не хотят заниматься медитацией, а хотят сразу оказаться в Самадхи. Сейчас, раз уж вы об этом ничего не знаете, я коротко расскажу об этом изобретении.

Говорят, что эта машина может ввести вас в расслабленное, созерцательное состояние..., состояние, в котором ваш I.Q. (коэффициент умственного развития) достигнет самого высокого уровня. Предполагается, что вы обретете высшее знание, высшую мудрость, в общем будете чувствовать себя великолепно и т.д. В устройстве используется специально подобранная музыка, так что вам необходимы наушники. Кроме того, применяется электричество, скорее всего, просто токи, которые вас стимулируют, затем вы, может быть, увидите нечто вроде вспышки, поэтому вам необходимо завязать глаза. Наушники и повязка на глаза — это все, что нужно для достижения Самадхи. Это просто замечательно, и всего четыреста долларов — очень даже дешево. На самом же деле Самадхи намного дешевле, оно не стоит ничего и дается навсегда, навсегда. И вам нет необходимости подзаряжаться от электрической батареи, вставлять и выдергивать штепсель, или, в случае, если машина сломается, нет необходимости ее чинить.

Значит, даже искусственное освещение и выдуманная музыка могут сделать людей достаточно расслабленными и достаточно мудрыми. Я читала об этом предполагаемом эффекте в газетах, но сама не пробовала. Сейчас подобные вещи очень популярны, и, как я слышала, много машин уже продано. Даже

этим искусственным способом можно заставить нас расслабиться и повысить наш I.Q., а представьте себе, насколько мудрее помогут нам стать вещи подлинные! Истинные ценности находятся вне этого мира, но они доступны каждому, как только мы пожелаем с ними соприкоснуться. Это внутренняя небесная музыка, внутреннее божественное звучание. И, в зависимости от силы этой музыки... от силы внутреннего света или внутреннего звучания, мы можем прорваться за черту этого мира, достичь уровня более глубокого понимания.

Мне это очень напоминает физический закон. Вы запускаете ракету... против сил тяготения. Надо толкать ее с огромной силой, и когда ее скорость будет достаточно велика, она начинает излучать свет. Следовательно, если мы очень быстро движемся в запредельный мир, то мы тоже... как бы сказать? О, я слишком долго говорила по-китайски. Мы сможем... излучать Свет, да! Также сможем излучать какой-то Свет и слышать Звучание. Оно является разновидностью Энергии Вибрации, которая толкает нас на высший уровень, но делает это без малейшего шума, не причиняя неудобств, не создавая дискомфорта и не требуя затрат. Это и есть способ выйти в иной мир.

Все ли, что есть в запредельном мире, много лучше нашего мира? Все, что мы можем и не можем представить. Мы сможем в этом убедиться, хоть раз испытав на себе. Никто другой вам достоверно этого не опишет. Но мы должны настойчиво этого желать, быть поистине искренними, ибо никто за нас этого не сделает. Точно так же никто не может заменить вас на ваших рабочих местах в ООН, а чтобы вы получали за это деньги. Точно также мы получаем удовлетворение от еды только тогда когда едим сами. Поэтому нужно попробовать этот способ самому. Мы можем выслушать человека, пережившего это, но не сможем извлечь урок из его рассказа. Благодаря энергии человека, познавшего Бога, мы можем один раз, несколько раз, в течение нескольких дней видеть какое-то сияние, слышать звучание, причем вполне естественно, без

усилия, но в большинстве случаев это продолжается недолго. Итак, мы должны испытать это сами.

Вне нашего мира существует множество других миров. Приведем сейчас пример мира, который находится чуть-чуть выше нашего. В западной терминологии его называют Астральным. В Астральном Мире имеется сто и более различных уровней. И каждый уровень сам по себе — целый мир, соответствующий нашему уровню понимания. Это очень напоминает университет, где каждая ступень, проходимая нами в процессе обучения, означает повышение уровня осмысления изучаемого материала, и так мы постепенно движемся к окончанию. В Астральном Мире мы увидим много различных так называемых чудес. Нас, возможно, тоже будут искушать чудесами, и мы сможем их творить сами. Мы сможем исцелять больных, мы сможем, как бы это сказать, иногда видеть то, что скрыто от других. Мы будем обладать, по крайней мере, шестью разновидностями чудодейственной силы. Мы сможем видеть за пределами обычного, мы сможем слышать за пределами пространства. Расстояние не будет иметь для нас значения. Это мы называем божественным зрением и божественным слухом. И тогда мы сможем видеть насквозь человеческие помыслы, а иногда нам даже будет под силу заглянуть в человеческую память. Бывает, что эти возможности открываются уже на Первом Уровне Царства Божьего.

В пределах этого Первого Уровня, как я уже говорила, имеется много других уровней, он содержит гораздо больше, чем способен описать язык. И когда мы это обретем, мы сможем... если мы..., например, после Посвящения будем медитировать, и если наш уровень совпадет с Первым, мы получим огромные возможности. Тогда нам станет под силу развить литературный талант, которого у нас раньше не было. И еще мы узнаем множество вещей, о которых не знают другие люди, и многое будет дано нам, подобно небесным дарам, иногда в финансовой области, иногда в виде успешной карьеры, иногда в чем-то другом. И мы сможем сочинять стихи или, быть может, пи-

сать картины, совершать многое из того, на что раньше были просто не способны, и даже не могли представить, что сумеем. Все это дает Первый Уровень. Мы будем обладать превосходным стилем и писать книги, сочинять стихи. Раньше человек мог и не быть профессиональным писателем, но зато теперь он сможет им стать. Все это чисто материальные выгоды, которые мы обретаем, оказавшись на Первом Уровне сознания. В действительности они вовсе не являются Божьими дарами. Их содержат наши внутренние небеса, и стоит нам пробудить в себе эти таланты, как они тотчас оживают. Затем мы уже сможем ими пользоваться. Итак, это были некоторые сведения о Первом Уровне.

Итак, когда мы, например, поднимаемся на более высокий уровень, перед нами открывается множество новых возможностей, и многое становится для нас достижимым. Разумеется, я не могу рассказать вам обо всем. Да, например, из-за недостатка времени. Впрочем, ведь все равно неинтересно выслушивать захватывающие истории о пирожных и конфетах и при этом ни разу их не попробовать. Поэтому я пока только слегка подогреваю ваш аппетит, а если вы захотите есть, то это уже другое дело. Подлинную пищу мы предложим немного позже. Да! Только в том случае, если вы действительно этого захотите.

Поднимемся теперь чуть выше, на Второй Уровень. Назовем его "Вторым" для простоты. На нем нас, несомненно, ждет гораздо больше возможностей, и в том числе чудес, чем на Первом. Но самая замечательная из способностей, приобретаемых нами на Втором Уровне — это красноречие... и искусство спорить. Никто не сможет состязаться с человеком, достигшим Второго Уровня, потому что он обладает потрясающим красноречием, и мощь его интеллекта достигла апогея.

Большинство людей со средними умственными способностями и невысоким I.Q. не могут соперничать с таким человеком, поскольку его I.Q. чрезвычайно высок. Но это не простое развитие физических возможностей мозга, это таинственная, бо-

жественная сила, врожденная мудрость, внутренне присущая нам. Теперь она открывается. В Индии люди называют этот уровень "Буддхи", что означает "интеллектуальный уровень; воля ума; мыслящий ум". Достигнув "Буддхи", вы становитесь Буддой. Вот откуда появилось слово "Будда". Таким образом, Будда означает именно это. Это еще не предел. Я не собираюсь ограничивать вас только знакомством с Буддой, есть нечто большее.. Многие называют Буддой просветленного человека. Если он не знает об уровнях выше Второго, возможно, это ему польстит. Действительно, думая, что он живой Будда, ученики будут с гордостью называть его Буддой. На самом же деле, даже если он достиг Второго Уровня и может видеть прошлое, настоящее и будущее любого избранного им человека, и обладает абсолютным красноречием, это еще не конец пути в Царство Божие.

Человек не должен гордиться способностью читать прошлое, настоящее и будущее, поскольку это всего лишь способность читать Хроники Акаши, как говорят на Западе. Те из вас, кто практикуют йогу или разные виды медитации, смогут их прочесть. Для них все будет просто, как для читателей библиотеки, например, той, что в соседнем зале. В ней есть книги на всех языках. Там найдете арабский, русский, китайский, английский, французский, немецкий. Все языки мира. В вашей библиотеке есть все. В соседнем зале. Если вы умеете читать на всех этих языках, вы сможете узнать, что происходит в любой стране. Понимаете? Точно так же понимает тот, для кого доступен Второй Уровень, что он может истолковать судьбу человека так же ясно и просто, как вы свою собственную биографию.

Есть нечто большее, к чему нужно стремиться на Втором Уровне сознания. Но факт достижения человеком Второго Уровня уже сам по себе чудо, ведь он становится живым Буддой в Царстве Разума. И многое, чему нет у нас названия, открывается ему. И немало чудес происходит с ним, хочет он этого или нет, потому что разум его отныне открыт, и высшие

источники исцеления и гармонии доступны для него, жизнь такого человека становится лучше и спокойнее. Его Разум, или Буддхи, настолько обширен, что он может охватить все знания в прошлом и настоящем, необходимые для того, чтобы уладить или переделать, или даже изменить все плохое, сделанное им ранее. Вы понимаете? Это значит, исправить ошибки и, таким образом, улучшить свою жизнь.

Например, мы не знали, что обидели своего ближнего каким-то непреднамеренным действием, а теперь нам это известно. Вы понимаете? Очень просто! Раньше мы не догадывались о том, что наш ближний был настроен против нас, ни слова не говоря, и старался иногда сделать за нашей спиной что-то во вред нам просто по недоразумению или из-за нашего необдуманного поступка. Но теперь нам стало известно, почему это происходит. А дальше, все просто. Мы можем пойти к нему, позвонить по телефону, устроить вечеринку, пригласить его и рассеять сомнения. Таким образом, достигнув Второго Уровня, мы автоматически, без лишних слов, понимаем и молча улаживаем житейские дела или устанавливаем связь с каким-либо источником энергии, который мог бы нам в этом помочь, мы выпрямляем свой жизненный путь, делаем течение жизни более спокойным. Так нам удастся свести к минимуму множество несчастий, нежелательных ситуаций и неприятных состояний, которыми изобилует жизнь. Понимаете? Да! Именно так! Поэтому, когда мы поднимаемся на Второй Уровень, это уже само по себе чудесно.

То, что я попыталась вам объяснить, вполне научно и логично, и нет нужды думать, что йог или медитирующий человек — это некая таинственная личность или что-то взезмное. Это обычные земные существа, как и любой из нас, но развившие свои способности благодаря тому, что узнали, как это сделать. Мы часто говорим, что в Америке все зависит от "ноу-хау" ("знаю как"), так что всему можно научиться. Верно? Мы можем научиться всему. Значит, это просто новая наука, наука о запредельном мире, которую мы тоже можем изучить. И, хотя

это звучит странно, но чем выше изучаемый предмет, тем он проще. Наша наука намного проще, чем средняя школа или колледж со всеми их сложными математическими задачами и проблемами.

Второй Уровень.., Второй Уровень, на нем тоже много подуровней. Разумеется, он тоже включает в себя много разных уровней. Просто я стараюсь говорить кратко, поскольку я не могу подробно объяснять все тайны мироздания. Да! Так или иначе вы узнаете все это сами, когда будете идти по пути вместе с Учителем, который уже по нему прошел. Так что никакой тайны нет. Но это слишком долгий путь. Видите ли, если мы будем останавливаться на каждом уровне и изучать каждый его подуровень, нам потребуется чересчур много времени. Поэтому Учитель просто кратко знакомит вас с каждым уровнем по порядку, не задерживаясь долго. Раз! Раз! Раз! Ведь вам не нужно учить других, значит, и знать можно меньше. Пусть вас это не тревожит. Просто провести вас и вернуть назад Домой, поскольку даже это занимает много времени. Иногда для этого может понадобиться вся жизнь. Но просветление приходит к нам незамедлительно. Хотя это только начало, только вступление, понимаете? В тот день, как вы поступили в университет, вы тотчас же становитесь студентом университета. Но это не имеет ничего общего с ученой степенью доктора естествознания. Пройдет шесть лет, четыре года или двадцать лет, пока вы станете выпускником. А студентом вы становитесь сразу, если только действительно серьезно и искренне этого захотите. Так что обе стороны должны сотрудничать.

Допустим, мы хотим выйти за пределы этого мира, например, просто ради развлечения, потому что нам некуда больше пойти в Нью-Йорке. Мы узнали все о Манхэттэне, Лонг-Бич, "Шорт"-Бич и других "бичах". [Смех] Пусть нам теперь хочется побывать где-нибудь вне Земли, посмотреть, как там идут дела, все ли в порядке? Почему бы нет? Раз уж мы платим большие деньги, чтобы поехать на Майами, во Флориду и просто искупаться в море, то почему бы нам иногда не посетить

другие миры, непохожие на этот, не посмотреть, как выглядят соседние планеты и как проживают на них люди? Я не думаю, что в этом есть что-то странное. Нет? Это всего лишь более далекое путешествие, путешествие разума, путешествие духа вместо обычной экскурсии.

Просто две разновидности путешествий. Это очень логично, и это легко понять. Итак, мы на втором уровне. О.К., второй уровень. Что еще я вам должна рассказать? Итак, мы продолжаем жить в этом мире, но в то же время знаем о существовании других миров. Вы понимаете? Потому что мы путешествуем. Так делаете и вы, гражданин Америки или любой другой страны мира, когда переезжаете из страны в страну просто для того, чтобы узнать, как выглядят соседние страны. Думаю, что многие из вас, сидящих здесь, в ООН, не коренные американцы, не так ли? Да. Так что вы уже об этом знаете. Для того, чтобы понять, мы можем отправиться на другую планету или же на следующий уровень сознания. Но здесь расстояния такие огромные, что нам не одолеть их ни пешком, ни на ракете, ни даже на НЛО.

Есть миры настолько огромные, что их нельзя пересечь на НЛО. НЛО! Неопознанный объект, да-да, летающий объект, да! Но мы обладаем способностью перемещаться быстрее, чем любой НЛО. Эта способность — наша собственная душа. Иногда мы называем ее духом. Мы можем парить, передвигаться с ее помощью без горючего, там, где нет полиции, нет пробок на дорогах, нет ничего вообще. И нет нужды беспокоиться, что однажды арабы перестанут продавать нам нефть [Смех], потому что нашей душе не нужно ничего, кроме ее самой. Она никогда не выходит из строя, за исключением тех случаев, когда мы сами хотим повредить ей, преступая законы Вселенной, нарушая гармонию небес и земли. Но всего этого можно избежать без особых усилий. Мы расскажем вам как, если вы хотите знать. Например, без лишних слов, хорошо? Я не проповедник. Не беспокойтесь. Я не зову вас в церковь. Просто к примеру.

Во Вселенной есть некоторые законы, которые мы должны знать так же, как мы должны знать правила уличного движения, когда садимся за руль. Красный свет — вы останавливаетесь, зеленый — можно ехать; поворот налево, поворот направо и т.д. ..., шоссе, допустимая скорость... Есть простые законы Вселенной, физического мира. Вы понимаете? За пределами нашего мира, за пределами этой физической Вселенной нет законов, вообще нет законов. Мы свободны, свободные граждане, но для того, чтобы добраться до этой свободы, пока мы живём в этом мире облеченные в плоть, мы должны придерживаться его законов настолько, насколько это возможно, чтобы избежать неприятностей. Тогда мы не повредим свои летательные аппараты и сможем летать быстрее, выше, без проблем.

Законы эти содержатся в Священных Писаниях христиан, буддистов и индуистов. Они очень просты и говорят о том, что мы не должны вредить ближнему своему, не должны убивать: **"не убий"**, **"не прелюбодействуй"**, **"не укради"** и т.д. Не пользоваться возбуждающими средствами, содержащими наркотики. Наверное, Будда знал, что в 20-м веке мы изобретем кокаин и ему подобное, поэтому он запретил наркотики. Наркотики дают ощущение приключения, риска и всего того, что заставляет наш разум еще сильнее привязываться к физическим удовольствиям и забывать о путешествии духа. Если мы хотим летать быстро, высоко и безопасно, то нам нужно знать законы материального мира, так же, как необходимо соблюдение законов физики при запуске ракеты. Это понятно? Итак, какими же мы должны быть осторожными, если хотим летать выше ракет, быстрее, чем НЛО! Но есть и другие вопросы, на которые нам предстоит ответить, если вас заинтересует то, о чем я говорила. И мы ответим на них во время вашего Посвящения. А сейчас не хотелось бы утомлять вас повторением всех тех правил, которые уже давно и хорошо вам известны. Вы скажете: "Это я знаю. Я читал их в Библии. Десять заповедей, верно? Десять наставлений".

Действительно, многие из нас читали десять заповедей, но не задумывались над ними глубоко и не очень их понимали. А, может быть, мы и хотели понять..., но так, как нам удобнее, а не так, как есть на самом деле. Поэтому, не помешает иногда напомнить себе их смысл или снова выслушать того, кто понимает их чуть глубже. Например, в Библии в Ветхом Завете на первой странице Господь говорит Адаму: **"...и наполняйте землю, и обладайте ею, и владычествуйте над рыбами морскими, и над птицами небесными, и над всяким животным, пресмыкающимся по земле"**. И потом сказал, что дал Он всякую пищу животным, каждому свою. Но Он не говорил человеку их есть. Нет! И сказал Господь: **"Я дал вам всякую траву сеющую семя, какая есть на всей земле, и всякое дерево, у которого плод древесный, сеющий семя: вам сие будет в пищу"** Но, мало кто из людей обращает на это внимание. И большинство из тех, кто следует Библии, продолжает есть плоть, как видно, не понимая того, что поистине подразумевал Господь.

Если мы обратимся к более глубоким научным исследованиям, то убедимся, что мы не должны есть плоть. Наш организм, наш кишечник, наш желудок, наши зубы — все очень искусно приспособлено к веганской пище, и только к ней. Неудивительно, что большинство людей болеет, быстро стареет, утомляется, становится вялым, тогда как от рождения они были наделены блестящими интеллектуальными способностями. Но с каждым днем они тускнеют, и чем старше становится человек, тем хуже он себя чувствует. Все это происходит оттого, что мы портим свои средства передвижения, свои летательные аппараты, свои НЛЮ. Если у вас есть желание пользоваться ими дольше и чувствовать себя в безопасности, то вам следует заботиться о них должным образом. Например, у вас есть машина... Вам это хорошо известно, вы все водите машины... Если вы залете в бак не тот бензин, что произойдет? Машина, возможно, проедет несколько метров и остановится. И вы не станете ее винить. Ведь, это ваша ошибка, просто по ошибке вы взяли не то горючее. Или, если в бензине была вода, наверное,

машина сможет ехать некоторое время, но не без проблем. Не так ли? Если у нас грязная смазка, и мы ее не поменяли, то машина сможет ехать, но не обойдется без неприятностей. Иногда она может взорваться только потому, что мы не ухаживали за ней как следует, верно?

Наше тело — это тоже средство передвижения, которое мы можем использовать, чтобы перенестись отсюда в вечность, на очень высокий уровень искушенной мудрости. Но частенько мы портим его и не используем по назначению... Например, наша машина должна проехать много миль, чтобы доставить нас в офис или к друзьям, или просто порадовать путешествием по местам с чудными пейзажами. Но мы не ухаживали за ней, залили неподходящий бензин или не проверили масло, не проследили за баком с водой, словом, все сделали не так. И она едет медленно, не может уехать далеко. А в результате — мы просто катаемся по кругу на лужайке возле своего дома или на заднем дворе. Это, конечно, тоже хорошо. Вы понимаете? Но мы не делаем того, ради чего была куплена машина. Мы просто зря тратим деньги, время и энергию, не более. Некого винить, никакая полиция вас за это не оштрафует. Просто вы, по сути, лишились машины, выбросили свои деньги на ветер, тогда как могли бы уехать очень далеко и увидеть множество интересных вещей, насладиться разнообразными пейзажами.

Именно так обстоит дело и с нашим телом. Мы можем жить в этом мире, но нам нужно помнить, что внутри нашей материальной плоти есть нечто, позволяющее выйти за ее пределы. Точно так же поступает астронавт, летящий в ракете. Он должен тщательно следить за соблюдением законов физики, чтобы перелет был безопасным и быстрым. Но важна не сама ракета, а человек внутри нее. Ракета просто несет его к цели. Но она, как вы понимаете, не основной объект, главное — астронавт и цель полета... А если бы он использовал ее только для того, чтобы облететь Лонг-Айленд, то это тоже было бы пустой тратой времени. Понимаете? Растратой государственных средств.

Наше тело — большая ценность, потому что внутри него Мастер. В Библии говорится: **"Знаешь ли ты, что ты храм Божий, и Всемогущий Бог живет в тебе..."**; Святой Дух — это то же самое, то же самое. Если мы — вместилище Святого Духа и Всемогущего Господа, понимаете ли вы, какая это ответственность, какая огромная значимость! Но многие люди читают эти слова бегло, не вникая, не осознавая величия этого изречения и не делая выводов. Поэтому мои ученики и следуют моему учению, так как благодаря ему они узнают, кто находится внутри них и что лежит за пределами этого мира, вдали от нашей ежедневной борьбы, заработков, забастовок и тому подобных материальных проблем. Внутри нас больше красоты, свободы, мудрости. И нам стоит узнать верный путь для того, чтобы соприкоснуться с ними, потому что все они наши, все они внутри нас. Просто мы не знаем, где ключ, мы давно закрыли эту дверь и забыли, что обладаем бесценными сокровищами. Вот и все. А так называемый Учитель — это тот, кто может помочь открыть дверь и показать то, что принадлежало нам изначально. Но необходимо запастись терпением, войти и тщательно осмотреть каждый предмет, которым мы обладаем.

