

Передмова

Протягом багатьох віків людство відвідували виняткові особистості, які мали одну-єдину мету духовного збагачення людства. Ісус Христос був однією з цих особистостей, як Будда та Мухаммед. Ці імена добре знайомі вам, але є ще багато інших, яких ми не знаємо. Деякі з них навчали відкрито, інші залишались невідомими. Ці особистості мали різні імена в різні часи, в різних країнах. Вони згадуються під такими іменами, як Учитель, Просвітитель, Месія, Спаситель, Божа Мати, Провісник, Гуру, Живий Святий і тому подібне. Вони прийшли до нас, щоб дати нам Прозріння, Спасіння, Розуміння, Визволення чи Пробудження. Слова можуть бути різними, але суть їх одна. Посланці з одного Божественного джерела, з однаковою духовною величчю, моральною чистотою і силою, щоб піднести людей до рангу Святих з минулого, є серед нас сьогодні, але мало хто знає про їхню присутність. Одним із них є Suma Ching Hai.

Це унікальна особистість, всесвітньо визнана, як Живий Святий. Вона жінка, і багато буддистів та інших людей вірять у міф, що жінка не може стати

Буддою. Вона азіатського походження, і багато людей, що живуть на Заході, вважають, що їхній Спаситель повинен бути схожим на них. Однак є багато людей у світі, які, маючи різні релігійні погляди, є послідовниками її вчення і знають про неї. Щоб прийти до цього вчення, візьміть за основу відкритість своєї думки і щирість душі. Ще потрібен Вам час і увага.

Люди проводять більшість свого часу, заробляючи на життя і піклуючись про матеріальні потреби. Ми працюємо для того, щоб наше життя і життя тих, кого ми любимо, було зручним. Коли дозволяє час, ми звертаємо свою увагу на такі речі, як політика, спорт, телебачення чи останні плітки. Ті з нас, хто відчув силу любові від безпосереднього контакту з Царством Небесним, зрозуміли, що існує життя більше, ніж це. На жаль, хороші новини не дуже широко відомі, як хотілося б. Ми знаємо, що Царство Небесне недалеко. Прости нас, Господи, коли ми помиляємося через надмірний ентузіазм і говоримо речі, які можуть образити твоє раціональне мислення. Нам важко залишатися спокійними, бачачи те, що ми бачимо, та знаючи те, що ми знаємо.

Ми, хто вважає себе учнями Suma Ching Hai, застосовуючи на практиці її метод (метод Куан Ін), пропонуємо вам цю книгу з надією, що вона допоможе вам наблизитися до особистого пізнання духовності завдяки нашому Учителю чи комусь іншому.

Учитель Ching Hai навчає важливості практики медитації, внутрішнього споглядання та молитви. Вона пояснює, що ми повинні відкрити існуючий у нас Божий Дух для того, щоб бути дійсно щасливими у цьому житті. Вона говорить нам, що прозріння не є таємничим і недосяжним, і не тільки для тих, хто віддаляється від суспільства. Її робота - пробудити в нас Божий Дух, у той час як ми продовжуємо жити нормальним життям. Вона стверджує: **Ми всі знаємо істину. Ми її просто забули. Тому хтось має прийти і нагадати нам мету нашого життя, чому ми повинні знайти істину, чому ми повинні займатися медитацією і чому ми повинні повірити в Бога, чи Будду, чи в яку-небудь іншу Найвищу Силу Всесвіту.** Вона не просить нікого наслідувати її. Вона просто пропонує своє особисте прозріння як приклад, щоб і інші змогли знайти своє остаточне визволення.

Це видання є передмовою до вчення Suma Ching Hai. Будь ласка, запам'ятайте те, що лекції, коментарі та цитати Учителя містять у собі те, що нею було сказано, записано, перекладено з інших мов, переписано і далі відредаговано для публікації. Ми радимо вам послухати і побачити оригінальні аудіо- та відеокасети. Ви будете мати більше уявлення про її присутність із цих джерел, ніж від написаних слів. Звичайно, найкраще - це побачити її особисто.