Итак, мы побывали на Втором Уровне. Стоит ли идти дальше? [Да! Да! — отвечает аудитория] Вы хотите узнать все, ничего не делая? [Учитель смеется] Хорошо. В конце концов, человек, побывавший в другой стране, может рассказать вам, как она выглядит, даже если вы там и не бывали. Верно? По крайней мере, вам интересно, может быть, вы захотите там побывать. О.К. Итак, что есть за Вторым Миром. Я еще не все рассказала вам о нем, но вы понимаете, что мы не можем сидеть здесь целый день. Итак, после Второго у вас появится больше возможностей. Если вы полны решимости и усердно трудитесь, то сможете перейти на Третий Уровень.

Так называемый Третий Мир — это более высокая ступень. Тот, кто переходит в Третий Мир, должен полностью очиститься, по крайней мере, от всех долгов этого мира. Вам по-

нятно? Если мы должны что-то властелину этого материального мира, мы не сможем подняться выше. Так, если вы преступили законы какого-то государства, вы под следствием и не можете пересечь границы другого государства. Долг этому миру состоит из множества проступков, совершенных нами в прошлом, совершаемых в настоящем и тех, которые мы, быть может, совершим в будущем, во время нашего физического существования. От всего этого нужно освободиться, пройти через таможенную, перед тем, как сможем перейти в запредельный мир. На Втором Уровне мы начинаем действовать, понимаете, освобождаться от всех пережитков кармы прошлых жизней. Ведь без кармы прошлых жизней мы не смогли бы существовать в нашей теперешней жизни.

Учителей можно разделить на две категории. Одни — не имеют кармы, но могут заимствовать ее для того, чтобы снизойти к нам; другие — подобны нам, рядовые существа, но с очищенной кармой. Поэтому, каждый может в перспективе стать Учителем, претендовать на роль Учителя в будущем. Иногда Учителя спускаются к нам из высшего мира, беря для этого карму на время. Не странно ли это звучит: "Заимствовать карму"? [Учитель смеется] Это возможно. Да, возможно. Представьте, например, что вы уже спускались сюда раньше, бывали здесь до этого. Представили? И вы сталкиваетесь и общаетесь со множеством людей на протяжении многих веков и тысячелетий. А потом вы вновь возвращаетесь на небеса, в своё постоянное жилище, которое где-то очень высоко, по крайней мере, на Пятом Уровне. Пятый Уровень — это и есть обитель Учителя, однако над ним тоже много уровней.

Если вы захотите вернуться, например, из сострадания или с поручением Всевышнего, то вам придется спуститься вниз. Благодаря родству с людьми в прошлом, вы можете взять на время чей-нибудь долг или, что то же самое — карму. Вы берете на себя только долги, а все прекрасное оставляете людям. Взяв на себя долг, вы затем выплачиваете его (понятно ли это?), постепенно искупаете грехи за счет своей духовной

энергии, пока полностью не выполните своего предназначения в этом мире. Как мы видим, есть Учителя разных категорий. Есть среди них и выходцы непосредственно из этого мира, они стали Учителями здесь, в результате длительных упражнений, это похоже на получение ученой степени. Действительно. Точно так же в университете есть профессора и есть студенты, которые заканчивают университет и потом становятся профессорами. Понятно? Есть профессора с очень большим стажем и новоиспеченные профессора. Так же точно можно говорить и об Учителях.

Далее, если мы хотим попасть в Третий Мир, то мы должны быть чисты от любых следов кармы. Карма — это закон: **"Что посеешь, то и пожнешь"**. Подобно тому, как, посеяв семена апельсина, мы получаем апельсины, а посеяв семечки яблока — яблоки; все это, в некотором роде, тоже карма. Это термин из санскрита для обозначения дел и воздаяний по ним. В Библии ничего не говорится о карме, но в ней есть слова **"Что посеешь, то и пожнешь"**, имеющие тот же смысл.

Библия — это слово Учителя в сокращенной форме; о жизни Учителя мы тоже знаем не все. В Библии ведь не очень много разъяснений. Многие из вариантов Библии подвергались цензуре, подгонялись к требованиям лидеров различных движений, причем, далеко не всегда это были люди одухотворенные. Ведь вы знаете, что, с какой стороны ни посмотри, все продается и покупается. С какой стороны ни взгляни на жизнь — везде увидишь торговцев. Настоящая же, подлинная Библия, как мы знаем, на самом деле другая, более объемная, более точная и понятная. Так или иначе, поскольку мы не можем этого доказать, не будем и говорить об этом, чтобы нас не обвинили в богохульстве. Мы должны утверждать лишь то, что можем доказать.

Может возникнуть вопрос: "Вы тут говорите о Втором, Третьем и Четвертом Мирах, а как вы можете это доказать?" Я могу доказать! Если вы пойдете вместе со мной, по тому же самому

пути, вы увидите то же, что и я. Понятно? Если же вы не пойдете, я ничего не смогу вам доказать. Разумеется. Без всякого сомнения, я беру на себя смелость говорить об этих вещах только потому, что они доказаны. Мы доказали это с сотнями тысяч учеников по всему миру. Мы говорим только о том, в чем уверены. Например, мы отправились... Но вы должны пойти со мной, вы должны пойти. Вы не можете попросить: "Сходи за меня, а потом обо всем расскажи и все мне покажи". Я так не могу.

Например, я не была в этом зале ООН. Тогда, сколько бы вы мне его не описывали, я все равно не смогу его ощутить. Правильно? Итак, нам нужно отправиться в путь с каким-либо опытным проводником. В этом зале присутствует несколько моих учеников разных национальностей. Они уже испытали на себе кое-что из того, о чем я вам рассказывала; кто-то — лишь частично, а кто-то — и в полной мере. Да. Да. Третий Мир — это далеко не конец. Я описала лишь в общих чертах. Это похоже на рассказ о путешествии, в котором кратко и не очень подробно изложены основные факты. Чтение книги о какой-нибудь стране не заменит собственных впечатлений о ней. Верно? Сколько бы мы не читали книг о путешествиях, о заморских странах, мы все равно предпочитаем побывать там сами. Не так ли?

Мы знаем об Испании и Тенерифе, о Греции лишь по книгам и кинофильмам. Но только отправившись туда и ощутив на себе всю прелесть пребывания там, отведав местной пищи и искупавшись в восхитительной морской воде, насладившись прекрасной погодой, дружелюбием местных жителей и всеми аспектами местной атмосферы, можно получить полное представление об этих странах.

Теперь предположим, что вы кое-как познакомились с Третьим Миром, и настала очередь следующего. Конечно же, вам хочется выше, дальше, на Четвертый. Но этот мир и вовсе необычен. Говорить на обычном языке мирянам об этом уровне

мы не осмелимся из боязни оскорбить его Владыку. Ведь этот мир несказанно прекрасен, несмотря даже на то, что в некоторых частях своих он темен, темнее, чем было бы в Нью-Йорке ночью, если выключить все огни. Вам когда-либо приходилось видеть целый город ночью без света? Да! Так вот, там значительно темнее. Гораздо темнее, пока мы не достигнем Света. Что-то вроде запретного города. Пока мы не познали Бога, проход для нас закрыт. Но с Учителем, с опытным Учителем, мы можем пройти сквозь него, иначе же мы заблудимся в том мире.

Когда мы переходим на разные уровни... в разные плоскости бытия, мы меняемся не только духовно, но и физически, меняемся интеллектуально, меняется все в нашей жизни. Мы начинаем иначе смотреть на мир, иначе двигаться, иначе работать. Даже наша ежедневная работа приобретает новый смысл, и мы теперь понимаем, почему делаем что-то так, а не иначе, почему должны выполнять эту работу, а не какую-то другую. Мы понимаем цель своей жизни и больше не беспокоимся и не волнуемся попусту, но ждем терпеливо и покорно, пока закончится наша миссия на земле, потому что отныне знаем, куда уйдем. Еще продолжая жить, мы уже готовы к этому. Вот, что называется "смерть при жизни". Да, да! Я полагаю, что некоторые из вас уже слышали ранее подобные термины, но я не знаю, есть ли Учитель, который смог бы объяснить это иначе, другими словами. [Учитель смеется] Просто, чтобы понять все это, нужно самому не на словах, а на деле ощутить истинную радость внутреннего видения. Можно ли описать.. например, автомобиль «Мерседес Бенц» по-новому? Автомобиль остается автомобилем, и все люди, знающие о нем, имеющие его, будут, разумеется, описывать его одинаково, в тех же выражениях. Хотя, конечно, это будет лишь описание, а не сам «Мерседес».

Я говорю с вами самым простым языком о необыкновенных вещах, но понять это можно лишь испытав все самому, усердно работая, искренне веря и прибегнув к помощи опытного проводника. Так будет безопаснее. Может быть, одному из

миллиона и посчастливится пройти этот путь самому, но это опасно, рискованно и нет гарантии успеха. В прошлом некоторым людям, например, Сведенборгу, удалось сделать это; полагают, что Гурджиев тоже смог пройти весь путь в одиночку. Но, общаясь с некоторыми из таких людей, я не раз убеждалась, что весь их труд был небезопасным и полным неожиданностей. Далеко не все из них достигли высшего уровня.

Наконец, вы переходите на более высокий уровень, после Четвертого поднимаетесь выше. Обитель Учителя — это Пятый Уровень, все Учителя приходят оттуда. Даже если их уровень выше Пятого, они остаются там. Там их приют... Бог многолик, и не все его проявления доступны для понимания... Я боюсь запутать вас, поэтому, может быть, в другой раз, может после Посвящения я расскажу вам... Вы будете более подготовлены, и я поведаю вам об огромной силе вашего воображения. И о том, как иногда оно играет с вами злую шутку, искажая чистоту Божьего лика.

Теперь я жду ваших вопросов, ведь они должны были возникнуть. А может, если я слишком вам надоела, дождусь того, что вы выставите меня за дверь? [Учитель смеется] Тогда и я была бы рада уйти. Итак, вопросы? Пожалуйста. Да, да. Пожалуйста, подождите. Все будет в порядке. Нет, нет. Пожалуйста, подождите, вам дадут микрофон, чтобы люди могли слышать, что вы говорите.

## Вопросы и ответы после лекции

**Вопрос:** Вы упоминали о том, что Учитель может заимствовать карму других людей. В таком случае их карма очищается. Какие это будет иметь последствия для людей?

**Учитель:** Да, да, да. О! Учитель может очистить карму любого человека. Если он выберет такой путь. На самом деле карма прошлого всех учеников в момент Посвящения должна быть очищена. Я оставляю вам только карму настоящего, чтобы вы могли продолжать жить своей жизнью, иначе вы умрете в тот

же миг. Если у вас нет кармы, вы не сможете здесь жить. Поэтому Учитель должен освобождать только от бремени кармы прошлого, делая человека просветленным и оставляя ему немного кармы для продолжения жизненного пути, для того, чтобы он выполнил свое предназначение в этом мире. После этого ученик совершенствуется, только так он может продолжить свой путь, как же иначе? Даже если в этой жизни он очистился самостоятельно, то насколько очистился? Без помощи Учителя он не сможет избавиться от кармы прошлых жизней, понятно? Да. О.К.

**В.:** Спасибо.

**У.:** Не стоит благодарности. Очень интересный вопрос. Я думаю, вы были очень внимательны. Еще вопросы? Пожалуйста.

**В.:** Какова цель вашей деятельности?

**У.:** Какова цель? Разве я еще вам об этом не сказала? Выйти за пределы этого мира, вернуться в Царство Божие, познать мудрость и стать лучше даже в этой жизни.

**В.:** Во всех ли царствах существует карма?

**У.:** Хм, нет, не во всех, только до Второго, поскольку наш разум, наш мозг, этот компьютер, был создан на Втором Уровне. Пусть мы спускаемся вниз, переходя с высоких уровней все ниже и ниже, до уровня материи, предположим, для того, чтобы выполнить какую-то работу. Пусть так? Даже Учитель спускается с Пятого Уровня до материального мира. При этом он должен пройти через Второй Уровень и взять здесь компьютер, чтобы работать в нашем мире, включить его. Так же поступает водолаз, ныряющий в море. Он должен подготовить маску, кислород и все остальное. Надев акваланг, водолазный костюм, он становится похож на лягушку, хотя на самом деле не выглядит так нелепо. То же происходит и с нами, когда мы вынуждены использовать свой компьютер и одежды материального мира. Они сковывают наши движения. Без них мы прекрасны и совершенны. Вы думаете, может быть, что сейчас вы прекрасны, но знаете ли вы, как уродлива эта красота по сравнению с той, которой вы обладаете в действительности? И

все из-за этих приспособлений, которые нужно надевать, чтобы погрузиться глубже в этот мир и трудиться. Поэтому, проходя Второй Уровень и поднимаясь выше, мы должны оставить свой компьютер здесь, больше он нам не понадобится. Так же поступает водолаз, когда выходит на берег и сбрасывает маску, кислородный баллон и все, что помогало ему нырять, да-да, и он становится самим собой. Да? Прекрасно! Да, продолжим, если вы хотите. Здесь, здесь. К сожалению, у нас только один микрофон.

**В.:** Спасибо, спасибо, Учитель. Вы сказали, что в конце Второго Мира, перед тем, как подняться выше, вы оставляете всю вашу карму позади, иными словами, вы должны растворить или очистить всю свою карму. Относится ли это и к карме всех прошлых жизней, с которой вы пришли в эту жизнь?

**У.:** Да. Потому что больше нет компьютера, нет запоминающего устройства. Мы имеем карму до тех пор, пока у нас есть этот компьютер, разум, мозг, который предназначен для запоминания опыта жизни в физическом мире. Вот в чем причина. Плохо ли, хорошо ли, но мы регистрируем информацию. Вот, что мы называем кармой. Что такое карма? Обычный опыт, хороший или плохой, наша реакция, наши знания, приобретенные опытным путем в течение многих жизней. И поскольку у нас есть так называемая совесть, мы понимаем, что должны поступать хорошо и что иногда поступаем плохо. Поэтому мы называем это кармой. А плохие поступки обременяют нас, как ненужный мусор, тяжелый багаж, по закону притяжения мы опускаемся, и нам труднее покорить вершину. Понимаете? Существование множества этических норм в этом мире, разнообразных правил, традиций, обычаев у разных наций удерживает нас в рамках так называемых концепций добра и зла, вины и невинности. Поэтому, контактируя с людьми этого мира, мы приобретаем опыт добра и зла, вины и невинности согласно традициям, обычаям определенной нации, законам этой нации. Понимаете? И для нас становится привычным так думать. Мы что-то сделали и знаем, что виновны... сделали еще что-то и называем себя плохим человеком. И все это в нас

регистрируется. Вот что заставляет нас перерождаться и оставаться в пределах физического мира или чуть выше. Но не достаточно высоко. Мы не, не..., мы недостаточно свободны. В нас недостаточно легкости, чтобы подняться выше. Вы понимаете? Из-за всех этих убеждений... преубеждений.

**В.:** Верно ли, что нам предопределено, рождаясь вновь, в каждой новой жизни оказываться на определенном уровне?

**У.:** Нет, у нас есть свобода выбора двигаться быстрее или медленнее. Да. Например, ваша машина. Вы заправили сто литров бензина. Не знаю, сколько нужно на самом деле. Я не умею водить машину. Но на ней вы можете доехать быстрее, да, и быстрее прибудете на место, а можете ехать медленно. Конечно. Это зависит от вас. Да.

**У.:** Джентльмен, возле двери. Или вы хотите еще что-то спросить, да? Нет?

**В.:** Видите ли, я просто хотел узнать... ангелы, каков их уровень?

**У.:** Каков их уровень? О! Это зависит от того, о каких ангелах речь?

**В.:** Ангелы-хранители.

**У.:** Как?

**В.:** Ангелы-хранители.

**У.:** Ах! Ангелы-хранители, они могут быть до Второго Уровня включительно. Ангелы ниже людей, их престиж меньше. Они для того, чтобы нам служить.

**В.:** И они никогда не поднимаются выше?

**У.:** Нет! За исключением тех случаев, когда им удастся стать людьми. Все они очень завидуют людям, потому что люди — обитель Бога. У нас есть все условия, для того, чтобы быть на равных с Богом, у ангелов — нет. Это сложно. Я поговорю с вами в другой раз. Хорошо! Они созданы для нашего пользования, к тому же, видите ли, ангелы бывают разные. Да. Например, если что-то создано Богом, то оно создано, чтобы служить нам, вы понимаете? И им не следует... они не должны

подниматься выше. Понимаете? Но они могли бы, конечно. Иногда приходится создавать что-то, не способное совершенствоваться. Вы понимаете? Например, у вас дома есть вещи, сделанные вами для удобства, вы понимаете? Даже если это трудно вообразить. Например, вы сидите здесь, но можете выключать и включать свет во всем своем доме или в саду, выключать и включать телевизор благодаря собственному изобретению, но оно предназначено только для того, чтобы служить вам. Потому, что даже если оно лучше вас по некоторым признакам, а именно, может контролировать все, оставаясь на месте (что вам, как человеку, не под силу), то это еще не означает, что оно лучше вас. Понимаете? Оно создано с единственной целью — служить вам. Даже если оно совершеннее вас, все равно вы — лучше. О.К.! Оно никогда не сможет стать человеком, это всего лишь приспособление, компьютер.

**У.:** Да, да, сэр, вы, пожалуйста.

**В.:** Учитель Чинг Хай, я хотел бы узнать... раз уж мы сейчас во плоти... возможно ли, что мы, будучи ранее свободными от этой плоти, опустились ниже? В прошлом мы всегда пребывали в этом состоянии, или нам приходилось бывать в лучших, или же только в этом состоянии? Что является хорошим состоянием или предрасположенностью для быстрого продвижения вперед?

**У.:** Оставить тело и двигаться вперед. Да, мы можем, если знаем как. Существует много различных методов, позволяющих оставить тело позади и отправиться за пределы этого мира. Одни уходят далеко, некоторые — очень далеко, другие доходят до конца. Об этом я могу судить на основании сравнений результатов моих различных исследований со времен моей молодости. Даже хотя я сейчас по-прежнему выгляжу молодой, как вам известно, моя молодость уже прошла. Наш метод здесь является наилучшим, да! Он ведет дальше всех, дальше всех, до самого конца. Существует и много других методов; если вы решитесь испытать это, у вас будет возможность выбирать. В вашем распоряжении много методов, некоторые из них ведут в Астральный Мир, некоторые — в более

удаленные... Третий или Четвертый, но лишь немногие могут довести до Пятого, да. Итак, наш метод, наша практика должна привести вас на Пятый Уровень еще до того, как мы вас освободим. Понимаете? Позволим вам идти самостоятельно. И уже по ту сторону от него мы сможем приблизиться к различным проявлениям Бога, выше Пятого Уровня, но это не всегда доставляет удовольствие, да. Нам всегда кажется, что чем выше, тем лучше: это не всегда верно. Например, нам удалось войти в прекрасный дворец, и нас пригласили в гостиную хозяина. Нас усадили там, подали прохладительные напитки, превосходные блюда и все остальное. А потом нам пришлось в голову, что мы должны пройти в дом чуточку глубже, посмотреть. И ваше рискованное предприятие может закончиться тем, что вы найдете обычный мусорник или много других подобных мест в доме. Это не всегда важно. Верно? Мы можем попасть так же и в распределительную будку, если зайдём в подсобное помещение позади дома, в надстройку, и нас ударит током, тогда мы умрем. Поэтому не всегда рекомендуется или не всегда необходимо проникать в глубину, хотя мы и могли бы это сделать в поисках приключений. Ясно? О.К.

**В.:** Учитель Чанг Хай, у меня два вопроса. Первый — из какого мира приходят воспоминания о прошлых жизнях, если бы вам нужно было вспомнить прошлые жизни. И второй — какое отношение имеют прошлые жизни к карме?