Для деякого Учитель Ching Hai - мати, для деякого Вона - батько, а для інших вона є коханою. Нареш-

ті, вона - найкращий друг, якого ти міг би мати у цім світі. Вона тут для того, щоб давати, а не брати. Вона не бере ніякої платні за навчання, допомогу чи посвячення. Єдине, що вона візьме від вас - це ваші страждання, ваше горе і біль. Але тільки якщо ви захочете цього!

Коротка біографія Suma Ching Hai

Учитель Ching Hai народилася в заможній аулакській сім'ї; вона була донькою добре знаного натуропата. Виховували її згідно католицьких обрядів, а від своєї бабусі вона дістала основи буддизму. Ще в дитинстві вона відзначалася неабиякою зацікавленістю до вивчення філософії та релігії і разом з тим виявляла надзвичайно чуйне ставлення до всіх живих істот. У 18 років Учитель Ching Hai поїхала вчитись до Англії, а потім до Франції та Німеччини. Там же вона працювала у "Червоному хресті", вийшла заміж за німецького вченого. Через два роки щасливого подружнього життя, за згоди свого чоловіка, вона розриває шлюб, для того щоб йти далі шляхом просвітлення. Таким чином, вона прямувала до того ідеалу, який був перед нею ще в дитячі роки. В цей час вона займається вивченням різних методів медитації та духовних дисциплін під керуванням учителів і наставників, яких вона могла дістатися. Вона приходить до розуміння марності намагань однієї людини, яка прагне допомогти всьому потерпаючому людству. Вона визнає, що найкра-

щий спосіб допомоги людям - це досягти самій повної реалізації. З цією єдиною метою вона побувала у багатьох країнах, відшукуючи найкращий метод просвітлення. Через багато років експериментів, перевірок і випробувань Учитель Ching Hai нарешті віднайшла у Гімалаях метод Куан Іннь та спосіб духовного спілкування. Після ретельної практики під час її перебування у Гімалаях вона досягла духовного просвітлення. Протягом кількох років після досягнення духовного просвітлення Учитель Ching Hai жила тихим, скромним життям буддистської монахині. Будучи скромною по природі, вона тримає знайдений дорогоцінний скарб схованим до тих пір, поки люди не почали шукати самі її настанов та її посвячення. І тільки після настійливих прохань перших з її послідовників з острова Формоза (Тайвань) та зі Сполучених Штатів Учитель Ching Hai почала читати лекції по усьому світу і надала посвячення десяткам тисяч щирих духовних послідовників.

Сьогодні все більше і більше людей з різних країн, які займаються пошуками істини, звертаються до неї, до її верховної мудрості. Усім, хто щиро бажає вивчати та практикувати її метод Безпосереднього Просвітлення - що, як вона встановила, є найдосконалішим - Учитель Ching Hai безкоштовно дає посвячення та пропонує подальше духовне наставництво.



Таємниці інших Світів

*Лекція Suma Ching Hai
ООН, Нью-Йорк
26 червня 1992 року*

Вітаю вас у Організації Об'єднаних Націй. Прошу, помолимося разом. Нехай кожен у своїй власній вірі складе подяку Господу за те, що має, й те, що надане йому. Ми усім серцем бажаємо й сподіваємося, що тим, хто не має необхідного, буде дано, як дано було нам; що вигнанці світу, жертви воєн, солдати, глави урядів і, звичайно, лідери ООН зможуть довести до кінця задумане і жити у мирі й злагоді.

* * *

Ми віримо, що все, про що ми просимо, буде дано, бо так мовить Біблія. Дякую!

Багато часу минуло відтоді, як я була тут. Чи хтось із вас був раніше тут, - я маю на увазі - на моїх лекціях? Коли? О, так? Так багато? Дякую. Як ви знаєте, наша сьогоднішня лекція називається "Поза межами цього світу", тому не маю бажання розпові-

дати вам ще щось про наш світ. Його ви всі добре знаєте, чи не так? Ви знаєте, що у цьому світі існує ООН, Америка, Нью-Йорк, яблуко, та поза межами його все інакше. Я думаю, що всім, хто прийшов на лекцію, було би цікаво дізнатися про це. Це ж зовсім не які-небудь дива чи фантастика у дусі Стівена, в яку нам важно повірити. Це щось дуже наукове, цілком логічне й надзвичайно важливе.

Всі ми чули, що у різних релігійних книгах та Священних Писаннях згадується про існування семи небес, про наявність різних рівнів свідомості, про Царство Боже у нас самих, про сутність Будди й тощо. Всі ці речі обіцяні нам у загробному житті. Однак лише дуже небагатьом відкрито доступ до того, про що мовиться у цих Священних Писаннях, дуже небагатьом. Не можна сказати, що взагалі нікому, але небагатьом. У порівнянні з населенням Землі, людей, яким відкрито Царство Боже всередині них або ж двері у так званий "Поза межний світ", дуже мало. Живучи в Америці, ви, звичайно ж, маєте можливість читати безліч книг про речі, що виходять за рамки повсякденного. І сюжети деяких американських кінофільмів не є всуціль вигаданими. Є й кілька японських стрічок, у яких також не все лише гра уяви. Напевне тому, що режисери читали деякі з книг, які писалися людьми, що побували у інших світах або ж на них зіходило Божественне Осяяння.

Отже, що ж знаходиться у Царстві Божім? Навіщо нам клопотатися ним, якщо у нас і у цьому світі дос-

татньо справ, якщо у нас є робота, затишний дім та численна любляча рідня? Саме тому, саме з-за того, що ми це вже маємо, потрібно нам клопотатися Царством Божим. Коли ми вимовляємо - "Царство Боже" - то звучить надто релігійно. Адже це всього лише один з рівнів вищої свідомості. У давнину люди називали це небесами. Користуючись науковою термінологією, можна визначити це, як інший, вищий, рівень знань, вищий ступінь мудрості. І ми змогли б його досягти, коли б знали як.

Отже, нещодавно... нещодавно у Америці ми усі чули про найновіший винахід, про те, що вже існує пристрій, який здатен ввести вас у самадхі. Ви вже спробували? Ні? Він продається. Від чотирьох до семи сотень, залежно від того, на який рівень. Ви бажаєте потрапити. Він зветься..., призначений для ледачих людей, які не хочуть займатися медитацією, а хочуть одразу спинитися у самадхі. Зараз, коли вже ви про це нічого не знаєте, я коротенько розповім про цей винахід.

Вони стверджують, що ця машина може увести вас у розслаблений, споглядальний стан..., стан, у якому ваш К.Р. (коефіцієнт розумового розвитку) досягає найвищого рівня. Припускається, що ви набудете вище знання, вищу мудрість, почуватиметеся загалом пречудово і т.п. У пристрої використовується спеціально підібрана музика, тому вам потрібні навушники. Крім того, в них застосовують електрику, швидше всього просто токи, які вас стимулюють, потім

ви, можливо, побачите щось на зразок спалаху. Тому вам необхідно зав язати очі. Навушники й пов язка на очі - це все, що потрібне для досягнення самадхі. Це напрочуд гарно, і всього чотириста доларів - геть задешево. Насправді ж самадхі коштує значно дешевше, воно не варте нічого і дається назавжди, назавжди. І вам не треба підзаряджуватися від електричної батареї, вставляти й висмикувати штепсель чи у випадку, коли машина зіпсується, немає необхідності йти й ремонтувати її.

Отож, навіть штучне освітлення й вигадана музика можуть зробити людей достатньо мудрими. Я читала про цей передбачуваний ефект у газетах, але сама не пробувала зробити це. Тепер подібні речі дуже популярні, і, як я чула, багато машин вже продано. Навіть цим штучним засобом можна примусити нас розслабитися, а також підвищити наш К.Р., а уявіть собі, наскільки мудрішими допоможуть нам стати речі справдешні! Істинні цінності знаходяться поза цим світом, але приступні вони кожному, коли б тільки ми забажали діткнутися до них. Це внутрішня небесна музика, внутрішнє божественне звучання. І залежно від сили цієї музики, від внутрішнього світла чи внутрішнього звучання ми можемо прорватися за межу цього світу, досягти рівня глибшого розуміння.