**У.:** К вашему настоящему, правильно? К вашей карме?

**В.:** К существующей карме и к существующему пониманию? Являются ли они частью излишнего багажа?

**У.:** Да, да. Они очень сильно связаны. Первый вопрос — откуда приходит карма прошлого?

**В.:** Воспоминания о прошлых жизнях. Да.

**У.:** Вы способны читать летопись прошлых жизней, вне всяких сомнений. Летописи прошлых жизней, как я уже говорила, сохраняются в Хрониках Акаши. Да. И это что-то вроде библиотеки Второго Мира, которая поступает в распоряжение любого, кто может туда подняться. Не каждый может прийти в библиотеку ООН и быть допущенным к ней. Но я могу, на-

пример, сегодня, потому что меня пригласили читать лекцию в ООН. Верно? Не каждый может войти, но вы можете, потому что вы здесь вроде завсегдаев. Точно так же, когда мы получаем доступ во Второй Мир, мы можем читать прошлые жизни, да! Когда мы входим в Первый Мир, в определенную его часть, у нас тоже могут быть мимолетные видения из чьих-то прошлых жизней. Но это несовершенные и неоконченные воспоминания. Какое отношение имеет опыт прошлых жизней к существующей карме? Можно сказать, что это тот жизненный опыт, который мы приобрели, чтобы справиться с настоящим. Вы понимаете? То, что вы усвоили в прошлом, вы применяете на практике в течение своей теперешней жизни. Точно так же некоторые неприятные впечатления из прошлого могут заставить вас испугаться, если вы увидите какой-то знак, сильно напоминающий что-то из прошлой жизни... Например, если в прошлой жизни... вы упали с лестницы, да, несчастный случай, потом сильно ударились в темноте, и некому было помочь. И теперь, если вы спускаетесь по лестнице, вам немного не по себе, особенно, если она высоко, а внизу темно; вы почувствуете что-то вроде внутренней борьбы: идти или не идти. Или если в прошлой жизни вам уже приходилось глубоко изучать и исследовать какую-то область науки. В этой жизни вы по-прежнему будете интересоваться... интересоваться... Это у меня из-за китайского язык заплетается. [Смеется] Прошу прощения. Достаточно ли понятно я говорю по-английски? Да? [Аудитория: Да] О.К. Благодарю вас. Итак, вас по-прежнему... Вы чувствуете что-то вроде тяги к научным исследованиям, даже если сейчас вы не ученый. И тому подобные вещи. Вот почему Моцарт был так гениален уже в четыре года. Он сразу же занялся игрой на пианино, стал знаменит, и остается известным по сей день. Не так ли? Он стал гением потому, что много упражнялся в течение других жизней, пока не сделался виртуозом, но после этого он умер. Понимаете? До того как он достиг вершины совершенства, он умирал не один раз, но его не удовлетворяло, что он должен уйти просто так... бросить карьеру; ведь он очень любил музыку. Поэтому он возвращался, и весь его накопленный опыт прошлого музыкального та-

ланта возвращался к нему, т.к. у него было сильное желание продолжать, когда он умирал. Понимаете? А некоторые из таких людей узнают много полезного, побывав в Астральном Мире или во Втором Мире до того, как родиться вновь в этом мире. Поэтому у них фантастические способности к науке или музыке, к литературе, или к различным изобретениям, о которых другие люди не знают. Понимаете, к таким удивительным изобретениям, которые понятны другим людям, и к изобретениям, о которых другие люди не могут даже мечтать. Ясно? Потому что они видели их, они изучили их. Отсюда следует, что узнать все можно двумя способами: либо в этом мире, либо в запредельном мире. Люди талантливые и люди выдающиеся, подобно гениям, все они — специалисты из иных миров, например, из Астрального Мира, из Второго Мира... иногда из Третьего Мира, если они решают вернуться. Да? Они превосходны. Они — гении. О.К.? Да?

**В.:** Что конкретно включает в себя ваше Посвящение и в чем заключается ежедневная практика после Посвящения?

**У.:** Хорошо. Да. Прежде всего, все это бесплатно и не предполагает никаких обязательств, разве что вы должны обязывать себя самого, если хотите продвигаться дальше. Хммм? Итак, условия — не требуется никакого опыта. Да. Не нужны предварительные знания о какой бы то ни было йоге или медитации. Но вы должны связать себя обязательством пожизненной веганской диеты. Никаких яиц. Можно все, что не относится к убийству. Яйца — потому что они также подразумевают "полуубийство", даже если они, как бы это сказать, бесплодны. Кроме того, они имеют одну особенность — тенденцию притягивать отрицательную энергию. Как вам известно, именно поэтому многие люди, занимающиеся черной и белой магией, или многие, связанные с колдовством — так называемые колдуны, используют яйца для изгнания некоторых существ из одержимых людей. Вам это известно или нет? [Некоторые отвечают: Да] Известно? О, это удивительно! По крайней мере, у меня для вас есть прямое доказательство, если не немедленное прозрение. [Смех в зале] И после Посвяще-

ния... во время Посвящения вы почувствуете Свет и Звучание Бога. Верно? Музыка Духа, она унесет вас на высшие уровни сознания. Вы узнаете вкус Самадхи — глубокую умиротворенность и радость. Да. И после этого вы будете продолжать занятия дома, если вы настроены серьезно. Если же нет, то я не буду подталкивать вас и не буду вам больше надоедать. Если вы продолжаете и хотите, чтобы я вам помогала, тогда я буду продолжать. Если нет... видите ли, это зависит от вас. И два с половиной часа в день занятий медитацией. Просыпайтесь рано утром. Перед тем как лечь спать, медитируйте два часа; и около получаса во время ленча. Если бы я сейчас с вами здесь не разговаривала, у вас бы был целый час на ленч. Вы могли бы уединиться где-нибудь и медитировать. Вот вам уже целый час. Да? А вечером еще час или полчаса. Утром встаньте на час раньше. Приведите в порядок свою жизнь, это значит — меньше телевизора, меньше болтовни, меньше телефонных разговоров, меньше газет, тогда у вас будет уйма свободного времени. Да, в действительности у нас много свободного времени, но часто мы теряем его впустую. Все равно, что катаемся на машине на заднем дворе, вместо того, чтобы поехать на Лонг-Айленд, да. Вас удовлетворил мой ответ? Или...? [Спрашивающий: Да!] Да, и это все. Никаких условий, ничего, кроме добровольного обязательства всю жизнь продолжать занятия. И каждый день будет приносить различные перемены к лучшему, разные чудеса в вашу жизнь, не зависимо от вашего желания. Это обязательно произойдет. Понимаете? И тогда вы непосредственно ощутите, что такое рай на земле, если вы действительно серьезно настроены. Многие сотни тысяч наших учеников продолжают упорно трудиться, придерживаясь моего учения в течение многих лет, чувствуют себя все лучше и лучше, потому что настроены серьезно и настойчиво практикуются.

**У.:** Хммм. Да, пожалуйста. Да, перед вами или прямо за вами. Джентльмен первый. [Учитель смеется]

**В.:** Пожалуйста, объясните природу сознания.

**У.:** Природу сознания, хорошо. Это трудно объяснить, но вы бы смогли представить, воспользовавшись своим воображением. Это вид мудрости, видите ли, словно вы что-то знаете лучше, чем когда-либо ранее. Да, вы знаете нечто, выходящее за пределы этого мира, и знаете что-то в этом мире, чего раньше не знали, и понимаете много такого, чего не могли понять или не понимали раньше.

Это и есть сознание. Верно также и то, что открыв свое сознание, или так называемую мудрость, вы сможете понять, кто вы, зачем вы здесь, и что еще есть за пределами этого мира, и кто еще существует помимо наших земных граждан. Понимаете? Рассказать можно о многом. Итак, уровень сознания соответствует разным степеням понимания, точно так же, как при окончании колледжа. Чем больше вы учитесь, тем больше знаете, получая ученую степень. Вас удовлетворил мой ответ? Трудно объяснять абстрактные понятия, но я попыталась. Это разновидность осведомленности. Видите ли, трудно объяснить, что такое осведомленность. Когда вы поднимаетесь на другие, более высокие уровни сознания, ваша осведомленность меняется. Вы иначе понимаете, по-другому чувствуете. Вы ощущаете абсолютный покой, умиротворение, блаженство. Вас не мучает беспокойство, и все в вашей ежедневной жизни становится ясным. Вы знаете, как наладить жизнь и проще разбраться с проблемами. А? Это дает преимущества даже в материальной сфере. А что вы чувствуете внутри, знаете только вы сами. Такие вещи трудно объяснить. Все равно, что вы женились на девушке, которую любите; что вы чувствуете — известно только вам. Хммм? Никто другой не может почувствовать это за вас. Да.

**В.:** Уважаемый Учитель, позвольте поблагодарить вас за то, что поделились с нами своей проникательностью. Мне хотелось бы узнать, не могли бы вы ответить на возникший в моем сознании вопрос. Почему в наши дни так много Учителей на земле старается дать нам возможность быстро всему научиться-

ся, тогда как в прошлом это было так трудно? Вы могли бы это объяснить?

**У.:** Да, конечно. Потому что в наше время улучшилось сообщение. Поэтому мы больше знаем об Учителях, но это не значит, что в прошлом Учителей не существовало или они были недоступными. Конечно, верно и то, что некоторые Учителя более доступны, чем другие. Это зависит от его выбора или готовности отдавать и, в большой степени, от его близости с людьми. Но все-таки в каждом веке всегда есть один, два, три, четыре, пять Учителей. В зависимости от потребностей времени. Просто мы лучше осведомлены о существовании разных Учителей, Учителей разного уровня, потому что в наше время, к счастью, есть средства массовой информации, телевидение, радиовещание, книги, которые издаются миллионными тиражами, тысячами миллионов экземпляров в кратчайшие сроки. Да. В былые времена для того, чтобы напечатать книгу, сначала нужно было срубить целое дерево, обтесать его очень примитивным топором, который быстро приходил в негодность и не мог быть использован повторно, и потом полировать его камнями и всем, что имелось под рукой, и вырезать каждое слово. А для того, чтобы перенести весь комплект Библии, требовался целый процесс. Вы понимаете? Огромные грузовики, если бы они существовали в те времена. Вот почему нам известны многие Учителя. Вы понимаете? Да, это большая удача, тем лучше для вас... Вы можете присмотреться и выбрать то, что пожелаете. Никто не сможет обмануть вас и сказать: "Я — самый лучший". Вы можете сравнить и на основании жизненного опыта, руководствуясь рассудком, оценить. "Вот, этот — самый лучший" или "Тот мне больше нравится". "Он ужасно выглядит". "А тот — безобразен". [Смех]

**В.:** У меня возник вопрос. Раз уж вы заговорили о выборе, могли бы вы дать Посвящение тому, кто принял Посвящение от другого Учителя?

**У.:** Да, но только в том случае, если этот человек действительно верит, что я обладаю большими возможностями для того, чтобы проводить ее или его на более высокий уровень и

сделать это быстрее. В противном случае лучше придерживаться одного Учителя, если человек все еще чувствует сильную привязанность и питает большое доверие к нему. Если вы верите, что ваш Учитель самый лучший, не меняйте его. Если же вы все еще сомневаетесь и у вас всё ещё нет Света и Звучания, о которых я упоминала, тогда вам следует попытаться. Да, Свет и Звучание — это мерило подлинного Учителя. Если кто-то не может дать вам непосредственного Света и Звучания, он — не подлинный Учитель, жаль, что приходится это говорить. Путь на небеса оснащен Светом и Звучанием. Точно так же, если вы ныряете в море, вы должны быть экипированы кислородной маской и тому подобным. Разные вещи служат для разных целей. О.К. Вот почему вы видите сияние над святыми. Этот нимб и есть Свет.

Если вы практикуете этот метод, вы излучаете точно такой же Свет, как и тот, что нарисован на иконах с изображением Иисуса, и люди могут видеть его. Если эти люди — медиумы (вы понимаете, о чем я говорю?), они могут видеть ваш Свет. Вот почему Иисуса рисуют с нимбом, а Будду — озаренным светом. Если вы открыты, вы можете увидеть Свет вокруг практикующих высокого уровня. [Учитель указывает на свой лоб] Многие люди могут это видеть. Кто-нибудь из присутствующих видел? Вы? Что вы видели?

**В.:** Я могу видеть ауру, ауру...

**У.:** Да, но аура непохожа на Свет. Она бывает разного цвета, иногда черная, иногда кофейная, цвета кофе, а иногда желтая или красная. В зависимости от темперамента человека. Но если вы видите человека с устойчивой духовной аурой, вы сразу же замечаете различие. Верно? Да.

**В.:** У меня нет вопроса, как такового. Я просто... Я занималась Раджа-Йогой некоторое время.

**У.:** Раджа-Йога. Да.

**В.:** И мне казалось, я тоже видела ауры. Я имею в виду, в то время, у меня было немного знаний, видите ли...

**У.:** Понимаю.

**В.:** Я мало понимала.

**У.:** А теперь вы ее не видите? Только иногда видите?

**В.:** Нет, теперь я не медитирую.

**У.:** О, поэтому вы и потеряли вашу способность. Нужно снова медитировать, а?

**В.:** Да!

**У.:** Если вы все еще верите, что выбрали правильный путь, вам следует продолжать медитировать. Это поможет вам в некоторой степени. Это не повредит. Верно?

**В.:** Я прочитала в вашей листовке о том, что есть пять правил. После Посвящения нужно жить согласно этим правилам?

**У.:** Да, да, да. Это законы Вселенной.

**В.:** Я не совсем поняла, что значит сексуальная распушенность.

**У.:** Это значит, если у вас уже есть муж, пожалуйста, не думайте о другом.

**В.:** Хорошо. [Смех в зале]

**У.:** Очень просто. Будьте проще в жизни, не усложняйте и не ищите поводов для ссор и душевного волнения. Да. Это причиняет боль другим людям. Мы не должны вредить другим, даже эмоционально. Вот, что это значит. Мы должны стараться избегать конфликтов, стараться избегать причинять страдания, эмоциональные, физические, душевные, любому, и особенно нашим любимым, это все. О.К.? Если у вас уже кто-то есть, не говорите любимому. От того, что вы скажете, будет еще больнее. Просто сами не спеша во всем спокойно разберитесь и не признавайтесь ему. Иногда люди думают, что если у них имеются любовные связи и они отправятся домой и признаются во всем своей жене или мужу, то это будет очень мудро и честно. Это абсурд. Это нехорошо. Вы уже совершили ошибку, зачем же теперь приносить мусор домой и давать другим людям возможность получать от него "удовольствие"? Если человек не знает об этом, он не чувствует себя плохо. Сам факт знания ранит человека. Итак, мы должны попытаться разрешить свою проблему и не допускать ее повторения,

именно так. Лучше не рассказывать об этом партнеру, потому что это причинит ему боль, причинит боль партнеру. Да!

**В.:** Я заметил, что многие из духовных учителей обладают большим чувством юмора. Какова связь между юмором и духовной практикой?

**У.:** Да, действительно. Я считаю, что они просто чувствуют себя счастливыми, они расслабились, и ко всему относятся беззаботно. И они могут посмеяться над собой и над другими, посмеяться над нелепыми ситуациями в нашей жизни, в то время как другие люди остаются по-прежнему напряженными и все воспринимают серьезно. После того как мы с вами какое-то время позанимаемся практикой, мы сразу раскрепостимся. Понимаете, мы больше не будем чувствовать себя такими серьезными. Если мы завтра умрем, значит умрем; если мы живем, значит живем, знаете. Если мы все потеряли, значит мы все потеряли; если у нас есть все, у нас есть все. Да, после просветления у нас будет достаточно мудрости и способности позаботиться о себе в любой ситуации. Итак, мы ничем не напуганы. Мы потеряли свой страх, свое беспокойство. Это означает, что мы расслабились. Мы ощущаем себя отделенными от этого мира. Что бы мы ни приобрели, что бы мы ни потеряли — для нас это больше не имеет значения. Все, накопленное нами, предназначено только для пользы других людей (потом мы им это предложим), а также для пользы нашим близким. Иными словами, для нас перестанет быть важным, пройдя через все невзгоды и страдания, сохранить себя или свою жизнь. Если мы ее сохранили, то все в порядке. Это не означает, что мы должны весь день сидеть на подстилке с гвоздями и медитировать. Мы должны работать. Вам понятно? Например, я все еще работаю! Я рисую картины и этим зарабатываю себе на жизнь. Я ни от кого не хочу принимать денежных пожертвований. И моего заработка даже хватает для того, чтобы помогать людям. Я могу помогать беженцам, жертвам стихийных бедствий и им подобным. Почему бы нам не работать? Но у нас есть так много талантов и способностей, и жизнь после просветления так легка для нас, что мы совсем

не чувствуем необходимости беспокоиться. Вам понятно? Мы просто по-настоящему расслабились. Вот так рождается чувство юмора. Я полагаю, что это именно так. Есть ли, по-вашему, чувство юмора у меня? [Публика: Да] [Смех и аплодисменты] Да. [Учитель смеется] Тогда будем надеяться, ради вашей пользы, что вы не напрасно потратили ваше время, слушая в течение двух часов непросветленного Учителя. О.К. Есть еще вопросы?

**В.:** Учитель Чинг Хай, мой ум изнемогает под напором вопросов. И я просто задам их все, а вы можете ответить на любой из них или вообще не отвечать.

**У.:** Хорошо. Хоть сто и еще восемь.

**В.:** Это те вопросы, которые мы, люди ищущие, задаем всегда, и нас ставят в тупик теории и истории, и мне бы просто хотелось услышать, что вы можете сказать по этому поводу. Первый из них: "Кто мы? Кто я? И как я оказался в этом затруднительном положении, не зная, как вернуться Домой?" Вы понимаете, как я покинул Дом и почему так важно вернуться Домой? И вы говорили о возвращении в Пятое царство и о том, что дальше идти нет необходимости. Но если есть что-то дальше, то в чем смысл его существования? Какое отношение это имеет ко мне, если мне необязательно туда возвращаться? И тому подобные вопросы?

**У.:** Хорошо, по порядку. О.К.? Сначала я отвечу на первую группу вопросов. Итак, первая группа состояла из вопросов: "Кто вы? Почему вы здесь и почему вы должны вернуться Домой? И почему на пятый, а не на шестой?" Верно? Это просто. Просто до смешного. [Смех и аплодисменты] О.К. Возвращаясь к вопросу "Кто я?", вы можете найти и спросить одного из Учителей Дзэн, которых полно в штате Нью-Йорк. Поищите в телефонном справочнике, и вы обязательно найдете. [Смех] Это не в моей компетенции. И второй — "Почему вы здесь?" Может быть потому, что вам нравится быть здесь, а? И иначе, кто бы смог заставить нас быть здесь, раз уж мы дети Господа. Так называемые дети Бога похожи на самого Бога. Нет? Принц похож на короля, да, в чем-то, более или менее похож

на короля, или на будущего короля. Поэтому, если ему нравится где-либо находиться, он будет там оставаться. А? Так или иначе, мы свободны в своем выборе быть на небесах или где-нибудь в другом месте, чтобы испытать себя. Наверное, вы в самом начале решили остаться здесь, много веков назад, чтобы узнать что-то более опасное, понимаете, что-то пугающее. Видите ли, некоторым людям нравятся острые ощущения. Например... принц, он может оставаться во дворце, может бродить в джунглях, вы понимаете. Потому что ему по душе изучать природу. Может быть и так. А? Возможно, нам было очень скучно, скучно на небесах, потому что все подавалось в готовом виде к порогу нашего дворца, а мы хотели сами что-то сделать для себя. Как королевская семья; иногда они желают готовить сами и отсылают прислугу. Они вымажутся кетчупом и разольют повсюду масло, но им это нравится, вы понимаете? Не совсем по-королевски, но они довольны. Да, да, да. Например, меня везде подвозят. Куда бы я ни ехала, находятся желающие меня подвести. Но иногда мне хочется покататься самой. Я еду на своей маленькой трехколесной машинке, бездымной машинке, да, электрический съемный блок питания, десять миль в час, нет, десять километров в час. Я люблю так прокатиться. Да. Где бы я ни была, меня многие узнают, поэтому иногда мне хочется уехать куда-нибудь, где бы меня никто не знал. Я довольно стеснительная, за исключением тех случаев, когда мне приходится читать лекции, поскольку для меня теперь это что-то вроде обязанности, с тех пор как меня разыскали и сделали знаменитой. У меня нечасто есть возможность убежать, но иногда я все-таки убегаю, понимаете, на два-три месяца. Знаете, как избалованная жена убегает от мужа. И это мой выбор, вы понимаете? Итак, возможно вы решили побыть здесь некоторое время. И может быть сейчас настал момент, когда вы хотите уйти, потому что вы достаточно узнали об этом мире и чувствуете, что вам здесь больше не за чем оставаться, и вы устали от путешествия. Вы хотите отдохнуть. Вернитесь Домой и сначала отдохните, а потом решайте, хочется или не хочется вам снова продолжать рискованное путешествие. Хорошо? Это все, что я пока могу

сказать. А почему вы должны вернуться Домой? И почему Пятый, а не Шестой? Это зависит от вас. После Пятого вы можете идти куда угодно. Есть много уровней выше. Вы понимаете? Но просто удобнее оставаться на нейтральном уровне. Дальше, выше слишком мощные уровни, пожалуй, можно так сказать. Вы можете пойти на время, но, наверное, вам не захочется там отдыхать. Например, ваш дом прекрасен, но какая-то часть отведена для отхожего места, и вам не захочется там вечно находиться, даже если это за пределами вашего дома. Кажется, что раз это на склоне холма, и чем выше, тем должно быть прекраснее, но это не место для отдыха. Или в отделении электростанции в вашем доме, генератор — шумно, гудит, жарко, душно и, вы сами понимаете, опасно. Поэтому вы предпочитаете держаться подальше, несмотря на то, что для вашего дома это очень полезно. Понимаете? Вот и все. Есть много проявлений Бога, которые нам трудно понять. Часто мы думаем, что чем выше пойдем, тем лучше, тем больше любви. Но любовь бывает разной. Любовь бывает страстной, неистовой (вы понимаете?); есть сильная любовь, кроткая любовь, нейтральная любовь. В зависимости от того, что мы способны выдержать. Бог дает нам разную степень любви. Верно? Разве уровни предполагают разную степень Божьей любви? О.К. Но иногда она слишком сильна, мы чувствуем..., мы чувствуем, что нас разрывает на кусочки.

**В.:** Здравствуйте. Вокруг нас происходит так много разрушений, идет уничтожение природы.

**У.:** Верно.

**В.:** Жестокость. Жестокость по отношению к животным.

**У.:** Это верно.

**В.:** Я просто хотел бы узнать, как вы к этому относитесь и что вы можете посоветовать тем людям, которые хотели бы освободиться от этого мира духовным путем, чтобы помочь им справиться со своим окружением и со всем тем разорением, которое происходит вокруг них. И считаете ли вы, что для нас достаточно подняться выше этого мира, чтобы понять ценность того, что мы оставляем позади, и не думаете ли вы, что

и на этом уровне сознания мы обязаны стараться облегчить страдания? И поможет ли это?

**У.:** Поможет. Обязательно поможет. По крайней мере, нам, нашему сознанию, потому что мы будем чувствовать, что не бездействуем и делаем все от нас зависящее, чтобы уменьшить страдания наших ближних. Я делаю то же самое. Все, о чем вы спрашивали, я делаю. Я делала, делаю и буду делать. Я уже говорила вам, что свои доходы мы распределяем среди различных организаций, а иногда оказываем финансовую поддержку разным странам, пострадавшим от стихийных бедствий. Мне бы не хотелось много говорить об этом, но раз уж вы спросили... Например, в прошлом году мы передали деньги Филиппинам, чтобы помочь им... справиться с вулканом Пинатубо. И мы помогали жертвам наводнения в Ау-Лак и жертвам наводнения в Китае и т.д. И мы стараемся помочь аулакским беженцам, посодействовав... уменьшив расходы ООН (понимаете?), при условии, что ООН согласится помочь нам. Но мы стараемся сами. Да, теперь понимаете? Мы обеспечиваем им финансовую поддержку и могли бы также помочь им переселиться, если ООН на это согласится — с благословения ООН. Понимаете? Да, итак, мы делаем все, о чем вы спрашивали и, раз уж мы здесь (вы понимаете?), мы могли бы точно так же очистить окружающую среду настолько, насколько это возможно. Таким образом, мы облегчаем страдания и помогаем формировать образцы нравственности в нашем мире. Да? И духовно, и материально. Да. Потому что некоторым людям недостаточно одной моей духовной поддержки. И они согласны принять материальную помощь. Поэтому мы помогаем им материально. Вот чем мы занимаемся, вот почему я должна зарабатывать деньги. Вот почему я не желаю жить на пожертвования. Понимаете? Все мои ученики и монахи должны работать точно так же, как и вы. И потом, кроме всего прочего, мы помогаем еще и духовно, понимаете, помогаем страждущим в этом мире, помогаем облегчить страдания этого мира. Мы должны это делать. Конечно, мы не сидим целый день в Самадхи сложа руки и наслаждаясь. Это был бы слишком эгои-

стичный Будда (просветленный человек). Нам такие здесь не нужны. [Смех]

**В.:** Вы говорили об уровне сознания, на котором появляется знание о силах, предоставляемых осведомленностью. А что, если теперь вы осознаете свои возможности, осознаете их, но не уверены, что их имеете. Вам может даже показаться, что вы их имеете. Как сделать их доступными или не доступными? Если они недоступны, то как сдержат нетерпение и раздражение по поводу всего, что происходит вокруг? Например, вы видите, что какой-то процесс идет медленно, по земным законам, тогда как вы знаете, что вам стоит просто помолиться или сделать что-то в том же духе, как тут же все осуществится быстрее и лучше?

**У.:** Да, понимаю.

**В.:** Что подразумевается под этим и как можно достичь того, чтобы молитва подействовала? Вы понимаете, что я имею в виду?

**У.:** Я понимаю, понимаю. Вы имеете в виду, что если мы обладаем способностью изменять жизнь, а вокруг нас все происходит бюрократически и медленно, как набраться терпения, чтобы вынести все это, верно? Или достаточно просто помолиться или поколдовать, или указать пальцем и устранить, верно? Нет, я набралась терпения, потому что мы должны трудиться, соизмеряя свои усилия с темпами этого мира, чтобы не ввергнуть его в пучину хаоса. Да. Например, ребенок не умеет бегать. И даже если вы спешите или хотите бежать, нельзя допустить, чтобы ребенок споткнулся и упал. Поэтому мы должны быть терпеливыми. Даже если мы способны бежать, мы идем в ногу с ребенком, да. Вот почему иногда я тоже чувствую себя расстроенной и нетерпеливой, но я должна научиться сохранять спокойствие. Вот почему я вынуждена ходить на поклон от одного президента к другому и просить помощи для беженцев, несмотря на то, что нам бы хотелось самим предоставить им полную финансовую поддержку. Мы готовы отдать все, что имеем и не имеем, миллионы долларов или даже биллионы. Но мы должны пройти через всю бюрократическую

систему. Отдать Кесарю кесарево. Понимаете? Я не собираюсь использовать свои возможности или показывать пальцем даже на ООН, чтобы заставить их действовать. Нет, нет. Мы принесем бедствия и несчастья в этот мир, если воспользуемся физическими, волшебными возможностями. Понимаете? Все должно идти своим чередом. Но мы можем развивать человеческое сознание путем духовного исцеления, с помощью духовной мудрости, понимания. Передать им знания, чтобы они захотели сделать что-то, понимаете, и сотрудничать. Это лучший путь, без использования магических способностей. Я никогда намеренно не использую магическую силу ни в какой жизненной ситуации. Но чудеса происходят сами по себе вокруг практикующих духовность. Это естественно, но непреднамеренно. Вы понимаете? Не пытайтесь подталкивать и торопить события. Да, в этом нет ничего хорошего. Ребенок не умеет бегать. Хорошо? Вы довольны моим ответом? Если какой-то из моих ответов вас не удовлетворяет, пожалуйста, дайте мне знать, и я могу продолжить объяснение. Но я полагаю, вы очень понятливые, ведь вы избранники народов, самые интеллигентные и сообразительные люди. Поэтому, я не сильно распространяюсь, да. Еще вопросы? Да, в следующем ряду. Хорошо, что есть ООН, должна заметить, между прочим. Да, да. Мы ликвидировали множество мировых конфликтов и войн, хотя нам не удастся полностью от них избавиться. Но я читала ваши книги об ООН. Все об ООН. И я принимала участие в деятельности Объединенных Наций. Я не могу не восхищаться усилиями и подготовленностью специалистов в операциях по спасению заложников. Там, где другие люди бессильны, вся власть мира не в состоянии спасти, появляется один специальный уполномоченный ООН и это делает.

Да, и много других примеров, которые касаются проблем помощи во время стихийных бедствий, проблем беженцев. Я слышала, вы взяли на себя ответственность за судьбу двадцати миллионов беженцев. Нет? Это огромный объем работы, а еще войны и тому подобное. Поэтому, хорошо, что у нас есть ООН, да! Это очень хорошо.

**В.:** Благодарю вас, Учитель Чинг Хай, за то, что поделились с нами своей мудростью. У меня есть вопрос. Он касается роста мирового населения и сопутствующих проблем дальнейшего загрязнения окружающей среды и дальнейшего роста потребностей в пище. Вы бы не могли прокомментировать этот рост мирового населения? Является ли это кармой нашего мира? Или это приведет к формированию определенного типа кармы в будущем?

**У.:** Хммм, если в этом мире будет больше людей, это тоже очень хорошо. Почему бы нет? В тесноте и шуме веселее. Нет? [Смех] На самом деле перенаселенность нам не грозит. Просто расселение неравномерное. Люди предпочитают жить на определенных территориях и не хотят менять место жительства. Вот и все. Да, мы имеем так много огромных территорий дикой земли, которые не используются. Множество нетронутых островов, множество обширных... плато, на которых зеленеет лес и ничего больше. Хммм, людям просто нравится тесниться в Нью-Йорке, например, [Смех] потому что здесь веселее. Правительство или любое руководство создает рабочие места (вы понимаете?) в промышленности... службы разных видов в разных местах, и люди едут туда в поисках работы. Они концентрируются в определенных местах, потому что там легче найти работу или безопаснее. Если бы безопасность, охрана и возможность найти работу были обеспечены им в другом месте, люди поехали бы и туда. Они бы поехали ради безопасности, ради средств к существованию. Это естественно. Да? Поэтому нам не нужно тревожиться о перенаселенности. Нам следует быть более организованными, чтобы обеспечить для людей в этом мире работу на выгодных условиях, жилье и безопасность. Тогда везде будет одинаково. Перенаселенность не наступила бы никогда. Что касается вашего вопроса относительно пищи, то вы должны разбираться в этом лучше меня. Потому что здесь, в Америке, имеется так много информации о том, как спасти мир. Веганская диета является одной из самых подходящих для того, чтобы сохранить мировые природные ресурсы и прокормить все население земли. Мы тратим

большое количество вегетарианской пищи, энергии, электричества, лекарств для того, чтобы выращивать животных. Понятно? Тогда как этим мы могли бы накормить людей непосредственно. И многие страны третьего мира продают обогащенную протеином вегетарианскую пищу по более низким ценам. Но это не помогает населению остальных стран. Мы распространили бы всю пищу поровну не только среди нас, не только среди животных, но по всему миру, и веганская диета нам бы в этом помогла. Одно из исследований... Журналы, в них уже писали, что если захотеть... если каждый в... как бы сказать.. О, в прошлый раз, когда я была в ООН, я уже упоминала об этом. Я забыла. Если есть веганскую пищу, мир совсем не будет голодать. И мы также должны организовать, да, организовать. Я знаю одного человека, он умеет переделывать рисовые отруби в питательную массу и даже в молоко. В прошлый раз мы говорили об этом. Он говорил, что потратил около трехсот тысяч долларов и смог при этом прокормить шестьсот тысяч человек на Цейлоне — бедных, недоедающих, матерей и других. Да, это было чудесно. Поскольку то, что мы делаем во многих странах мира, так это расточаем природные ресурсы, но отсюда не следует, что у нас их недостаточно. Бог не оставил бы нас здесь умирать от голода. В действительности мы морим голодом самих себя. Поэтому нам нужно думать иначе... думать по-новому, все реорганизовать, а на это требуется согласие правительств многих стран. Они должны дать свое согласие, свое благословение с абсолютной честностью, полной ясностью (вы понимаете?), с достоинством и с твердым намерением служить людям, а не себе. Если мы получим такое благословение от правительств всех стран, как вы понимаете, у нас и в самом деле не будет проблем. Никаких проблем. Нужно иметь хороших руководителей, хорошую организацию экономики, управленческие таланты и честное правительство. Но это может произойти быстрее, если многие люди, большинство людей, или все люди станут одухотворенными. Тогда они будут соблюдать порядок. Тогда они будут соблюдать заповеди. Тогда они научатся быть честными и чистыми. И узнают, как правильно использовать свою мудрость.

Тогда они смогут понять, как много должны сделать и реорганизуют нашу жизнь. Понимаете? В противном случае, если вы добиваетесь власти своими деньгами или общественными деньгами, а потом направляете все усилия на то, чтобы собрать такую же сумму, прежде чем лишитесь власти, это не поможет никому. Не имеет значения, восседаете ли вы на золотой шахте, мы все равно умрем в бедности. Главы государств должны сознавать свою власть и ответственность. Должны думать о людях, преобразовать существующую систему. Ух! Да.

**В.:** Кажется, это очень трудно сделать, поскольку, насколько я могу судить, большая часть... насколько я понимаю, загрязнение окружающей среды в настоящее время в основном обусловлено потребностью растущего населения в увеличении жизненного пространства, для жилья, для того, чтобы мы могли жить так, как хотим и как умеем жить в 20-м веке. Что касается, например, джунглей в Бразилии, то и там природе наносится непоправимый ущерб. Уничтожение лесов, тропических лесов. Земля лишается зеленого покрова, это приводит к наводнениям. И это имеет отношение к проблеме перенаселенности.

**У.:** Да, все в этом мире, без сомнения, взаимосвязано. И единственно возможное решение — это решение проблемы в корне, в основе, а не в ответвлениях. А корень — это духовная стабильность. Понимаете? [Аплодисменты] Поэтому все, что от нас требуется — постараться распространить духовное послание, которое мы знаем, и придерживаться духовного порядка. Это то, чего не хватает людям. Конечно, хорошо подключиться к электрической машине и увидеть немного света, услышать звуки музыки и достигнуть Самадхи. Но если у вас нет моральной дисциплины, вы иногда можете использовать энергию для плохих вещей. Не в силах контролировать ее. Понимаете? Поэтому, в нашей группе мы придерживаемся... первым делом придерживаемся... учим людей правилам. Правила очень важны. Мы должны знать, куда идем, и управлять своей силой. Сила без любви, без сострадания, без должного

понимания нравственных ценностей, бесполезна. Она превращается в черную магию, злоупотребление. Да. Вот откуда берется черная магия. Понимаете? Итак, легко достичь просветления, трудно сохранить его. Когда вы пойдете по нашему пути, Учитель отнимет у вас часть вашей энергии, если вы не будете по-настоящему дисциплинированы и морально вооружены, чтобы вы не могли злоупотреблять ею и вредить обществу. Понимаете? Здесь кроется разница. Учитель может контролировать. Энергия Учителя, сила Учителя, О.К.? Да, меня очень радует разумность ваших вопросов. Очень разумные вопросы. Люди поступают так, потому что они недостаточно благоразумны, видите ли, плохое обращение с Землей, как вы верно заметили, или тому подобные действия, все это из-за недостатка благоразумия. Да, итак, корень — это мудрость, благоразумие, духовная практика. Добивайтесь просветления. Да, мужчина.

**В.:** Мой вопрос состоит в следующем: я знаю, что для того, чтобы поступать хорошо и практиковаться, я должен бороться, и я знаю, что борюсь с чем-то, что борется со мной. И меня интересует, как стать выше этого, выше борьбы? Что сделать, чтобы победить?

**У.:** В том-то и дело. Если что-то слишком легко дается, видите ли, вы теряете к этому интерес и даже желание победить. Да. Поэтому внутри нас есть две силы, два начала. В восточной терминологии и китайской они называются "инь и янь". В западной терминологии им соответствует отрицательное и положительное. Отрицательная энергия просто заставляет нас делать что-то против воли, а положительная энергия помогает нам подавлять это стремление. И иногда мы проигрываем, а иногда побеждаем, в зависимости от нашей духовной дисциплины и силы духа. Поэтому старайтесь бороться и не сдавайтесь. Так же, как ООН борется с проблемами беженцев и войнами во всем мире. Иногда, в конце концов, вы побеждаете; это требует некоторой борьбы, усилий.

Благодарю вас за внимание. Всего хорошего.



## Посвящение: метод Гуань Инь

**У**читель Чинг Хай посвящает искренних людей, стремящихся познать Истину, в метод Гуань Инь. Китайские символы "Гуань Инь" означают созерцание звуковых вибраций. Метод включает медитацию на Внутренний Свет и на Внутренний Звук. Соответствующие внутренние видения были многократно описаны в духовной литературе всех религий мира с древнейших времен.

Например, христианская Библия гласит: **"Вначале было Слово, и Слово было у Бога, и Слово было Бог"** (Ев. от Иоанна, 1:1). Это Слово есть Внутренний Звук. Его также называли Логос, Шабда, Дао, Саундстрим, Наама или Музыка Сфер. Учитель Чинг Хай говорит: **"Оно звучит всю жизнь и поддерживает всю Вселенную. Эта внутренняя Мелодия может исцелить все раны, исполнить все желания и утолить всю жажду мира. Этот Звук — вся мощь и вся любовь, так как мы созданы из этого Звука, контакт с ним дает спокойствие и умиротворение нашим сердцам. После того как мы услышим его, вся наша сущность перестраивается и все наши жизненные перспективы претерпевают великое изменение к лучшему"**.

Внутренний Свет, Свет Бога — это тот же свет, от которого произошло слово "просветление". Его яркость может изменяться от слабого тления до сияния многих миллионов Солнц. Через посредничество Внутреннего Света и Звука мы приходим к познанию Бога.

Посвящение в метод Гуань Инь — это не эзотерический ритуал и не церемония обращения в новую веру. Во время Посвящения даются специальные инструкции по медитации на Внутреннем Свете и Внутреннем Звуке, и Учитель Чинг Хай дает возможность достичь Духовного Контакта. Этот первый опыт Божественного присутствия воспринимается в тишине. Физическое присутствие Учителя Чинг Хай не является необходимым для того, чтобы открыть вам эту дверь. Этот Контакт является существенной частью метода. Сама по себе техника дает мало пользы без Милости Учителя.

Поскольку вы можете слышать Внутренний Звук и видеть Внутренний Свет непосредственно в ходе Посвящения, это событие иногда называют "внезапным" или "непосредственным просветлением".

Учитель Чинг Хай принимает людей всевозможных культурных окружений и религиозных верований для Посвящения. Вам не нужно менять свою веру или систему религиозных представлений. Вас не будут просить примкнуть к какой-либо секте или делать что-то, что потребует изменения вашего привычного стиля жизни.

Однако вам предложат стать веганом. Приверженность к веганству на протяжении дальнейшей жизни является необходимым требованием для получения Посвящения.

Посвящение предлагается вам бесплатно.

Ежедневная практика медитативного метода Гуань Инь и соблюдение Пяти Правил — это единственные требования, которые вам необходимо выполнять, чтобы принять Посвящение. Правила суть путеводные нити, которые помогут вам не причинить вреда ни себе, ни любому другому живому существу. Эта практика углубит и упрочит ваш изначальный опыт просветления и позволит вам в конце концов достичь высочайших уровней Пробуждения и Духовности. Без ежедневных

занятий вы почти наверняка забудете свое просветление и вернетесь к обыденному уровню сознания.

Цель Учителя Чинг Хай — научить нас быть самодостаточными. Следовательно, метод, которому Она нас учит, может практиковаться любой, причем самостоятельно и без специального реквизита. Она не ищет последователей, поклонников или учеников и не учреждает организации с обязательными членскими взносами. Она не возьмет ваших денег, не примет вашего самоотречения или даров, и не нужно Ей их предлагать.

Она примет Вашу искренность в ежедневной жизни и медитативную практику, которая приблизит вас к святости.

## Пять Правил

1. **Не вредить живым существам. \***
2. **Не лгать.**
3. **Не брать того, что вам не принадлежит.**
4. **Воздерживаться от сексуальных проступков.**
5. **Воздерживаться от употребления опьяняющих субстанций. \*\***

\* Следование этому правилу требует строгого соблюдения веганской диеты. Никакого мяса, молока, рыбы или яиц (как оплодотворённых, так и неоплодотворённых).

\*\* Это включает любые яды, такие как спиртное, наркотики, табак, азартные игры, порнографию, а так же фильмы, литературу и видеоигры, изобилующие сценами насилия.

*"Вполне божественная личность — это вполне человеческая личность. Вполне человеческая личность вполне божественна. Сейчас мы только наполовину человеческие существа. Мы действуем после колебаний, и поступки наши эгоистичны. Мы не верим, что Бог устроил все это для нашего удовольствия, для того, чтобы мы приобрели опыт. Мы разделяем грех и добродетель. Из всего мы делаем проблему и соответственно судим себя и других. Мы страдаем от нашего собственного ограниченного понимания того, что должен делать Бог. Понимаете? На самом деле Бог внутри нас, и мы ограничиваем Его. Мы хотели бы радоваться и играть, но мы не знаем, как. Мы просто говорим другим: «Ой, не надо этого делать», и себе: «Я не должен делать этого. Я не должен делать того. И зачем мне быть веганом?» Я знаю! Я — веган, потому что Бог внутри меня хочет этого".*

*~ Высочайший Учитель Чинг Хай ~*

*"Когда мы чисты в своих делах, словах и помыслах, хотя бы в течение одной секунды, тогда все духи, боги и ангелы-хранители будут нас поддерживать. В этот момент вся Вселенная принадлежит нам и поддерживает нас и нам дан трон, чтобы царить над ней".*

*~ Высочайший Учитель Чинг Хай ~*

## Преимущества веганской диеты

Информация, собранная членами Ассоциации

**П**ожизненное соблюдение веганской диеты является требованием для Посвящения в метод Гуань Инь. Эта диета допускает пищу растительного происхождения.

Пищу животного происхождения, включая яйца, есть нельзя. Для этого существует много причин, но наиболее важная заключена в Первом Правиле, которое призывает нас не вредить живым существам ("**Не убий**").

Воздержание от убийства или нанесения вреда другим живым существам, безусловно, является благом для этих существ. Менее очевиден факт, что воздержание от нанесения вреда другим есть в равной степени благо для нас самих. Почему? Из-за закона кармы. "**Что посеешь, то и пожнешь**". Когда вы убиваете, или позволяете делать это другим, чтобы удовлетворить свою тягу к мясу, вы создаете тем самым кармический долг, и рано или поздно он будет оплачен.

Таким образом, в самом прямом смысле соблюдение веганской диеты является подарком, который мы преподносим самим себе. Мы чувствуем себя лучше, и качество нашей жизни улучшается по мере того, как уменьшается тяжесть нашей кармической задолженности, и перед нами открывается вход в новый, утонченный и небесный мир наших внутренних переживаний. Это, безусловно, стоит той малой цены, которую от вас требуется заплатить.

Возражения духовного порядка против употребления мяса убеждают многих, но у веганства есть и другие действенные доводы. Все они основаны на здравом смысле. Они апеллируют к вопросам вашего личного здоровья и питания, экологии и охраны окружающей среды, этики и страданий животных, голода в мире.