Мені це дуже нагадує фізичний закон. Ви запускаєте ракету... проти сили тяжіння. Вам треба штовхати її з величезною силою, і, коли швидкість її достатньо велика, вона починає випромінювати. Отже, якщо

ми надто швидко рухаємося у позамежний світ, то ми також... як би це сказати? О, я надто довго говорила китайською. Ми можемо... випромінювати, так! Також можемо випромінювати якесь світло і чути звучання. Воно є різновидом енергії, вібрації, яка виштовхує нас на вищий рівень, але робить це без найменшого шуму, не завдаючи незручностей, не приводячи до дискомфорту і не вимагаючи затрат. Це і є спосіб вийти у інший світ.

Все, що знаходиться у позамежному світі, набагато краще від того, що знаходиться у нашому. Все, що ми спроможні й неспроможні уявити. Ми зможемо переконатися в цьому, хоч раз випробувавши на собі. Ніхто іншим вірогідно не розповість вам про це. Але ми повинні наполегливо бажати цього, бути насправді щирими, інакше ніхто за нас цього не зробить. Так само ніхто не зможе замінити вас на ваших робочих місцях у ООН, і ви одержуєте за це гроші. Так само ми одержуємо задоволення від їжі, коли ми їмо самі. Тому потрібно спробувати цей спосіб самому. Ми можемо вислухати людину, яка пережила це, але не зможемо здобути урок із її оповіді. Завдяки енергії людини, яка пізнала Бога, ми можемо один раз, кілька разів протягом кількох днів бачити якесь сяйво, чути звучання, до того ж цілком природно, не докладаючи до цього зусиль, та й у більшості випадків це продовжується недовго. Отож, ми маємо випробувати це самі.

Поза нашим світом існує безліч інших світів. Наведемо зараз приклад світу, який знаходиться трішечки вище нашого. У західній термінології його називають астральним. У астральному світі є сто й більше різноманітних рівнів. І кожен рівень сам по собі то цілий світ, що відповідає нашому рівневі розуміння. Це дуже нагадує університет, де кожен ступінь, який ми проходимо у процесі навчання, значить підвищення рівня осмислювання матеріалу, що вивчається, і отак ми поступово прямуємо до закінчення. У астральному світі ми побачимо багато різних так званих чудес, нас, можливо, випробовуватимуть дивами, і ми самі зможемо творити їх. Ми зможемо зціляти хворих, ми зможемо, як би це сказати, іноді бачити те, що сховане від інших. Ми володітимемо щонайменше шістьма різновидностями чудодійної сили. Ми зможемо бачити те, що завжди сховане від нас кордонами цього світу, і зможемо чути за межами простору. Віддаль не матиме для нас значення. Це ми називаємо божественним зором і божественним слухом. І тоді ми зможемо бачити крізь людські помисли, і іноді нам навіть буде під силу зазирнути у людську пам'ять. Ці можливості відкриваються нам вже на першому рівні Царства Божого.

У межах цього першого рівня, як я вже казала, є багато різних рівнів, він містить значно більше, ніж спроможний розповісти язик. І коли ми набудемо цього, ми зможемо... якщо ми... наприклад, після посвячення будемо медитувати, якщо наш рівень збіжиться з першим, то ми одержимо величезні можли-

вості. Тоді ми навіть зможемо розвинути наш літературний хист, хоча раніше не мали його. І ще ми дізнаємось безліч речей, про які інші люди не знають, і багато нам буде дано ніби дари небесні, іноді у фінансовій області, іноді у вигляді успішної кар'єри, іноді у чомусь іншому. І ми зможемо віршувати чи, можливо, писати картини, робити багато з того, що раніше зробити були просто не здатні, і зараз нам важко навіть уявити увесь діапазон наших майбутніх можливостей. Усе це дає перший рівень. Ми володітимемо пречудовим стилем, щоби писати книжки, віршувати. Раніше людина могла й не бути професійним письменником, але зараз вона може ним стати. Все це чисто матеріальні вигоди, що їх ми набуваємо, опинившись на першому рівні свідомості. Насправді ж вони зовсім не є дари Божі. Їх містять наші внутрішні небеса, і варто нам збудити в собі ці таланти, як вони негайно оживають. Тому ми вже можемо користуватися ними. Отже, це були деякі відомості про перший рівень. Ви задоволені? Вам хотілося б почути як найбільше? Добре, хай буде так. Вам доводилося чути про це раніше? Чули! Так, чули! Від кого? О так, а ще про що-небудь він розповідав? Добре.

Отож, коли ми, наприклад, піднімаємося на вищий рівень, перед нами відкривається безліч нових можливостей, і багато що стає доступним для нас. Зрозуміло, я не можу розповідати вам про все. Та хоча би з-за недостатності часу. Втім, адже все одно нецікаво вислуховувати захоплюючі історії про тістечка й цу-

керки і при цьому ні разу їх не покуштувати. Я поки що тільки злегка, поступово підіграваю ваш апетит, а якщо вам захочеться їсти, - то це вже інша справа. Справжню їжу ми запропонуємо трохи згодом. Так! Тільки у тому випадку, якщо ви справді цього забажаєте.

Піднімося тепер трохи вище, на другий рівень. Назвемо його "другим" для простоти. На ньому нас чекає значно більше можливостей і чудес у тому числі, ніж на першому. Але найчудовіша із можливостей, які набуваються нами на другому рівні - це красномовство... і мистецтво сперечатися. Ніхто не зможе підкорити собі людину, яка досягла другого рівня, тому що вона володіє надзвичайною красномовністю, а могутність її інтелекту досягла апогею.

Більшість людей із посередніми розумовими здібностями й невисоким К.Р. не можуть суперничати з такою людиною, оскільки її К.Р. надзвичайно високий. Проте це не просто фізичні можливості мозку, розвинуті до краю, це таємнича божественна сила, вроджена мудрість, внутрішньо притаманна нам. Тепер вона пробуджується. У Індії люди називають цей рівень "Буддхі", що означає "інтелектуальний рівень". Коли ви досягаєте "Буддхі", ви стаєте Буддою. От звідки з явилось слово "Будда" - від "Буддхі". Таким чином, Будда означає саме це. Це ще не довершеність. Я не збираюся обмежувати вас лише знайомством із Буддою, є дещо більше... Багато хто називає Буддою просвітлену людину. Якщо вона не знає про

рівні вищі другого, можливо, їй це полестить. Справді, думаючи, що вона - живий Будда, й учні з гордістю називатимуть її Буддою. Та насправді, навіть якщо вона досягла другого рівня і може бачити минуле, теперішнє й майбутнє будь-якої обраної нею людини і володіє абсолютною красномовністю, то це ще не кінець шляху у Царство Боже.

Людина не повинна пишатися здатністю читати минуле, теперішнє й майбутнє, оскільки це усього лише здатність читати тайнопис, як мовлять на Заході. Ті з вас, хто практикує Йогу чи різні види медитації, зможуть читати її. Для них це все буде просто, як для читачів бібліотеки, наприклад, тієї, що у сусідньому залі. У ній є книги усіма мовами. Там знайдете арабську, російську, китайську, англійську, французьку, німецьку - усі мови світу. У вашій бібліотеці у сусідньому залі є усе. Якщо ви здатні читати всіма цими мовами, ви можете дізнатися, що відбувається в будь-якій країні. Розумієте? Так само розуміє той, кому приступний другий рівень, він може тлумачити долю людини так само ясно й просто, як ви вашу власну біографію.