## Здоровье и питание

Изучение эволюции человека показало, что наши предки были по своей природе вегетарианцами. Строение человеческого тела не годится для мясоедства. Это было доказано в работе по сравнительной анатомии доктора Хантингтона Г.С. из Колумбийского университета. Он обратил внимание на то, что как тонкие, так и толстые кишки плотоядных — коротки. Кроме того, их толстые кишки характеризуются гладкостью и прямо-той. В противоположность этому травоядные животные имеют длинные толстые и тонкие кишки. Из-за низкого содержания клетчатки и высокой протеиновой плотности мяса кишечкам не требуется много времени на усвоение питательных веществ. И потому внутренности плотоядных короче по сравнению с внутренностями травоядных.

Люди, подобно другим по природе травоядным существам, имеют длинные — и толстые, и тонкие — кишки. Общая длина наших кишок составляет примерно двадцать восемь футов (восемь с половиной метров). Тонкая кишка многократно изгибается, и стенки ее искривлены, а не гладки. Поскольку внутренности наши длиннее, нежели у плотоядных, съеденное нами мясо остается в них дольше. Следовательно, оно может начать портиться и выделять токсины. Предполагается, что эти токсины являются причиной рака прямой кишки и, кроме того, увеличивают нагрузку на печень, функциональное назначение которой — избавлять организм от ядовитых веществ. Это может вызывать цирроз или даже рак печени.

Мясо также содержит много урокиназы и мочевины, которые увеличивают нагрузку на почки и могут привести к выходу их из строя. В каждом фунте бифштекса содержится четырнадцать граммов урокиназы. Если живые клетки поместить в жидкую урокиназу, их обмен веществ будет расстроен. Более того, в мясе недостает целлюлозы, то есть клетчатки, нехватка

которой может легко вызвать запор. Известно, что запоры могут привести к раку прямой кишки и геморрою.

Холестерин и большое количество жиров в мясе также вызывают сердечно-сосудистые заболевания. Сердечно-сосудистые заболевания являются основной причиной смертности в Соединенных Штатах, а теперь — и на Формозе.

Рак — вторая по важности причина смертности. Экспериментально показано, что сжигание и поджаривание мяса ведет к появлению химического соединения (метилхолантрена), представляющего собой мощный канцероген.

Большинство людей считает, что мясо чистое и безопасное, что на всех бойнях осуществляются инспекционные проверки. На самом деле слишком много рогатого скота, свиней, кур и т.д. забивается для продажи ежедневно, чтобы каждое из них могло быть подвергнуто тщательной проверке. Очень трудно проверить, поражен ли данный кусок мяса раком, не говоря уже о целом животном. В настоящее время в мясной индустрии принято отсекать голову, если с ней что-то не в порядке. Или выбрасывать ногу, если она поражена. Выбрасываются только явно плохие части, остальное идет на продажу.

Известный вегетарианец, доктор Дж.Х.Келлог говорил: "Когда мы едим растительную пищу, нам не приходится задумываться над тем, от какого заболевания эта пища скончалась. Это делает трапезу намного приятнее!"

И еще есть повод для беспокойства. Антибиотики так же, как и другие медикаменты, включая стероиды и гормоны, ускоряющие рост, либо примешиваются в пищу животного, либо впрыскиваются в его кровеносную систему. Сообщалось, что люди, поедающие таких животных, поглощают эти соединения. Есть вероятность, что антибиотики в мясе снижают эффективность лекарств, используемых людьми для лечения.

Некоторые считают вегетарианскую диету недостаточно питательной. Американский эксперт в области хирургии, доктор Миллер, сорок лет практиковал на Формозе. Там он основал больницу, в которой вся пища — как для пациентов, так и для обслуживающего персонала, — соответствует вегетарианской диете. Он говорил: "Лекарства, которые дает нам современная наука, значительно улучшились. Но они по-прежнему предназначены лишь для излечения заболеваний. Пища же, напротив, имеет целью поддержание состояния здоровья". Он указывал, что "пища растительного происхождения является более непосредственным источником питательных веществ, чем мясо. Люди едят животных, но источником питания для животных, которых мы едим, остаются растения. Жизнь животных коротка, и у животных есть почти все болезни, которые есть у человечества. Весьма вероятно, что болезни человечества приходят от употребления в пищу мяса больных животных. Так почему же людям не получать питательные вещества непосредственно из растений?" Доктор Миллер полагал, что для поддержания хорошего здоровья нам необходимы лишь хлебные злаки, бобы и овощи.

Многие считают, что животный протеин "превосходит" растительный потому, что он считается полным, в то время как растительный — неполным. Правда состоит в том, что некоторые растительные протеины являются полными и что комбинирование растительной пищи может приводить к образованию полных протеинов из совокупности неполных.

В марте 1988 года Американская ассоциация диетологов объявила: "Позиция Ассоциации состоит в том, что вегетарианская диета здорова и адекватна с точки зрения питательности, если она соответственно спланирована".

Бытует распространенное заблуждение, будто "мясоеды" сильнее вегетарианцев, но эксперимент, проведенный профессором Ирвингом Фишером при участии 32 вегетарианцев и 15 "мясоедов" продемонстрировал, что вегетарианцы проявляют

большую выносливость. Он заставил испытуемых держать руки протянутыми как можно дольше. Исход опыта был очевиден. Среди 15 "мясоедов" только двое смогли удержать свои руки протянутыми от пятнадцати до тридцати минут; в то время как среди 32 вегетарианцев 22 человека держали руки от пятнадцати до тридцати минут, 15 — более тридцати минут, 9 — более одного часа, 4 — более двух часов и один вегетарианец держал руки свыше трех часов.

Многие бегуны на длинные дистанции придерживаются веганской или вегетарианской диеты на время, предшествующее соревнованиям. Доктор Барбара Мур, эксперт в области веганской терапии, сделала забег на дистанцию в сто одну милю за двадцать семь часов и тридцать минут. Пятидесятишестилетняя женщина побила все рекорды, установленные молодыми мужчинами. "Я хочу послужить примером, доказывающим, что люди, полностью придерживающиеся вегетарианской диеты, получают удовольствие от своего сильного тела, ясного сознания и чистой жизни".

Получает ли веган достаточное количество протеина со своей диетой? Международная Организация Здоровья рекомендует, чтобы 4,5% ежедневно получаемых калорий приходилось на долю протеина. Пшеница содержит 17% калорий в виде протеина, брокколи — 45% и рис — 8%, соответственно. Очень просто иметь рацион, богатый протеином, обходясь без необходимости есть мясо. Если есть дополнительная польза, как избежание многих заболеваний, вызванных рационом, содержащим значительное количество жиров (таких как заболевания сердца и многие виды рака), представляется очевидным, что вегетарианство — наилучший выбор.

Взаимосвязь между чрезмерным потреблением мяса и другой пищи животного происхождения, содержащей большие количества жиров, и сердечными заболеваниями, раком груди, прямой кишки и апоплексическим ударом, доказана. Перечень других заболеваний, которые зачастую могут быть предотвра-

щены, а иногда и излечены веганской диетой с пониженным содержанием жиров, включает в себя камни в почках, рак предстательной железы, диабет, изъязвление двенадцатиперстной кишки, желчнокаменную болезнь, хронический гастрит, артрит, заболевания десен, угри, рак поджелудочной железы, рак желудка, гипогликемию, запор, дивертикулит, гипертония, остеопороз, рак яичников, геморрой, ожирение и астму.

Ничем вы не подвергаете здоровье большему риску, чем употреблением в пищу мяса (если не считать курения).

## Экология и окружающая среда

Выращивание животных для употребления в пищу имеет свои последствия. Это ведет к уничтожению тропических лесов, глобальному потеплению, загрязнению воды и ее нехватке, заустыниванию, нерациональному использованию энергетических ресурсов, обострению проблемы голода в мире. Использование земли, воды, энергии и человеческих ресурсов для производства мяса не является эффективным путем использования природных ресурсов планеты.

С 1960 года около 25% тропических лесов Центральной Америки было сожжено и выкорчевано с целью создания пастбищ для крупного рогатого скота. По приблизительным оценкам, на каждые четыре унции гамбургера, изготовленного из говядины, произведенной в тропических лесах, приходится 55 квадратных футов уничтоженных деревьев. Кроме того, выращивание скота приводит к существенному увеличению производства трех газов, которые вызывают эффект глобального потепления, и требует ошеломляющего объема в 2464 галлона воды для производства каждого фунта говядины. Нужно всего 29 галлонов воды для производства одного фунта помидоров и 139 галлонов для фунтовой буханки белого пшеничного хлеба. Около половины всей воды, потребляемой в Соединенных Штатах уходит на нужды выращивания или кормления рогатого скота и другие нужды животноводства.

Можно было бы накормить гораздо больше людей, если бы ресурсы, использующиеся для выращивания скота, направлялись на производство зерна в пищу мировому населению. Один акр земли, отведенный для выращивания овса, производит в 8 раз больше протеина и в 25 раз больше калорий, если урожай идет в пищу людям, а не скоту. Акр земли, использованный для выращивания брокколи производит в 10 раз больше протеина, калорий и ниацина, чем акр, отведенный для производства говядины. Подобной статистики много. Мировые ресурсы использовались бы много эффективнее, если бы земля, занятая в животноводстве, служила для выращивания урожая, который шел бы непосредственно в пищу людям.

Соблюдение веганской диеты позволит вам "легче ступать по планете". Кроме того, что вы будете пользоваться только необходимым и не прибегать к расточительству, вам будет приятно осознавать, что живым существам не надо умирать всякий раз, когда вы проголодаетесь.

## Проблема голода в мире

Примерно миллиард людей на этой планете страдает от недоедания и неправильного питания. Около 40 миллионов умирает каждый год от голода, и большинство из них — дети. Несмотря на это, более трети мирового урожая зерна используется не для того, чтобы кормить людей, а на нужды животноводства. В Соединенных Штатах животноводство поглощает 70% всего произведенного зерна. Если бы мы кормили этим зерном людей, никто бы не голодал.

## Страдания животных

Известно ли вам, что ежедневно в Соединенных Штатах забивается более 100000 коров?

Большинство животных в западных странах выращивается на так называемых "фермах-фабриках". В них все разработано специально для производства максимального числа животных для забоя при минимальных издержках. Животные скучены, обезличены, и к ним относятся как к машинам по переработке корма в мясо. Такова реальность, которую почти никто из нас никогда не видел собственными глазами. Говорят, что одно посещение бойни сделает вас веганом на всю жизнь.

Лев Толстой сказал: "Пока будут оставаться скотобойни, останутся и поля сражений. Вегетарианская диета — это лакмусовая бумажка человечности". Хотя большинство из нас и не принимает активного участия в убийствах, мы выработали социальную привычку регулярного употребления в пищу мяса, не отдавая себе отчета в том, что в действительности было сделано с животными, которых мы едим.

## Компания святых и другие

Древнейшие летописи истории человечества говорят, что изначально растения служили естественной пищей человеческим существам. Все ранние греческие и еврейские мифы свидетельствуют о том, что первоначально люди питались фруктами. Древнеегипетские жрецы никогда не ели мяса. Многие великие греческие философы, например, Платон, Диоген и Сократ, выступали в защиту вегетарианства.

В Индии Будда Шакьямуни особо подчеркивал значение Ахимсы — принципа непричинения вреда живым существам. Он предупреждал своих учеников, что не нужно есть мяса, ибо иначе живые существа станут их бояться. Будда сделал следующие замечания: **"Мясоедение — это не более чем приобретенная привычка. Изначально мы не были этому привержены"**, **"Люди, употребляющие в пищу мясо, отбрасывают свое внутреннее семя Великого Милосердия"**, **"Люди, употребляющие в пищу мясо, убивают друг друга и поедают друг друга... в этой жизни я поедаю тебя, в сле-**

**дующей ты поедаеть меня... и так продолжается всегда. Как они смогут когда-нибудь покинуть Три Царства (иллюзий)?"**

Многие из ранних даосистов, христиан и иудеев были вегетарианцами. Об этом написано в Святой Библии: **"И сказал Бог: вот, Я дал вам всякую траву, сеющую семя, какая есть на всей земле, и всякое дерево, у которого плод древесный, сеющий семя: вам сие будет в пищу"** (Книга Бытия, 1:29). Другие примеры запрета мясоедения из Библии: **"Только плоти с душею ее, с кровию ее, не ешьте"** (Книга Бытия, 9:4). **"Бог сказал: Кто просил вас убивать тельца или козленка для жертвования? Отмойтесь от невинной крови, чтобы я мог слушать ваши мольбы, или я отвернусь от вас, потому что ваши руки в крови. Покайтесь, чтобы я мог простить вас"** Святой Павел, один из учеников Иисуса, сказал в своем послании к римлянам: **"Лучше не есть мяса, не пить вина..."** (Послание к Римлянам, 14:21).

Не так давно историки обнаружили древние книги, которые пролили новый свет на жизнь и учение Иисуса. Иисус говорил: **"Люди, принимающие в себя плоть животных, становятся их гробницами, Истинно говорю вам, кто убивает, тот убит будет. Кто убивает живых тварей и ест их мясо, ест мясо покойников"**.

Индийские верования также избегают мясоедения. Утверждается, что **"человек не может есть мясо, не убивая живых тварей. Тот, кто наносит вред существам, обладающим чувствами, никогда не получит Божьего благословения. Поэтому избегайте есть мясо!"** (принцип индуизма).

Святая книга Ислама, Коран, запрещает **"поедание мертвых животных, плоти и крови"**.

Великий китайский Мастер Дзэн, Хань Шань-цзы написал поэму, убедительно отрицающую употребление мяса: **"Ступай**

**на рынок покупать мясо и рыбу своим детям и жене. Но зачем отнимать жизнь у них, чтобы поддерживать свою? Это безрассудно. Это не уподобит вас ангелу, но, напротив, превратит в подонка в аду!"**

Множество известных философов, ученых, выдающихся людей, спортсменов, писателей, художников были/являются вегетарианцами и веганами. Нижеперечисленные люди с энтузиазмом приветствовали вегетарианство: Будда Шакьямуни, Иисус Христос, Мухаммед, Цонкапа, Аристотель, Вергилий, Гораций, Платон, Овидий, Петрарка, Пифагор, Сократ, Шекспир, Вольтер, Рабиндранат Тагор, Лев толстой, Сэр Исаак Ньютон, Чарльз Дарвин, Альберт Эйнштейн, Альберт Швейцер, Никола Тесла, Леонардо Да Винчи, Бенджамин Франклин, Махатма Ганди, Абдул Калам, Янез Дрновшек, Мартина Навратилова (веган, теннис), Карл Льюис, Пааво Нурми, Эдвин К. Мозес, Джорджия Фуманти, Тоби Магуайр (вегетарианец), Натали Портман, Леона Льюис, Майкл Джексон, Брайан Грин Джон Роббинс (активист и автор), причем мы назвали лишь немногих.

Альберт Эйнштейн говорил: "Думаю, что перемена и тот очистительный эффект, которые вегетарианская диета вызывает в характере человеческого существа, благотворны для всего человечества. Следовательно, вегетарианство является благоприятным и умиротворяющим выбором". Под этим советом могло бы подписаться много выдающихся личностей и мудрых людей в истории человечества!

## Учитель отвечает на вопросы

**Вопрос:** Поедание животных — это убийство живых существ, а не является ли употребление в пищу растений также разновидностью убийства?

**Учитель:** Поедание растений — это тоже убийство живых существ, и оно приводит к некоторому кармическому наруше-

нию, однако этот эффект очень незначителен. Тот, кто ежедневно в течение двух с половиной часов практикует метод Гуань Инь, полностью избавится от этого кармического нарушения. Раз уж нам необходимо питаться, чтобы выживать, мы выбираем пищу, наименее наделенную сознанием и испытывающую наименьшие страдания. Растения на 90% состоят из воды, так что уровень их сознания столь мал, что они едва ли способны страдать. Более того, поедая большое количество овощей, мы не вырываем их с корнем, а скорее способствуем их бесполому репродуцированию, отсекая ветви и листья. Конечный результат этого даже полезен для растения. Так, садоводы говорят: чтобы растение выросло высоким и красивым, его надо обрезать.

Это еще очевиднее в случае с фруктами. Спелые фрукты привлекают людей, вызывая у них аппетит своим душистым запахом, прекрасным цветом и изысканным вкусом. Благодаря этому фруктовые деревья достигают распространения своих семян на большие территории. Если мы не соберем плоды и не съедем, то они переспеют и, упав, сгниют. Их семена окажутся затемнены древесной кроной и погибнут. Так что поедание растений и фруктов совершенно естественно и вовсе не приводит к их страданиям.

**В.:** Многие считают, будто вегетарианцы ниже ростом и более худощавы по сравнению с "мясоедами". Так ли это?

**У.:** Вегетарианцы не обязательно ниже и худее. Если рацион сбалансирован, они тоже могут вырасти высокими и сильными. Как известно, все крупные животные, например, слоны, быки, жирафы, бегемоты, лошади и т.д., едят исключительно фрукты и овощи. Они сильнее плотоядных, весьма изящны и полезны человеку. Хищники же свирепы и бесполезны. Если люди едят много плоти животных, они попадают под влияние животных инстинктов и приобретают их черты. Люди, употребляющие в пищу мясо, не обязательно высоки и сильны, однако продолжительность их жизни в среднем очень мала. Эскимосы питаются почти исключительно мясом, но разве мож-

но назвать их высокими и сильными? Долго ли они живут? Думаю, все это очень понятно.

**В.:** Могут ли вегетарианцы есть яйца?

**У.:** Нет. Поедая яйца, мы также убиваем живые существа. Некоторые говорят, что поскольку поступающие в продажу яйца не оплодотворены, то поедание их нельзя назвать убийством живого существа. Это только так кажется. Яйцо остается неоплодотворенным только потому, что определенные условия, необходимые для оплодотворения, были искусственно устранены, и таким образом яйцо не может выполнить свое естественное предназначение и развиваться в цыпленка. Хотя этого и не происходит, яйцо все же содержит врожденную жизненную силу, необходимую для развития. Мы знаем, что яйца имеют врожденную жизненную силу, иначе, отчего только яйцеклетка среди множества разновидностей клеток подлежит оплодотворению? Некоторые утверждают, что яйца содержат определенные питательные вещества, а также протеин и фосфор, являющиеся необходимыми для человеческого организма. Но ведь протеин можно получить и из бобовой сыворотки, а фосфор — из множества видов растений, включая картофель.

Известно, что с древних времен и до наших дней многие великие монахи не ели ни мяса, ни яиц и, тем не менее, жили долго. Например, каждодневная трапеза Учителя Инг Ханг состоит из миски овощей и риса, а он живет уже более восьмидесяти лет. Кроме того, яичный желток содержит много холестерина, являющегося главной причиной сердечно-сосудистых расстройств, из-за чего его называют убийцей номер один на Формозе и в Америке. Поэтому нет ничего удивительного в том, что большинство тех, кто употребляет в пищу яйца, больны.

**В.:** Люди выращивают животных и птиц, например, коров, свиней, кур, уток и так далее. Почему же они не могут их есть?

**У.:** Родители также выращивают своих детей. Ну и что? В праве ли родители есть своих детей? Все живые существа имеют право на жизнь, и никому не позволено лишать их его. По

законам Гонконга даже самоубийство считается преступлением. Так насколько же более незаконно убийство другого живого существа?

**В.:** Животные рождаются для того, чтобы люди их ели. Если они не будут их есть, то животные заполнят весь мир. Разве не так?

**У.:** Это абсурдная мысль. Перед тем как убить животное, вы спрашиваете у него, хочет ли оно быть убитым и съеденным вами? Все живые существа хотят жить и боятся смерти. Мы не хотим быть сожранными тигром, так почему же животные должны поедаться людьми? Человеческие существа живут на планете всего несколько десятков тысяч лет, и до появления человечества многие разновидности животных уже существовали. Перенаселяли ли они планету? Живые существа поддерживают естественное экологическое равновесие. Как только возникает нехватка пищи или пространства, популяция немедленно сокращается. Это поддерживает численность популяции на уровне, соответствующем условиям.

**В.:** Почему я должен быть веганом?

**У.:** Я веган, потому что Бог внутри меня желает этого. Понятно? Мясоедение противоречит вселенскому закону нежелания быть убитым. Сами мы не хотим смерти и не хотим, чтобы нас кто-нибудь обворовал. Но если мы делаем это по отношению к другим, то действуем против самих себя, и это заставляет нас страдать. Все, что вы делаете во вред другим, оборачивается против вас. Вы не сможете укусить себя и не станете колоть себя ножом. Точно так же вы не должны никого убивать, ибо это противоречит принципу жизни. Вам понятно? Мы ведь не делаем того, что заставляет нас страдать. Это не означает, что мы каким-то образом самоограничиваемся. Это значит, что мы расширяем нашу жизнь для всякой жизни. Наша жизнь не будет ограничена нашим телом, но расширится жизнями животных и других всевозможных существ. Это сделает нас более великими, могучими, счастливыми и менее ограниченными. Согласны?