Є дещо більше, до чого потрібно прагнути на другому рівні свідомості. Але факт досягнення людиною другого рівня вже сам собою диво, адже вона стає живим Буддою у Царстві Розуму. І багато з того, чому немає у нас назви, відкривається їй. І немало див відбувається з нею, хоче вона того чи ні, тому що розум її віднині відкритий, вищі джерела зцілення й

гармонії приступні їй, і життя такої людини стає кращим та спокійнішим. Її розум, або ж Будди, настільки широкий, що може охопити усі знання в минулому й теперішньому, необхідні для того, щоб залагодити, чи переробити, чи навіть змінити усе погане, що зроблене було нею раніше. Ви розумієте? Це значить - виправити помилки і таким чином покращити своє життя.

Наприклад, ми не знали, що образили свого ближнього якоюсь ненавмисною дією, а зараз нам про це відомо. Ви розумієте? Дуже просто! Раніше ми не здогадувалися про те, що наш ближній був настроєний проти нас, не мовлячи й слова, й іноді намагався зробити за нашою спиною щось на шкоду нам, просто з непорозуміння чи з-за нашого необдуманого вчинку. Але тепер нам стало відомо, чому це відбувається. А далі усе просто. Ми можемо піти до нього, подзвонити по телефону, влаштувати прийом, запросити його й розвіяти сумніви. Таким чином, досягнувши другого рівня, ми автоматично, без зайвих слів, розуміємо мовчки залагоджуємо житейські справи чи встановлюємо зв'язок із якимось джерелом енергії, яке могло би допомогти у цьому, ми випрямляємо свій життєвий шлях, робимо течію життя спокійнішою. Так нам вдається звести до мінімуму безліч нещастя, небажаних ситуацій і неприємних станів, котрими рясніє життя. Розумієте? Так! Саме так! Тому коли ми піднімаємося на другий рівень, це вже саме собою чудово.

Те, що я намагалася вам пояснити, цілком науково й логічно, і немає потреби думати, що йог чи людина, яка медитує, - це якась таємнича особистість або щось позаземне. Вони звичайні земні істоти, як і кожен з нас, але такі, що розвинули свої здібності, тому що пізнали, як це зробити. Ми часто кажемо, що в Америці усе залежить від "ноу-хау" ("знаю як"), так що усьому можна навчитися. Вірно? Ми можемо навчитися усьому. Отже, це просто нова наука, наука про позамежний світ, яку ми також можемо вивчити, опанувати. І хоча це звучить дивно, але чим вищий предмет, який вивчаємо, тим він простіший. Наша наука набагато простіша, ніж вища школа чи коледж з усіма їхніми складними математичними задачами й проблемами.

Другий рівень... другий рівень, на ньому також багато підрівнів. Зрозуміло, він також включає в себе багато різних рівнів. Просто я намагаюся говорити коротко, оскільки я не можу докладно пояснювати всі таємниці Світобудови. Так! Так чи інакше ви дізнаєтеся про це самі, коли йтимете по шляху разом із Учителем, який вже пройшов ним. Так що ніякої таємниці немає. Але це надто довгий шлях. Бачите, якщо ми будемо зупинятися на кожному рівні й вивчати кожен його підрівень, то нам потрібно буде занадто багато часу. Тому Учитель просто стисло знайомить вас з кожним рівнем по порядку, не затримуючись довго. Ха! Ха! Ха! Адже вам треба вчити інших, отже й знати можна менше. Хай це вас не турбує. Просто провести вас і повернути назад, оскільки

ки навіть це забирає багато часу. Іноді для цього може знадобитися все життя. Та просвітлення приходить до нас незагайно. Хоча це лише початок, лише вступ, розумієте? У той же день, коли ви вступили до університету, ви негайно стаєте студентом університету. Та це не має нічого спільного з ученим ступенем доктора філософії. Мине шість років, чотири роки, або двадцять років, доки ви станете випускником. А студентом ви робитеся одразу ж, якщо лише справді серйозно й щиро того побажаєте. Так що обидві мають співробітничати.