**В.:** Не могли бы вы рассказать о практике веганства и о том, что дает оно для всеобщего умиротворения?

**У.:** Конечно. Видите ли, большинство войн, которые происходят в мире, вызваны экономическими причинами. Рассмотрим это детальнее. Экономические затруднения в стране особенно остры во время голода, или нехватки пищи, или неравного распределения пищи между разными странами. Если вы потратите некоторое время на изучение журналов и исследований в области веганской диетологии, вы удостоверитесь в этом однозначно. Выращивание скота и других животных на убой приводит нашу экономику к банкротству во всех сферах. Оно вызывает голод во всем мире, по крайней мере, в странах третьего мира. И не одна я утверждаю это. Граждане Америки провели такие исследования и написали о них книгу. Пойдите в любую книжную лавку и прочтите об исследованиях в области веганства и производства пищи. Можете прочесть «Диету для новой Америки» Джона Роббинса. Это очень известный предприниматель, сделавший миллионное состояние на производстве мороженого. Он оставил все, чтобы сделаться веганом и написать веганскую книгу, идущую вразрез с его бизнесом и семейными традициями. Он потерял немало денег, престижа и лишился успехов в своем предприятии, но сделал он это во имя Истины. Эта книга очень хороша. Есть немало других книг и журналов, которые содержат много фактов о веганской диете и информируют о том, как она может способствовать установлению мира во всем мире. Видите ли, вскармливая животных, мы не можем обеспечить нормальное снабжение продовольствием людей. Вы знаете, как много требуется белков, лекарств, воды, человеческих усилий, путей сообщения и как много сотен тысяч акров земли теряется для того, чтобы можно было одну корову использовать в пищу? Понимаете? Все это могло бы быть справедливо распределено между развивающимися странами, и проблема голода была бы решена. А ныне, если в какой-либо стране не хватает продовольствия, то она вероятнее всего попытается завоевать другую просто для того, чтобы спасти свой народ. В конце концов это приводит к отмщению за содеянное зло. Понимаете? **"Что по-**

**сеешь, то и пожнешь".** Если мы убили кого-то из-за пищи, позднее мы будем также убиты из-за пищи, в другой форме, в другом поколении. К сожалению. Мы так умны и цивилизованны, и все же большинство из нас не знает причин страданий в соседних странах. Эти причины — в наших собственных вкусовых предпочтениях, в наших желудках. Чтобы кормить и питать свое тело, мы губим так много живых существ и заставляем страдать так много наших братьев. Даже если оставить в стороне вопрос о животных. Эта вина — будем мы отдавать в ней отчет себе или нет — не перестанет давить над нашим сознанием. Она заставит нас страдать от рака, туберкулеза и других неизлечимых болезней, включая СПИД. Спросите себя, почему ваша страна, Америка, страдает от этого в наибольшей степени? Ведь здесь самый высокий в мире процент заболеваемости раком. Это потому, что американцы едят много мяса. Здесь его поедают больше, чем в любой другой стране. Спросите себя: почему в Китае или коммунистических странах рак распространен меньше? Там меньше едят мяса. Понятно? Это не я утверждаю, об этом говорят исследования. Уж не обессудьте.

**В.:** Какую духовную пользу могут получить те, кто придерживается веганской диеты?

**У.:** Рада, что вы спросили об этом именно в такой форме, ибо это значит, что вы сосредоточены и заботитесь о духовных благах. Многие заботятся скорее о здоровье, фигуре и диете, когда спрашивают о веганстве. Духовные свойства растительной диеты состоят в том, что она чиста и не несет насилия. **"Не убий"** Когда Бог говорил это нам, Он не уточнял, что убивать нельзя только людей. Он говорил о любых живых существах. Разве не говорил Он о том, что сотворил нам друзей и помощников из животных? Не верил ли Он животных нашим заботам? Он сказал: заботьтесь о них и правьте ими. Когда вы правите своими подданными, разве вы их убиваете и съедаете? Чтобы стать одиноким царем? Теперь, когда вы слышали слова Бога, вы их поняли. И ваш долг — подчиниться им. Нет нужды их оспаривать. Хотя Он и говорил очень по-

нятно, но кто поймет Бога лучше, чем сам Бог? Таким образом, чтобы лучше понять Бога, вы сами должны сделаться Богом. Я призываю вас вновь принять образ и подобие Божие, стать самим собой и никем другим. Медитация на Боге не означает поклонения Богу. Скорее вы сами становитесь Богом. Вы понимаете, что вы и Бог — это единое целое. Разве не говорил Иисус: **"Я и Отец мой суть одно"**? Если Он говорил, что Он и Его Отец — это единое целое, то мы и Его Отец также можем быть единым целым, ибо и мы — дети Божии. И еще Иисус говорил: то, что делает Он, мы можем делать даже лучше. Так что мы можем даже превзойти Бога, кто знает? Зачем поклоняться Богу, если мы ничего о Нем не знаем? Для чего нужна слепая вера? Мы прежде должны узнать, кому мы поклоняемся, точно так же, как нужно знать, что собой представляет девушка, на которой собираешься жениться. Теперь перед женитьбой принято какое-то время встречаться. Так почему же мы должны слепо поклоняться Богу? Мы имеем право просить, чтобы Он явился нам и объяснил Себя нам. Мы имеем право выбирать, за каким Богом следовать. Так что теперь мы совершенно ясно видим: Библия призывает нас быть веганами. Из соображений заботы о своем здоровье мы должны быть веганами. Из соображений научного свойства мы должны быть веганами. Из сострадания мы должны быть веганами. И, чтобы спасти мир, мы должны быть веганами. Подсчитано, что если жители западных стран и американцы станут придерживаться веганской диеты всего один день в неделю, это ежегодно будет спасать шестнадцать миллионов голодающих. Так что будьте героем, станьте веганом. По всем этим причинам, даже если вы не следуете за мной или не практикуете моего метода, будьте веганом во имя себя и во имя мира.

**В.:** Если все станут есть растения, не вызовет ли это нехватки продовольствия?

**У.:** Нет. Использование земельного участка для выращивания урожая в пищу людям дает в четырнадцать раз больше провизанта, нежели когда его используют для производства фуража на корм скоту. Каждый акр плодородной земли дает 800000

калорий энергии; однако, если этот же акр был использован для вскармливания скота, то его мясо дает всего 200000 калорий. Это значит, что в ходе производства мяса 600000 калорий теряется. Таким образом, веганская диета явно эффективнее и экономичнее мясной.

**В.:** Годится ли рыба в пищу вегетарианцу?

**У.:** Годится, если он хочет ее съесть. Но если он собирается быть вегетарианцем, то пусть учтет, что рыба не является овощем.

**В.:** Некоторые утверждают, что не обязательно быть веганом, главное — быть добросердечным человеком. Имеют ли подобные высказывания смысл?

**У.:** Если кто-то и впрямь добросердечен, то почему же он продолжает поедать плоть других существ? Видя, что они так от этого страдают, он бы не смог их есть! Мясоедение немилосердно, так как же оно может практиковаться добросердечным человеком? Учитель Ли Чжи однажды сказал: **"Убивает тело и поедает мясо. В этом мире нет другого такого свирепого, жестокосердного, злонравного и злонамеренного человека. Как может он говорить, будто имеет доброе сердце?"** И Менциус говорил: **"Если вы видели его живым, вы не сможете видеть его мертвым. Если слышали его стоны, то не сможете есть его мяса. Так что настоящий джентльмен держится подальше от кухни"**. Человеческий интеллект выше животного. Это позволяет нам использовать оружие против животных, лишает их возможности сопротивляться, и они умирают, охваченные ненавистью. Люди, которые обижают слабых и беззащитных животных, не могут называться джентльменами. Убиваемое животное переживает сильнейшее чувство страха, сопротивления и агонии. Это приводит к выработке токсинов, которые остаются в его мясе и вредят тем, кто его съест. Поскольку частота вибраций животных ниже, чем у человека, то человеческие вибрации подвергаются воздействию животных, и это изменяет направленность нашего ума.

**В.:** Не достаточно ли просто быть "традиционным вегетарианцем"? (Считается, что традиционные вегетарианцы не строго воздерживаются от мясной пищи. Они едят овощи, извлеченные из смешанного растительно-мясного блюда.)

**У.:** Нет. Например, если пища была помещена в ядовитую жидкость, а затем извлечена оттуда, как вы думаете, стала она также ядовитой или нет? В Махапаринирвана Сутре Махакасьяпа спрашивал Будду: **"Если мы просим милостыню и получаем овощи, смешанные с мясом, можно ли нам их есть? И как нам очистить такую пищу?"** И Будда ответил: **"Должно очистить ее водой, отделить овощи от мяса, и затем можно ее съесть"**. Из этого диалога мы понимаем, что никто не может есть овощи, смешанные с мясом, до тех пор, пока они не будут промыты водой, не говоря уже о самом мясе! Из этого следует с очевидностью, что Будда и все Его ученики придерживались вегетарианской диеты. Однако некоторые клеветают на Будду, утверждая, что Он был "традиционным вегетарианцем" и что, когда податели милостыни давали Ему мясо, Он его ел. Это полнейшая чушь. Те, кто так говорит, прочли недостаточно писаний либо не понимают их. В Индии более девяноста процентов людей — вегетарианцы. Когда они видят нищенствующих монахов в желтых одеяниях, все они понимают, что могут предлагать им лишь растительную пищу, не говоря уже о том, что большинству индийцев мясо вообще недоступно.

**В.:** Когда-то давно я слышал, как другой Учитель сказал: "Будда съел свиную ножку, заболел расстройством желудка и умер". Это правда?

**У.:** Нет, конечно. Будда умер оттого, что съел гриб. Если его название дословно перевести с языка брахманов, то получится "свиная нога", но это не настоящая свиная нога. Таким же образом есть блюдо, которое называется "лонган" (по-китайски это значит буквально "глаз дракона"). Есть много вещей растительного происхождения, названия которых, однако, не связаны с растительностью. Этот гриб на языке брахманов называется "свиной ногой" или "свиной радостью". Оба названия

связаны со свиньями. Этот тип грибов был мало распространен в древней Индии и считался деликатесом, и потому люди предложили его Будде в знак поклонения. Этот гриб нельзя найти на поверхности, он растет под землей, и для поисков его нужно использовать старых свиней, которые очень его любят. Свиньи находят его по запаху и, найдя, выкапывают из грязи копытцами. Вот почему этот вид грибов называют "свиная нога" или "свиная радость". Эти два названия означают один и тот же гриб. Оттого, что их не потрудились точно перевести, и из-за неверного понимания их происхождения возникло неверное представление о Будде как о "пожирателе плоти". Об этом можно только сожалеть.

**В.:** Некоторые любители мяса утверждают: если они покупают мясо в лавке, а сами никого не убивают, нет ничего страшного в том, что они его едят. Как вы думаете, правильно ли это?

**У.:** Это величайшее заблуждение. Вы должны понимать, что мясники убивают живых существ оттого, что люди их едят. В Ланкаватара Сутре Будда говорил: **"Если никто не будет есть мяса, то никто не будет убивать. Поэтому мясоедение и убийство живых существ — это один и тот же грех"** Из-за того, что мы убиваем слишком много живых существ, мы навлекаем на себя природные катастрофы и вызываем беспорядки. Войны также вызваны тем, что мы слишком много убиваем.

**В.:** Некоторые говорят, что, хотя растения и не содержат ядовитых веществ, таких как, например, мочевины или урокиназа, садоводы и овощеводы применяют для их выращивания много пестицидов, которые вредны для здоровья. Так ли это?

**У.:** Если фермеры применяют пестициды или другие высокотоксичные вещества, как, например, ДДТ, для выращивания урожая, это может привести к раку, бесплодию или заболеваниям печени. Яды, подобные ДДТ, растворяются в жире и, как правило, содержатся в жире животных. Когда вы едите мясо, вы принимаете в себя высококонцентрированные пестициды и другие отравляющие вещества, которые содержатся в жире

животных и которые накапливались там в течение их жизни. Их концентрация в этом случае может превышать в тридцать раз ту, что содержат фрукты, овощи или зерно. Мы можем очистить от распыленных пестицидов поверхность плода, но удалить пестициды, содержащиеся в животном жире, невозможно. Процесс их накопления обусловлен их химическими свойствами. Поэтому потребители в конце пищевой цепочки страдают больше всех. Эксперименты, проведенные в Университете штата Айова, показали, что почти все обнаруженные в человеческом теле пестициды поступили туда с мясной пищей. Ученые обнаружили, что уровень концентрации пестицидов в организмах "мясоедов" в два раза выше, чем у вегетарианцев. В действительности мясо, кроме пестицидов, содержит и другие токсины. В процессе выращивания животных значительная часть их пищи состоит из химикатов, которые ускоряют рост, изменяют цвет, вкус и структуру мяса, предохраняют его от порчи и так далее. Консерванты на основе нитратов высокотоксичны. 18 июля 1971 года в газете «New York Times» была помещена статья, где сообщалось: "Значительная скрытая опасность для "мясоедов" заключена в невидимых загрязнителях мяса, как, например, бактерии в копченостях, остатки от пестицидов, консервантов, гормонов, антибиотиков и других химических добавок". Помимо этого, следы вакцинации животных могут остаться в их мясе. В этом отношении протеин фруктов, орехов, бобов и зерна более чист, чем протеин мяса, который на 56% состоит из нерастворимых водой нечистот. Исследования показывают, что эти искусственного происхождения добавки могут быть причиной раковых опухолей, других заболеваний и неправильного развития человеческих зародышей. Поэтому беременным особенно важно придерживаться чистого веганства, чтобы обеспечить плоду физическое и духовное здоровье. Бобовые могут снабжать вас протеином, а фрукты и овощи содержат витамины и минералы.

## Веганство: наилучшая мера предотвращения глобального кризиса нехватки питьевой воды

**В**ода необходима для выживания всего живого на Земле. Однако в соответствии с информацией Интернационального Института Исследования Воды в Стокгольме (SIWI), непомерное использование водных ресурсов планеты угрожает будущим поколениям нехваткой этого ценного элемента.

Ниже перечислены шокирующие факты обнаруженные во время ежегодной Всемирной Недели Воды проведённой SIWI с 16 по 20 августа, 2004.

- \* За несколько десятилетий рост производства продуктов питания превзошел рост населения. В данный момент в мире просто недостаточно воды для ещё большего увеличения производства.
- \* На производство каждого килограмма мяса требуется от 10000 до 15000кг воды которая используется для выращивания зерновых культур идущих на корм скоту. *(КПД этого процесса составляет менее 0.01%, любой другой индустриальный процесс с подобным КПД был бы быстро заменен на более эффективный.)*
- \* Злаковым требуется 400-3000 кг воды на каждый кг получаемого зерна. (т.е. 5% кол-ва воды, необходимого для производства мяса.)
- \* Не менее 90% всей используемой воды уходит на выращивание пищи.
- \* Такие страны как Австралия, где уже ощущается нехватка воды, собственно экспортируют воду в форме мяса.

\* В развивающихся странах мясоеды в среднем используют ресурсы равнозначные 5000 литров воды в день, тогда как вегетарианцы используют ресурсы равнозначные 1000-2000 литров воды в день. (Репортаж в Guardian 8/23/2004).

Также в соответствии с сообщениями из других источников, всё больше тропических лесов вырубается, чтобы на освободившемся пространстве выращивать соевые бобы. Однако эти бобы идут на корм крупному рогатому скоту. Насколько экономнее было бы кормить ими людей напрямую!

Мастер затрагивает тему влияния производства мяса на окружающую среду в лекции "Польза веганской диеты", представленной в водной брошюре "Ключ к непосредственному просветлению": "Выращивание животных на убой не обходится без последствий. Это ведёт к уничтожению тропических лесов и соответственно к парниковому эффекту, загрязнению воды, иссяканию водных ресурсов, запустыниванию, растрате энергетических средств и голоду в мире. Использование земли, воды, энергии и рабочей силы для производства мяса не является эффективным использованием ресурсов Земли".

Так что для того, чтобы серьёзно сократить потребление воды во всём мире, человечеству нужен новый подход к питанию, и веганская диета как раз отвечает этим требованиям.

Дополнительная информация по теме:

<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>

*Источник:*

[http://www.suprememastertv.com/bbs/board.php?bo\\_table=featured&wr\\_id=129](http://www.suprememastertv.com/bbs/board.php?bo_table=featured&wr_id=129)



## Хорошие новости для веганов!

### *Необходимый растительный протеин*

**В**еганское питание приносит не только большую пользу нашей духовной практике, но также очень полезно для здоровья. Однако мы должны обращать особое внимание

на сбалансированность питания и на то, чтобы получать необходимое нам количество растительного протеина.

Существует два типа протеина: животный и растительный. Соевые бобы, нут (зерновое бобовое растение, семена которого употребляются в пищу) и вика являются одним из источников растительного протеина. Соблюдение веганской диеты означает не просто употребление жареных овощей. В необходимый человеку комплект питания должен входить протеин.

Доктор Миллер практиковал медицину и лечил неимущих в Китае на протяжении более сорока лет. Этот человек, который был вегетарианцем всю свою жизнь, считал, что для того чтобы получить вещества необходимые нам для поддержания здоровья, мы нуждаемся только в употреблении хлебных злаков, бобовых, фруктов и овощей. Согласно доктору Миллеру, "соевый творог (тофу) – это «мясо без костей»". "Соевые бобы настолько питательны, что если бы люди должны были употреблять только один вид пищи; и ели бы лишь соевые бобы, они прожили бы дольше всего."

Приготовление веганской пищи не многим отличается от приготовления пищи с мясом, разве что вместо мяса употребляется растительный протеин в таких продуктах, как веганское куриное филе, веганская ветчина или веганские мясные ломтики. Например, вместо приготовления обжаренных кусков мяса с сельдереем или супа из морских водорослей и яиц, мы можем приготовить все эти блюда из веганского мяса или вместо яиц употребить соевый творог».

Если вы находитесь в стране, где не всегда есть в наличии ингредиенты из вегетарианского протеина, вы можете связаться с местным центром Международной Ассоциации Высочайшего Учителя Чинг Хай, и мы обеспечим вас информацией о некоторых основных поставщиках и веганских ресторанах.

О том, как готовить вегетарианскую пищу, вы можете найти много полезного в книге **«Высочайшая кухня»**, опубликованной

Международной Ассоциацией Высочайшего Учителя Чинг Хай, или в других изданиях о веганском питании.

Список вегетарианских ресторанов по всему миру вы найдёте на:

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

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

Ниже приведён краткий список веганских ресторанов и компаний, производящих веганские продукты по всему миру.

## Веганские рестораны по всему миру

### АФРИКА

#### *Южная Африка*

Johannesburg  
Nkele Healthy Eatery  
79 Pritchard Street, Johannesburg,  
South Africa  
Tel.: 27-83-964-8527

### АМЕРИКА

#### *Канада*

Vancouver  
Paradise Vegetarian NoodleHouse  
8681-10th Ave., Burnaby, B. C. V3N  
2S9, Vancouver, Canada  
Tel.: 1-604-527-8138

#### *США*

##### *Аризона*

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

##### *Калифорния*

##### Los Angeles

Au Lac Vegetarian Restaurant  
16563 Brookhurst St, 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 8th St. Oakland, CA 94607  
Tel.: 1-510-444-2891

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

San Jose  
The Supreme Master Ching Hai  
International Association Vegetarian  
House  
520 East Santa Clara St, San Jose CA  
95112  
Tel.: 1-408-292-3798  
[www.vegetarianhouse.us](http://www.vegetarianhouse.us)

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

*Массачусетс*  
Boston  
Quan Yin Vegetarian Restaurant  
56 Hamilton St, Worcester MA 01604  
Tel.: 1-508-831-1322

*Нью-Йорк*  
Viga Vegetarian Food  
57-05 136 Street Flushing, NY 11355  
Tel/Fax: 1-718-886-3707

*Огайо*  
Food For Thought  
212 East High Street, Lisbon OH  
44432

Tel/Fax: 1-330-424-9608

*Орегон*  
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

*Техас*  
Austin  
Veggie Heaven  
1914A Guadalupe St, Austin, Texas  
78705  
Tel.: 1-512-457-1013  
[www.veggieheaven.org](http://www.veggieheaven.org)

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

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

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

*Пуэрто-Рико*  
San Juan  
Lucero de Salud de Puerto Rico  
1160 Americo Miranda Ave., San  
Juan, Puerto Rico

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

Sabor Supremo II  
Av. Militar 2179 - Lince Lima 14  
Tel.: 51-1-2650310

## **АЗИЯ**

### ***Китай***

San Po Kong Nature House  
Workshop No.6 5th Floor, Good  
Harvest Industrial Building, No.9Tsun  
Wen Rd Tuen Mun New Territories  
9506, Hong Kong, China  
Tel.: (852) 2665-2280  
www.naturehouse.com.hk  
www.lovingocean.com

### ***Индонезия***

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

### ***Япония***

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

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

### ***Корея***

SM Chae-sik Han Sang  
23-15, Bugok 3 Dong, Guemjong-Gu,  
Busan, Republic of Korea  
Tel.: 82-51-581-9993

### ***Филлипины***

Vegetarian House

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

### ***Сингапур***

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

## **ЕВРОПА**

### ***Франция***

Paris  
Tien Hiang  
20, rue Nationale, 75013 Paris, France  
Tel/Fax: 33-1-45829954

### ***Германия***

Munich  
VINA - Vegetarian snackbar  
Westendstrasse 134, 80339 Munich,  
Germany  
Tel/Fax: 49-89-54075146

### ***Испания***

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

## **ОКЕАНИЯ**

### ***Австралия***

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

### ***Sydney***

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



Когда моя душа ощутила любовь Учителя,  
Я возродилась к юности.  
И не спрашивайте, почему:  
Не подвластна рассудку логика ЛЮБВИ!

□□□

Я — рупор  
Всей Вселенной.  
Открыто вещаю  
О ее печаях и боли.  
Жизнь за жизнью в вечном вращении колеса смерти.  
Молись, Сострадательный Учитель!  
Поторопись! Положи этому конец.

□□□

Твое Благословение простирается на всех без исключения.  
На плохих и хороших, прекрасных и безобразных,  
Искренних и непотребных,  
Одинаково!  
О Учитель, я никогда не могла пропеть хвалу Тебе.  
Я храню в груди Твою любовь,  
И сплю с ней каждую ночь.

□□□

*Из "Безмолвных Слез"*

*Высочайший Учитель Чинг Хай*

## Публикации

**Б**огатая коллекция книг, музыкальных кассет, видео и аудио кассет, компакт-дисков, DVD и MP3 дисков с лекциями Высочайшего Учителя Чинг Хай способствует поднятию духа в повседневной жизни. В дополнение к изданным книгам и кассетам, источник быстрого и бесплатного доступа к учению о непосредственном просветлении находится в сети. Например несколько веб-сайтов публикуют регулярно выходящий журнал с последними известиями (см. раздел Метод Гуань Инь в Интернете) Другие онлайн-публикации включают поэзию Учителя и вдохновляющие цитаты из Ее лекций, также как и сами лекции в видео и аудио форматах.

Также доступна данная бесплатная брошюра. Она существует на более чем 80 языках, как в печатном варианте, так и в виртуальном. Чтобы ее скачать посетите следующие сайты:

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

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

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

(Австрия)

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

## Книги, Поэзия

В суете каждодневных забот нет ничего лучше, чем взять в руки одну из книг Учителя. Ее слова ясно напоминают нам о нашей Истинной Природе. Как насыщенные духовной информацией лекции из "Ключа к непосредственному просветлению" так и глубокое сострадание в поэтическом сборнике "Безмолвные слёзы" раскрывают перед нами неиссякаемый источник мудрости.

Дополнительная информация содержится в разделе "Как заказать публикации" В нижеследующем списке книг кол-во томов на каждом языке указано в скобках.

**The Key of Immediate Enlightenment**

**(Ключ к непосредственному просветлению)**

Сборник лекций Высочайшего Учителя Чинг Хай на аулакском (1-15); китайском (1-9); английском (1-5); французском (1); финском (1); немецком (1-2); венгерском (1); индонезийском (1-5); японском (1-4); корейском (1-11); монгольском (1,6); португальском (1-2); польском (1-2); испанском (1-3); шведском (1); тайском (1-6) и тибетском (1).

**Ключ к непосредственному просветлению — вопросы и ответы  
(The Key of Immediate Enlightenment — Questions and Answers)**

Сборник вопросов и ответов из лекций

**на русском (1)**, аулакском (1-4); болгарском (1); китайском (1-3); чешском (1); английском (1-2); французском (1); немецком (1); венгерском (1); индонезийском (1-3); японском (1); корейском (1-4); польском (1); португальском (1)

**The Key of Immediate Enlightenment — Special Edition/7-day retreat:  
(Ключ к непосредственному просветлению — специальное издание/  
7-дневный ритрит)**

Сборник лекций Высочайшего Учителя Чинг Хай

за 1992 год, 7-дневный ритрит в Сан Ди Мен, Формоза на аулакском и английском.

**The Key of Immediate Enlightenment — Special Edition/1993 World Lecture  
Tour (6 томов)**

**(Ключ к непосредственному просветлению — специальное издание/1993 год)**

Собрание лекций Высочайшего Учителя Чинг Хай за 1993 год во время турне по всему миру.  
на китайском и английском.

**Letters Between Master and Spiritual Practitioners**

**(Письма между Учителем и духовно практикующими)**

на аулакском (1-2), китайском (1-3), английском (1), испанском (1)

**Master Tells Stories**

**(Учитель рассказывает притчи)**

на аулакском, китайском, английском, японском, корейском, испанском и тайском.

**Silent Tears**

**(Безмолвные слёзы)**

Сборник стихов Учителя

на китайском / английском и французском / немецком; а также на испанском, португальском, корейском и филиппинском.

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

**(Бог заботится обо всём)**

Иллюстрированная книга сказок рассказанных Учителем на аулакском, китайском, английском, французском and корейском.

**The Supreme Master Ching Hai's Enlightening Humor — Your Halo Is Too Tight!**  
(Нимб жмёт!)

Просветляющий юмор Учителя на китайском и английском.

**Coloring Our Lives**  
(Расцветим свою жизнь)

Коллекция цитат и наставлений Учителя на китайском и английском.

**Secrets to Effortless Spiritual Practice**  
(Секреты духовной практики без усилий)

на китайском и английском.

**The Dream of a Butterfly**  
(Сон бабочки)

Сборник стихов Учителя на аулакском и английском.

**The Old Time**  
(В старые времена)

Сборник стихов Учителя на английском.

**Pebbles & Gold**  
(Камни и золото)

Сборник ранних стихов Учителя на аулакском.

**The Lost Memories**  
(Утерянные воспоминания)

Сборник ранних стихов Учителя на аулакском и английском.

**Traces of A Previous Life**  
(Следы прошлой жизни)

Сборник ранних стихов Учителя на английском.

**God's Direct Contact — The Way to Reach Peace**  
(Прямой контакт с Богом — как достичь мира)

Собрание лекций Высочайшего Учителя Чинг Хай за 1999 год во время европейского турне. В этом издании Учитель освещает истинную причину войн и страданий в этом мире, и указывает на то, что единственный способ принести мир человечеству — это войти в прямой контакт с Богом. Следуя правильному пути

мы несомненно изменим будущее мира. Каждое слово учения глубоко затрагивает сердца людей!  
на английском и китайском.

**Я пришла чтобы проводить вас Домой  
(I Have Come to Take You Home)**

Сборник цитат и духовных наставлений Учителя  
на русском, арабском, аулакском, болгарском, китайском, чешском, английском, французском, немецком, греческом, венгерском, индонезийском, итальянском, корейском, польском, румынском, испанском и турецком.

**Aphorisms  
(Афоризмы)**

Сборник мудрости Учителя.  
на китайском / английском, французском / немецком, испанском / португальском;  
а также корейском.

**The Supreme Kitchen (1) — International Vegetarian Cuisine/Home Taste Selections**

**(Высочайшая кухня (1) — Интернациональная вегетарианская кухня)**  
коллекция кулинарных рецептов: рекомендованы медитирующими со всего света  
на аулакском, китайском / английском, японском.

**The Supreme Kitchen (2)  
(Высочайшая кухня (2))**

коллекция кулинарных рецептов: рекомендованы медитирующими со всего света  
(Часть2)  
на китайском / английском в одном издании.

**One World ... of Peace through Music  
(Мир единства... мир музыки)**

Коллекция интервью и музыкальных композиций с благотворительного концерта  
в Лос-Анджелесе, штат Калифорния  
на аулакском / китайском / английском.

**The Collection of the Art Creation by Supreme Master Ching Hai  
(Альбом художественных произведений Учителя)**

на аулакском / китайском / английском в одном издании.

**S.M. Celestial Clothes  
(Небесные одежды)**

на китайском / английском в одном издании.

## DVD диски с субтитрами на русском языке

Просмотр лекций Учителя помогает нам вернуть себе ясное восприятие и напоминают о нашем истинном Я. Её мудрость часто выражается посредством

юмора, Ее слова и жесты дарят смех и серечное тепло. Аудио записи этих лекций и бесед с посвящёнными незаменимы в дороге, они сделают любой путь приятным.

<b>Код</b>	<b>Название</b>	<b>Место</b>
184	Майтрея Будда и шестеро детей/Истина об этом мире	
		<i>Сиу, Формоза</i>
240	Вести мир в новую эру	<i>Сиу, Формоза</i>
260	Тайна иного мира	<i>ООН, Нью-Йорк</i>
356	Станем орудиями в руках Бога	<i>ООН, Женева</i>
401	Тайна причины и следствия	<i>Бангкок, Тайланд</i>
467	Страдание в этом мире происходит из-за нашего невежества	<i>Сингапур</i>
474	Следуй велению сердца (1, 2)	<i>Париж, Франция</i>
582	Будьте целеустремлёнными на духовном пути	<i>Сидней, Австралия</i>
588	Паломничество Мастера в Гималаи (1, 2)	<i>Лос-Анджелес, США</i>
626	Каждая душа избирает свой путь	<i>Лос-Анджелес, США</i>
662	Смело смотреть жизни в лицо	<i>Лондон, Англия</i>
671	Быть просветленным	<i>Тель-Авив, Израиль</i>
673	Выше уровня эмоций	<i>Кейптаун, Южная Африка</i>
677	Улыбка ангела	<i>Бангкок, Тайланд</i>
688	Любовь — истинная сущность жизни	<i>Куала-Лумпур, Малайзия</i>
689	Просветление и неведение	<i>Катманду, Непал</i>
691	Иллюзия, как отражение реальности	<i>Манила, Филиппины</i>
694	Жизнь длится вечно	<i>Сеул, Корея</i>
701	Передавая великое учение	<i>Йонг-Донг, Корея</i>
705	Пробуждаясь ото сна	<i>Сеул, Корея</i>
712	Божественный разум животных	<i>Флорида, США</i>
718	Любовь — это всегда хорошо	<i>Флорида, США</i>
719	Избавление от дурных привычек	<i>Флорида, США</i>
756	Ценность честности	<i>Флорида, США</i>

## Музыкальные кассеты и компакт-диски (CD)

Музыкальный подарок Учителя включает в себя буддийские песнопения, поэзию в музыкальной обработке и композиции исполненные на традиционных инструментах таких как китайская цитра и мандолина.

**Буддийские песнопения:** Медитативные песнопения в исполнении Учителя. (альбомы 1, 2, 3).

**Святые песнопения:** Аллилуйя

**Traces of the Previous Life (Следы прошлой жизни):** Стихотворения на аулакском языке в исполнении Учителя. (альбомы 1, 2, 3).

**A Path to Love Legends (Тропа легенд о любви):** Стихотворения на аулакском языке в исполнении Учителя. (альбомы 1, 2, 3).

**Собрание музыкальных произведений Учителя** (альбомы 1-9): цимбалы, клавишин, рояль, китайская цитра, электронное пианино и т.д.

## Как заказать публикации

Наша политика состоит в том, чтобы распространять все публикации практически по их себестоимости. Если вас интересует определенная книга или кассета, пожалуйста, прежде всего наведите справки в вашем местном Центре или у местного представителя. Вы можете также сделать заказ непосредственно в Центральном штабе на Формозе (P.O. Box 9, Hsiu Miaoli 36899, Formosa/Taiwan, R.O.C.) или через Интернет:

<http://www.godsdirectcontact.org.tw/multilang/>  
<http://smchbooks.com/new-c/cover/cover.htm>  
<http://magazine.godsdirectcontact.net/>

Желающим предоставляется подробный каталог. Также списки новых изданий присутствуют в онлайн-журнале новостей. Кроме того книги, кассеты, портреты, картины и ювелирные изделия Учителя можно увидеть на выставках проводимых во время ритритов.

## Метод Гуань Инь в Интернете

Прямая связь с Богом — официальный сайт Международной Ассоциации Высочайшего Учителя Чинг Хай:

[www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/links/links.htm](http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/links/links.htm)

Этот портал предоставляет ссылки на сайты о Методе Гуань Инь на разных языках а также круглосуточный доступ к телепрограмме "Путешествие в сферу эстетики". Вы сможете скачать брошюру "Ключ к непосредственному просветлению" на разных языках, а также скачать или подписаться на интернет-журнал Новости Высочайшего Учителя Чинг Хай в формате eBook, в печатной или онлайн-версии.

[www.quanyin.narod.ru](http://www.quanyin.narod.ru) (на русском языке)

*"Найдите своё собственное Вечное Сокровище, и Вам воздастся из его Неистощимого Источника. Это Бесконечное Благословение! У меня нет слов, способных это описать. Я могу лишь воздать этому хвалу и надеяться, что Вы ей поверите и что моя энергия как-то заденет Ваше сердце и вызовет у Вас чувство радости, и тогда Вы поверите. После Посвящения Вы узнаете истинное значение моих слов. У меня нет ничего другого, чтобы донести до Вас то Великое Благословение, которое Бог начал до нас, дав право распространять его бесплатно и безусловно".*

*~ Высочайший Учитель Чинг Хай ~*

*"Все мы принимаем на себя некоторое количество кармы других людей, когда смотрим на них, думаем о них, вместе обедаем, одалживаем книгу и т.д. Так мы благословляем людей и уменьшаем их карму. Вот для чего нужна наша практика, — чтобы распространять Свет и прогонять тьму. Благословенны те, кто дает нам свою карму. И мы счастливы им помогать".*

*~ Высочайший Учитель Чинг Хай ~*

*"На человеческом языке мы все время несем чушь. Нам постоянно необходимо болтать о том, да о сем. Мы сравниваем, оцениваем, опознаем, даем всему имена. Но об Абсолюте, если это истинный Абсолют, Вам нечего сказать. Вы не можете говорить о нем. Вы не можете о нем думать. Вы не можете его себе представить. Там ничего нет. Понимаете?"*

*~ Высочайший Учитель Чинг Хай ~*

## Как с нами связаться

### The Supreme Master Ching Hai International Association

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

\* В следующем списке представлены посредники из добрых стран, в которых соблюдается основная или бóльшая свобода вероисповедания. Если в вашем районе нет посредника, пожалуйста, свяжитесь с посредником в ближайшем к вам городе или стране.

Постоянно обновляемый список посредников по всему миру вы найдёте по адресу:

[www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/cp](http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/cp)

#### ☀АФРИКА

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

\* Benin:

- Cotonou / Mr. Yedjenou Georges / 229-96681228 / smchwisdom@gmail.com
- Cotonou / Mr. Yedjenou Sylvestre / 229-21380404 / yedsylves@gmail.com
- Cotonou / Mrs. Hounwanou Sessito Lucie / 229 93427641, 229 95910948 /

smchcelestialhome@gmail.com

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

\* Burkina Faso: Ouagadougou / Mr. Kaboré Bouawindemanegré Desiré / 226-76 16 90 45 / dkabore15@yahoo.fr

\* Cameroon:

- Douala / Boyomo Jean Jules / 237 94310598 / Boyalo86@yahoo.fr

\* Dem.Rep. of the Congo:

- Kinshasa / Center / 243-991279996 / blessedcongo@yahoo.fr

\* Gabon: Libreville / Center / 241-06301779, 241-04572394 / Guimbety01@yahoo.fr

\* Ghana:

- Accra / Mr. Abel Attah / 233-243347098 / schekles@yahoo.com

\* Kenya:

- Nairobi / Mr. Henry Nganga Mwangi / 254-720108871 / Deelock90@yahoo.com

\* Mauritius:

- Port Louis / Mr. Janesh KISTOO / 230-2577520 / janesh1977@gmail.com

\* Nigeria: Yenagoa / Ms. Harry Juliana / 234 813 488 0142 / brayila@yahoo.com

- \* Rep. of the Congo: Brazzaville Center / 242-5694029, 242-5791640 / goldenagecongo@yahoo.fr
- \* R.S.Africa:
  - Cape Town / Center / 27-83-952-5744 / capetowncentre@yahoo.com
  - Johannesburg / Mr. Gerhard Vosloo / 27-11-44-765-44 / 27-82-70-437/ ghvosloo@mweb.co.za
- \* Togo:
  - Kpalime / Mr. DJOLA Fawil / 228-91 32 94 46 / fawidjo@yahoo.fr
  - Lome / Mr. GAMADO Komlan / 228-92 40 06 57 / divinraso@yahoo.fr
- \* Uganda: Kampala / Ms. Kigoonya Rosalyn / 256-772-675436 / kigoonyarosalyn@yahoo.com

## ☀ АМЕРИКА

- \* Argentina: Buenos Aires / Mrs. Silvia Graciela, Gennaro / 54-11-4924-1802 / Silvia.gennaro@gmail.com
- \* Brazil:
  - Belem / Ms. Cleci de Brito Neves / 55-9188019288 / contato.belem@yahoo.com.br
  - Goiania / Mr. Eusmar Rodrigues Martins / 55-62-96016636 / goianiacenter@gmail.com
  - Recife / Center / recife.center.pe@gmail.com
  - Recife / Ms. Salma Casierra Alvarez / 55 81 3326 7479 / salmacasierra@gmail.com
  - Pernambuco / Ms. Isabela de Carvalho Cavalcante da Silva / 55-81-9612-7370 / isabela.\_cavalcante@hotmail.com
  - San Paulo / Liaison office / 55-11-5083-7227 / sp@contatodiretocondeus.org
  - San Paulo / Mrs. Marcia Mantovaninni / 55-11-3083-5459 / Manto.CAM@hotmail.com
- \* Canada:
  - Edmonton / Mr. Tuan Anh Phan / 1-780-235-7578 / Edmonton99999@yahoo.ca
  - London / Center / Mr. Bill Barton / 1-519-4952215 / bbarto2162@rogers.com
  - Montreal / Mr. Terry Terrian / 1-514-758-7762 / tterrian@yahoo.com
  - Ottawa / Center / ottawacenter@gmail.com
  - Ottawa / Ms. Sonal Pathak / 1-819-770-5516 / sjpathak36@hotmail.com
  - Toronto / Ms. Wai Ling Anita Kwok / 1-647-2005966 / anitawkwok@gmail.com
  - Vancouver / Center / Vancouver.Center@gmail.com
  - Vancouver / Ms. Ai / 1-604-780-3865/ nirvana.purelove@gmail.com
  - Victoria / Mrs. Betska K-Burr / 1-250 652-7020 / Bea@BeautifulEarth.org
- \* Chile:
  - La Serena / Mr. Ruben Augusto Bonilla Araus / 56-92967880 / ruboar@hotmail.com
  - Santiago / Center / 56-2-6385901 / chilecenter1@yahoo.com
  - Santiago / Mr. Mario Gonzalez Berrios / 56-82614056 / berriosgonzalez@gmail.com
- \* Colombia: Bogota Center / Mrs. Yudy Liceth Guzman Perdomo / 57-3003932587 / contactodirectocondioscolombia@gmail.com
- \* Costa Rica:
  - San Jose / Mr. Luis Alonso Alfaro Sibaja / 506-8888-0837 / CostaRicalInfoPC@gmail.com
- \* Ecuador:
  - Loja / Mr. Alan LEE / 653-9722 0387 / alantblee@gmail.com
- \* El Salvador / San Salvador / Ms. Carolina del Carmen Rivera / 503- 7790-6258 / fenixcarolina@yahoo.com
- \* Honduras: Tegucigalpa / Mrs. Ondina Corrales Flores / 504-222-7733 / ondicotgu@yahoo.com
- \* Mexico:
  - Mexico State / Ms. Laura Lopez Aviles / 52 55 50249316, 52 55 13974330 / texcenter@gmail.com
  - Monterrey / Mr. Humberto Martinez / 52-81-811-1691541 / mtycenter@gmail.com

- \* Nicaragua: Managua / Center / 505-248-3651 / pastora7iglesia@yahoo.com
- \* Panama:
  - Panama / Mrs. Huang Kuo Mei-O / 507-6500-8652 / meio54@hotmail.com
- \* Paraguay: Ciudad del Este / Mr. & Mrs. Italo Acosta / 595-61-510417, 595-983614592 / Italoacostaa@hotmail.com
- \* Peru:
  - Cusco / Mrs. Patricia Kross / 51-84-232-682 / ef\_pat@yahoo.com
  - Lima / Ms. Maria Isabel, Tuesta Angulo / 51-01-3486976 / maritue\_pe@yahoo.com
  - Puno / Ms. Karla La Torre Choquehuanca / 51-51-368523 / karlaetco@hotmail.com
  - Trujillo / Ms. Maria Andrea Paredes Lopez / 51-44224908 / paloma\_qyin@yahoo.com
- \* Surinam / Mrs. Nian Li Chen / 597-8597491 / nianli.2006@yahoo.com.cn
- \* Uruguay: Montevideo / Mr. Esteban Ceron / 598-2-305 9288 / estceron@yahoo.com
- \* Venezuela: Maracaibo / Ms. Dianela Carola Diaz Fereira / 58-414-0592606 / dianela33@yahoo.es
- \* USA:
  - § Arizona / Mr. Elie Firzli / 1-602 692 5035 / pelikan@cox.net
  - § Arkansas: Ms. Cynthia Hudson / 1-479-981-1858 / arkansascenter1es@cox.net
  - § California:
    - Fresno / Ms. Ching Wen You / 1-559-647-2652 / jean168you@yahoo.com
    - Los Angeles / Mr. Elias Rodriguez / 1-951-244-4485, 1-626-664-1664 / elias.bebliiss@gmail.com
    - Los Angeles / Mr. Loi To / 1-714-803-8818 / Loi.To@hotmail.com
    - Sacramento / Mr. Thi Thai Le / 1-916-799-7768 / thaivegi@yahoo.com
    - Sacramento / Mr. Tuan Minh Le / 1-916-234-0467 / tuanins@yahoo.com
    - San Diego / Mr. Dau Van Ngo / 1-858-573-2345 / sandiegocenterusa@gmail.com
    - San Francisco / Ms. Karen Lam / 1- 415-564-5464 / SFshines@gmail.com
    - San Jose / Ms.W. Patricia Chiang / 1-650-2003628 / us.sanjose.wisdom@gmail.com
    - San Jose / Mr. David Allan Smugar / 1-818 261-4003 / David\_Smugar@yahoo.com
    - San Jose / Ms. AiHoa / 1-408-821-2733 / lamaihoa@gmail.com
    - Calexico / Mr. Marco Calderon / 1-760-960-0708 / macuarte@hotmail.com
  - § Colorado: Mrs. Rachel Marzano / 1-720-229-0446 / coloradocenterusa@gmail.com
  - § Florida:
    - Cape Coral / Mr. Long Huynh / 1-239-398-0639 / cccflsaints@gmail.com
    - Fort Lauderdale / Mr. Henry Lu / 1-212-385-9900 / yihyohlu@gmail.com
    - Orlando / Ms. Kim Anh Hang / 1-407-487-0651 / kimanh.hang@gmail.com
  - § Georgia: / Mrs. Bernal, Mariela / 1-770-383-2143 / Kminantes12@gmail.com
  - § Hawaii: Mr. Neil Trong Phan / 1-808-398-4693 / neilphan@gmail.com
  - § Illinois: Ms. Ciel Lord / 1-773-351-5957 / sm.illinois@gmail.com
  - § Indiana:
    - Fort Wayne / Center / indianacenter@yahoo.com
    - Fort Wayne / Mr. George Le / 1-260-348-1254 / goldenageFW@gmail.com
  - § Kentucky:
    - Frankfort / Center / kycenter2000@yahoo.com
    - Louisville / Mr. Lei Wang / 1-502-644-2804 / wanglei300@gmail.com
  - § Maryland: Mr. Pete Theodoropoulos / 1-410-443-1358 / petetheo1111@hotmail.com
  - § Massachusetts:
    - Boston / Center / 1-401-651-4684 / bostoncenter2013@yahoo.com
    - Boston / Ms. Allison C. Joyal / 1-401-769-5948 / joyalallison@yahoo.com