Припустимо, нам хочеться вийти за межі цього світу, наприклад, просто розваги ради, тому що нам більш немає куди піти в Нью-Йорку. Ми дізналися все про Манхеттен, Лонг Біч, "Шот" Біч та про інші "бічі". Хай нам тепер кортить побувати де-небудь поза Землею, подивитися, як там ідуть справи, чи все у порядку? Чому б ні? Коли ми вже платимо шалені гроші, щоб поїхати на Майамі, у Флориду та просто скупатися в морі, то чому б нам іноді не відвідати інші світи, не схожі на цей, не поглянути, який вигляд мають сусідні планети та як поживають на них люди? Я не думаю, що у цьому є щось дивне. Ні? Це всього лише далека мандрівка, мандрівка розуму, мандрівка духу, замість звичної екскурсії.

Просто два різновиди мандрівок. Це дуже логічно, і це легко зрозуміти. Отже, ми на другому рівні. Добре, другий рівень. Що ще я маю вам розповісти? Отож ми продовжуємо жити в цьому світі, але в той

же час знаємо про існування інших світів. Ви розумієте? Тому що ми мандруємо. Так чините й ви, громадянин Америки чи будь-якої іншої країни світу, коли переїжджаєте із країни в країну просто для того, щоб дізнатися побільш про те, як живуть сусіди. Я думаю, що багато з вас, які сидять тут, в ООН, не корінні американці, чи не так? Так. Так що ви вже знаєте про це. Для того, щоб зрозуміти, ми можемо відправитися на іншу планету або ж на інший рівень свідомості. Проте тут відстані такі величезні, що ми не подолаємо їх ні пішки, ні ракетою, ні навіть НЛО.

Є світи настільки величезні, що їх не можна пересікти на НЛО. НЛО! Неопізнаний об'єкт, так-так, літаючий об'єкт, так! Та ми володіємо здатністю переміщуватися швидше, ніж будь-який НЛО. До цього пристосована наша власна душа. Іноді ми називаємо її духом. Ми можемо ширяти, пересуватися з її допомогою без пального, там, де немає поліції, немає пробок на дорогах, немає нічого взагалі. І немає потреби турбуватися, що якогось разу араби перестануть продавати нам нафту, - тому що нашій душі не потрібні нічого, крім неї самої. Вона ніколи не виходить із ладу, за виключенням тих випадків, коли ми самі хочемо пошкодити її, переступаючи закони Всесвіту, порушуючи гармонію небес і землі. Але всього цього можна уникнути без особливих зусиль. Ми розповімо вам, як, якщо вам кортить знати. Наприклад... я говоритиму стисло... добре... Я не проповід-

ник. Не турбуйтеся. Я не кличу вас до церкви. Просто до прикладу.

Є деякі закони у Всесвіті, які ми повинні знати так само, як ми повинні знати правила вуличного руху, коли сідаємо за кермо. Червоне світло - ви зупиняєтесь, зелене - можна їхати; поворот наліво, поворот праворуч і т.д. ... шосе, дозволена швидкість... Є просто закони Всесвіту, фізичного світу. Ви розумієте? Поза нашим світом, поза Всесвітом немає законів, взагалі немає законів. Ми вільні, вільні громадяни, однак для того, щоб цю свободу одержати, ми повинні вийти за межі цього світу. Доки ж ми живемо в цьому світі, втілені в плоть, ми повинні дотримуватися його законів настільки, наскільки це можливо, лише це може вберегти нас від неприємностей. Тоді ми не пошкодимо наші літальні апарати й зможемо літати швидше, вище, без клопотів.

Закони ці містяться у Священних Писаннях християн, буддистів та індуїстів. Вони дуже прості й говорять про те, що ми не повинні шкодити ближньому своєму, не повинні вбивати: "**не вбивай**", "не перелюбствуй", "не кради" і т.д. Не користуватися збуджуючими засобами, які містять наркотики. Напевне, Будда знав, що у ХХ-му столітті ми винайдемо кокаїн та подібне до нього, тому він заборонив наркотики. Наркотики дають відчуття пригоди, ризику і всього того, що змушує наш розум ще сильніше прихилитися до фізичних утіх і забувати про подорож духу. Якщо ми хочемо літати швидко, високо й без-