- Boston / Mrs. Thao Bich Le / 1-860-519-8054 / tle2tp@gmail.com
- Boston / Ms. Li-Yu Chen / 1-781-228-1941 / Leahchen3@yahoo.com
- § Michigan: Mr. Martin J. White / 1-734-834-9208 / michigancenter@att.net
- § Minnesota: Mrs. Jade Tran / 1-952-583-2427 / godwife606@yahoo.com
- § Missouri: Ms. Mary Ella Steck / 1-573-230-3836 / maryellasmvt@gmail.com
- § New Mexico: Mrs. Ashley Dao Nguyen / 1-505 312-6229 / diepashleya@comcast.net
- § New Jersey:
  - New Jersey / Mr. Sidney Sit / 1-318-537-4471 / Sidney.sit@gmail.com
- § New York: Mrs. Lisa Li-Fang Wang / 1-917-805-3888 / Sumamanagement@aol.com
- § North Carolina: Mr. Fred Lawing / 1-704-614-4397 / northcarolinacenter@hotmail.com
- § Ohio:
  - Ohio / Mrs. Lynn McGee / 1-973-864-7633 / lynn.mcgee@yahoo.com
- § Oklahoma: Mrs. Tran, Thao / 1-918-292-8884 / smtu2007@cox.net
- § Oregon: Mrs. Xuan Cheng / 1-541-9054073 / xuan.cheng2008@gmail.com
- § Pennsylvania:
  - Philadelphia / Ms. Ling-Ling Hsu / 1-484-336-9043 / llhsu.pacp@gmail.com
  - Pittsburgh / Mr. Trung Kieu / 1-408 786 4856 / pittsburghcp@gmail.com
- § South Carolina / Mr. Michael Stephen Blake / 1-407-474-3492 / smch\_southcarolina@yahoo.com
- § Texas:
  - Austin / Mr. Nam Tran / 1-512-363-6399 / namtranx@yahoo.com
  - Dallas / Center / Mrs. Loching Huang (Ellie) / 1-214-264-3348 / 1-214-264-3348 / ellie\_hu@yahoo.com
  - Houston / Mr. Son Le / 1-832-955-3620 / sonbachle@ygmail.com
  - Houston / Mrs. Van Le Ngoc / 1-832-964-4980 / phivanlove@yahoo.com
  - San Antonio / Mr. Adam Gomez / 1-210-313-5023 / adamdgomez@hotmail.com
- § Virginia
  - Washington DC & Virginia Center / VaCenterUSA@gmail.com
- § Washington:
  - Seattle / Mr. Victor Huynh / 1-206 412-9645 / vichuynh99@yahoo.com
- § Wisconsin / Madison / Ms. Thu Lieu Thi Dang / 1-608-844-4480 / sm.wisconsin@yahoo.com

## ☀ АЗИЯ

- \* Azerbaijan / Baku / Mr. Ahmad Shahidov / 994-55 205 65 65 / ahmad\_shahidov@hotmail.com
- \* Cambodia / Center / 855-16829811 / starsoeng@yahoo.com
- \* Formosa:
  - Taipei / Center / 886-2-2788-0866 / tpe.light@gmail.com
  - Taipei / Mr. Yu, Pin / 886-958839586 / smchiloveu@gmail.com
  - Miaoli / Mr. Lai, Guan Yuan / 886-923313253 / angle.flying@msa.hinet.net
  - Kaohsiung / Mr. Wu, Kun Jan / 886-921-680197 / as8867093@gmail.com
- \* Hong Kong:
  - Hong Kong / Liaison office / 852-26378257 / yfyl.hongkong@gmail.com
- \* India / Mumbai / Bipin Thosani / 91-9833086680 / bipinthosani@gmail.com
- \* Indonesia:
  - Bali / Center / 62-361-231-040 / smch\_bali@yahoo.com
  - Bali / Mr. I Nyoman Widyasa / 62-81558068909 / qomink2006@yahoo.com
  - Jakarta / Center / 62-21-6319066 / smch.jkt@gmail.com

- Jakarta / Ms. Faye Yowargana / 62-815-9982537 / fayebright@gmail.com
- Malang / Mrs. Leny Laniwati / 62-341491964 / 62-83833408736 / leny\_alpine@yahoo.com
- Medan / Center / 62-61-4514656 / smch\_medan@hotmail.com
- Medan / Ms. Erika Wijaya Ng / 62-85664065425 / universalove333@gmail.com
- Surabaya / Ms. Swandajani Handjaja / 62-8155000990 / swanny@sby.dnet.net.id
- Yogyakarta / Mr. Tomitro / 62-274.624560 / 62-8122701642 / tomitrojusdarman@gmail.com
- \* Israel: Tel Aviv / Ms. Orit Adari / 972-50-2465008/ orita444@gmail.com
- \* Japan:
  - Gunma / Ms. Ritsuko Takahashi / 81-90-1605-6863 / rita@rainbow.plala.or.jp
  - Tokyo / Mrs. Takahashi, Eiko / 81-9071971478 / eco117heart@yahoo.com
  - Osaka / Mrs. Miyake Mie / 81-86682-1126 / mm.lucky22@gmail.com
- \* Jordan / Mr. Jafar Marwan Irshaidat / 962 7 95119993 / estaphuam@hotmail.com
- \* Korea:
  - Andong / Center / 82-54-821-3043 / smandong@hanmail.net
  - Andong / Ms. Kim Jin Hee / 82-10-4855-6855 / kjh5606kr@yahoo.co.kr
  - Busan / Center / 82-51-334-9204 / chinghaibusan@gmail.com
  - Busan / Mrs. Chang Hee KIM / 82-10-5150-9204 / Kchee123@naver.com
  - Daegu / Center / 82-53-743-4450 / chinghaidaegu@hanmail.net
  - Daegu / Mrs. Si-jung, Kim / 82-10-4043-0351 / sjk616@hanmail.net
  - Daejeon / Center / 82-42-625-4801 / smdaejeon@gmail.com
  - Daejeon / Mrs. Kim Joung Eun / 82-10-6267-6090 / smnet21@naver.com
  - Gwang-Ju / Center / 82-62-525-7607 / smgwangju@naver.com
  - Gwang-Ju / Mr. Hong Soon / 82-10-3198-8212 / hong8212@naver.com
  - Incheon / Center / 82-32-867-5351 / lightundinchon@yahoo.com
  - Jeonju / Mr. Choi Beyong Sun / 82-11-9715-9394 / buda1996@hanmail.net
  - Sang Ju / Center / 82-54-532-5821 / hoomri21@yahoo.co.kr
  - Seoul / Center / 82-2-5772158 / worldvegan.seoul@gmail.com
  - Seoul / Mr. Kang Jin Tae / 82-11-263-3563 / samwoncokr@daum.net
  - Ulsan / Center / 82-52-224-4111 / chinghailulsan11@hanmail.net
  - Ulsan / Mrs. Lee Mal Soon / 82-52-265-4766, 82-10-5142-4766 / soon605@hotmail.com
  - Wonju / Center / 82-33-763-9358 / smchwonju@naver.com
  - Wonju / Mr. WON, Eurmtai/ 82-11-622-2843 / wdlte@naver.com
  - Youngdong / Center / 82-54-5325821 / hoomri21@yahoo.co.kr
- \* Laos: Vientiane / Mr. Somboun Phetphommasouk / 856-20 22072452 / sobo52@yahoo.com
- \* Macau:
  - Macau / Center / 853-28532231 / macpositive@yahoo.com.hk
- \* Malaysia:
  - Alor Setar / Ms. Chin Chai Yean / 60-19-4118298 / jellyyeen@yahoo.com
  - Johor Bahru / Mr. Wang Ah Sang / 60-16-7220779 / wangahsang@yahoo.com
  - Kuala Lumpur / Ms. Phua Mee Horng / 60-12-2786098 / phmegan@gmail.com
  - Penang / Center / 60-4-2285853 / happyyogipg@gmail.com
  - Perak / Mr. Cheng Huat Tan / 6016-5232237 / orgvegantan@hotmail.com
- \* Mongolia:
  - Ulaanbaatar / Ms. Undral Tumurkhuyag / 976-95359909 / Mongolia.centre.fa@gmail.com

- Ulaanbaatar / Mr. Enkhbat, Dombon / 976-11-301101, 976-11-318153, 976-99-722198 / smcenter4mongolia@gmail.com
- \* Myanmar:
  - Yangon / Center / saianaik.006@gmail.com
  - Yangon / Ms. Thin Thin Lwin / 95-42-24373 / 95-9-8550401 / thinthinlwin28@gmail.com
- \* Nepal: Kathmandu / Mrs. Meera kumari Khanal / 977-9845253713 / meerakumari\_khanal@yahoo.com
- \* Philippines:
  - Manila / Ms. Rosean Villones / 63-9295583763 / rosean\_204@yahoo.com
- \* Singapore:
  - Singapore / Center / 65-6741-7001 / chinghai@singnet.com.sg
  - Singapore / Mr. Chin Joo, Tay / 65-81826695 / t.chinjoo@gmail.com
- \* Sri Lanka:
  - Colombo / Center / 94-11-2412115, 94-772-984912 / smchp2freedom@gmail.com
- \* Syria / Mr. Aiham Bader / 963-949-200481 / Yamato9@gmail.com
- \* Thailand:
  - Bangkok / Mrs. Tanya Chongvilaiwan / 66-2807 9895 / 66-897484907 / tanya\_angspatt@yahoo.com
  - Songkhla / Mrs. Suda Sangthongkoon / 66-84-969-7129 / sinnsuda@gmail.com
  - Nakhon Ratchasima / Mr. Watana Sridanklang / 66-81-760-6281 / sridarn\_wat@hotmail.com
  - Chiang Mai / Mrs. Kantha, Kulitsara / 66-53-852832/ 66-851554337 / larlar.kunta@gmail.com
- \* Turkey:
  - Istanbul / Ms. Gizem Atesoz / 90-216-369-3788 / 90-507-363-8901 / gizem@quanyin.info
  - Ankara / Mrs. Sule Nesrin Alper / 90-5325180146 / snalp@hotmail.com
- \* UAE: Abu Dhabi / Mr. Dhiraj D. Radadiya / 971-50-3118499 / dradadiya@yahoo.com

## ✧ ЕВРОПА

- \* Austria:
  - Vienna / Mr. Kral Alfred / 43-699 1000 5738 / viennaveganpeace@gmail.com
- \* Belgium: Brussels / Mrs. LUU, Kim Yen / 32-2-479-1546 / kimyen.luu@mail.be
- \* Bulgaria:
  - Sofia / Ms. Dilyana Mileva / 359-895-937 420 / mileva74@gmail.com
  - Plovdiv / Ms. Radostina Koleva / 359 0887773480/ radost\_kol@yahoo.com
- \* Croatia / Ms. Dorotea Žic / 385-98-378165 / tebudd@gmail.com
- \* Czech:
  - Prague / Center / 420-261-263-031 / czech-center@spojenisbohem.cz
  - Prague / Mr. Nguyen Tuan Dung / 420-608124709 / czech-center@spojenisbohem.cz
- \* Estonia / Ms. Astrid Murumagi / 358 5059 62315 / astrid\_murumagi@yahoo.com
- \* Finland:
  - Helsinki / Ms. Camilla Victoria Sonninen / 358-415293188 / helsinkicenter@gmail.com
- \* France:
  - Alsace / center / Mr. HENRION Arnaud / 33-3-89-77 0607 / allmightylove@gmail.com
  - Montpellier / Mr. Sylvestrone Thomas / 33-4-67650093 / ocean-amour@wanadoo.fr
  - Paris / Ms. Anna Horodynska / 33-620076254 / journeyback@hotmail.com
  - Guadeloupe / Ms. David Lorin / 590-590223214/ 590-690549017 / sarvamaata@hotmail.fr
- \* Germany:
  - Berlin / Mrs. Anja Hable / 49-179-7976653 / berlin-center@gmx.de
  - Duisburg / Mrs. Rost, Henrike / 49-221-78963428 / 49-179-9025423/ henrikerost@gmx.net

- Freiburg Breisgau / Mr. Alain Spindler / 33-3 69 34 14 56 / freiburg.center@sfr.fr
- Hamburg / Mr. Pa-Landing Bojang / 49-176 68938725 / p.bojang@gmx.de
- Munich / Ms. Nguyen, Thi Thuy / 49-89-37966730 / ahimsa.tn@googlemail.com
- \* Greece:
  - Athens / Mr. John Makris / 30-210 8660784 / johnmackris@yahoo.co.uk
- \* Hungary:
  - Budapest Center / 36-1-363-3896 / budapestcenter@gmail.com
  - Budapest / Ms. Boros, Kata Vera / 3620 221 50 40 / filagoria@gmail.com
- \* Iceland / Ms. Ngô Thị Khá / 354 - 8205778 / reykjavik.center.iceland@gmail.com
- \* Italy:
  - Pescara / Mr. Antonino Buonamico / 39 080 523 0645 / 39 328 468 0951 / amicanto@hotmail.com
  - Bologna / Mrs. Nancy Dong Giacomozzi / QuanYinBologna@gmail.com
- \* Ireland:
  - Dublin / 353-861709879 / dublinsmch@yahoo.co.uk
- \* Norway: Oslo / Ms. LIN YANG / 47-21449273/ aileenyoung@hotmail.com
- \* Poland:
  - Warsaw / Ms. Malgorzata Mitura / 48-724 115 369 / malgorzata.mitura@gmail.com
  - Bielsko - Biala / Ms. Marta Pajak / 48-600149958 / qy.marta@gmail.com
- \* Portugal:
  - Lisbon / Mr. H. Silva / 351-933257757 / heqyss@hotmail.com
- \* Romania: Bucharest / Center / 358-443338893 / bucharestqy@yahoo.com
- \* Russia:
  - Moscow / center / smchmoscow@yandex.ru
- \* Serbia: Belgrade / Ms. Maja Mijatović / 381642748820 / majazemun@yahoo.com
- \* Slovakia: Zilina / Mr. Roman Sulovec / 421-903100216 / meditacia@spojeniesbohom.sk
- \* Slovenia:
  - Celje / Mr. Damjan Kovačič / 386-40236433 / qy4ever@yahoo.com
  - Ljubljana / Center / 386-1-518 25 42 / quanyinslo@gmail.com
  - Ljubljana / Mr. Benjamin Borišek / 386-70834649 / forevershinelove@gmail.com
  - Maribor / Mr. Igor Gaber / 386-41592120 / igor.gaber@gmail.com
- \* Spain:
  - Madrid / Mrs. Maria Jose Lobo Cardaba / 34 675389788 / mjose.loba@yahoo.es
  - Malaga / Mr. Vicente Perez Gonzalez / 34-675199062 / vicpergon@gmail.com
  - Valencia / Mrs. Wenqin Zhu / 34-963301778, 34-695953889 / valencialight@gmail.com
  - Valencia / Mr. Jose Luis Orduna Huertas / 34-653941617 / joselorduna@gmail.com
- \* Sweden:
  - Malmo / Mrs. Helen Tielman / 46-70-5719057 / qysouthsweden@gmail.com
  - Stockholm / Ms. Elizabeth Dabrowska Hagman / 46-76-84 80 978 / elizabeth.dhagman@telia.com
  - Uppsala / Ms. Youwei Wang / 46-73 789 6019 / peacejoy333@gmail.com
- \* Switzerland:
  - Geneva / Mrs. Eva Gyurova / 33 633 60 11 91 / gyurovi@yahoo.com
- \* The Netherlands:
  - Amsterdam / Naima ben Moussa / naima01@casema.nl
  - Amsterdam / Ms. Samia Chouhou / 31-610188302 / Samia155@hotmail.com
- \* United Kingdom:
  - London / Center / 44-77-3743 5869 / londonukcentre@googlemail.com
- § England:
  - London / Center / 44-77-3743 5869 / londonukcentre@googlemail.com

- London / Mr. Andrzej Misiak / 44-77-6848 9583 / a.misiak23@gmail.com
- Surrey / Ms. Leong Siew Yin / 44-7760275088 / surrey.centre@yahoo.co.uk

## ☀ ОКЕАНИЯ

### \* Australia:

- Adelaide / Ms. Hoa Thi Nguyen / 61-433161065 / gohomeasap@yahoo.com
- Brisbane / Ms. Renata Halpin / 61-412 775 678 / renatahalpin@gmail.com
- Canberra / Mrs. Tieng thi Minh Tam / 61-2-6100-6213 / tam.tieng@gmail.com
- Melbourne / Center / melbsmch@aol.com
- Melbourne / Ms. Jenny McCracken / 61- 431 587 830 / jam2arts@mac.com
- Melbourne / Mr. Nguyen / 61-422 113 775 / danhnguyen2475@yahoo.com.au
- Melbourne / Ms. Wei Feng / 61-414 839 533 / wfwisdom@gmail.com
- Mid North Coast / Mr. Eino Laidsaar / 61-2 6550 4455 / goldenagecenter@gmail.com
- Northern Rivers/ Byron Bay / Mark Kingsley Swanson Thornquest / 61 266740374 / mthornquest@hotmail.com
- Perth / Mr. Michael Page / 61-0499995922 / sunblessing905@gmail.com
- Sydney / Center / 61-469 719 222 / goldenyear2003@gmail.com
- Marulan / Ms. Julie Pharr / 614-2989-1282 / Julie.p.dixon@gmail.com

### \* New Zealand:

- Auckland / Mr. Garret Jaxen / 64-9-5541434/64-212551952 / nzgarretjaxen@gmail.com
- Christchurch / Mr. Terry Prince / 643-357-8387 / princenz@gmail.com
- Hamilton / Mr. Dean Niki Powell / 64-7-8566496 / hamiltoncp@yahoo.co.nz
- Nelson / Center / 64-3-5391313 / nelsoncenternz@gmail.com

### \*Supreme Master Television

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

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

<http://www.suprememastertv.com>

### \* Book Department:

E-mail: [divine@Godsdirectcontact.org](mailto:divine@Godsdirectcontact.org)

Fax: 1-240-352-5613 or 886-949-883-778

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

### \* A Journey through Aesthetic Realms TV Program Videotapes

E-mail: [TV@Godsdirectcontact.org](mailto:TV@Godsdirectcontact.org)

Fax: 1-413-751-0848 (USA)

### \* The Supreme Master Ching Hai International Association Publishing Co., Ltd. Taipei, Formosa

E-mail: [smchbooks@Godsdirectcontact.org](mailto:smchbooks@Godsdirectcontact.org)

Tel.: 886-2-87873935

Fax: 886-2-87870873

www.smchbooks.com

**\* News Group:**

E-mail: lovenews@Godsdirectcontact.org

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

**\* Spiritual Information Desk:**

E-mail: lovewish@Godsdirectcontact.org

Fax: 886-946-730699

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

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

Tel.: 886-2-222-61345

Fax: 886-2-222-61344

[www.sm-cj.com](http://www.sm-cj.com)

\*Celestial Shop: <http://www.theCelestialshop.com>

Edenrules: <http://www.edenrules.com>

Loving Food: <http://www.lovingfood.com.tw>

**\* Loving Hut International Company,Ltd**

E-mail: infoj@lovinghut.com

Tel.: 886-3-468-3345

Fax: 886-3-468-5415

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

**Первое издание:**        1994

**Автор:**                    Высочайший Учитель Чинг Хай

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

**Адрес:**                    No. 236 Soungshan Road, Taipei, Formosa, R.O.C.

**Тел:**                        886-2-87873935 / Fax: 886-2-87870873

**E-mail:**                    smchbooks@Godsdirectcontact.org

The Supreme Master Ching Hai 1994-2013

Все права защищены.

Вы можете воспроизводить содержание данной публикации без предварительного разрешения издателя.