печно, то нам потрібно знати закони матеріального світу так само, як необхідне дотримання законів фізики при запуску ракети. Якими ж обережними маємо ми бути, якщо хочемо літати вище від ракет, швидше, ніж НЛО! Та є й інші питання, на які ми маємо дати відповідь, якщо вас зацікавить те, про що я говорила. І ми відповімо на них під час вашого посвячення. А зараз ми не бажаємо втомлювати вас повторенням усіх тих заповідей, які вже давно й добре вам відомі. Ви скажете: "Це я знаю. Я читав їх у Біблії. Десять заповідей, так? Десять наставлянь".

Справді, багато з нас читали десять заповідей, та не задумувались над ними глибоко й не дуже розуміли їх. А можливо, нам і кортіло зрозуміти... проте так, як нам зручніше, а не так, як воно є насправді. Тому не завадить іноді нагадати собі їхній зміст чи вислухати знову того, хто розуміє їх більш глибоко. Наприклад, у Біблії в Старому Завіті на першій сторінці, Господь мовить Адаму: **"...пануйте над рибою морською, над птаством небесним і над усяким звірем, що рухається по землі"**. І потім сказав, що дав Він усяке їство тваринам, кожному своє. Та не казав Він людині споживати їх. Ні! І мовив Господь: **"Ось я даю вам усяку траву, що розсіває насіння по всій землі, та всяке дерево, що приносить плоди з насінням: вони будуть вам на поживу"**. Та мало хто з людей звертає увагу на це. І більшість тих, хто дотримується Біблії, продовжують їсти плоть, очевидно, не розуміючи того, що насправді мав на думці Господь.

Якщо ми звернемося до більш глибоких наукових досліджень, то переконаємося, що ми не повинні їсти плоть. Наш організм, наш кишечник, наш шлунок, наші зуби - все дуже майстерно пристосоване до вегетаріанської їжі, і тільки до неї. Не дивно, що більшість людей хворіє, швидко старіється, стомлюється, робляться млявими, в той час як від народження вони були наділені блискучими інтелектуальними здібностями. Та з кожним днем вони тьмяніють, і чим старішою стає людина, тим гірше почувуються. Все це відбувається тому, що ми псуємо свої засоби пересування, свої літальні апарати, свої НЛО. Якщо ви маєте бажання користуватися ними довше й почуватися безпечно, то вам треба турбуватися про них належним чином. Наприклад, ви маєте машину... Вам це добре відомо, усі ви водите машини... Якщо ви залете в бак не той бензин, що відбудеться? Машина, можливо, пройде кілька метрів і зупиниться. І ви не будете нарікати на неї. Адже це ваша помилка, просто ви помилково взяли не те пальне. Або, якщо у бензині буде вода, напевне, машина зможе рухатися якийсь час, але потім вийде з ладу. Чи не так? Якщо ми маємо брудне мастило і ми його не поміняли, то машина може їхати, але не обійдеться без неприємностей. Іноді вона може вибухнути лише тому, що ми не доглядали її як слід, вірно?

Наше тіло - це також засіб пересування, який ми можемо використати, що перенестися звідси у вічність, на дуже високий рівень досвідченої мудрості. Та ду-

же часто ми псуємо його й не використовуємо за призначенням... Наприклад, наша машина має проїхати багато миль, щоби доправити нас у офіс чи до друзів, або просто порадувати мандрівкою по місцинах з чудовими пейзажами... Та ми не доглядали її, залили невідповідний бензин або не перевірили масло, не прослідкували за баком з водою, словом, все зробили не так. І вона рухається повільно, не може поїхати далеко. А внаслідок цього ми просто катаємося по колу по лужку біля свого будинку чи на задньому дворі. Це, звичайно, теж добре. Ви розумієте? Та ми не робимо того, заради чого була придбана машина. Ми просто дарма витрачаємо гроші, час і енергію, не більше. Немає кого звинувачувати, ніяка поліція не оштрафує вас за це. Просто ви, по суті, позбавилися машини, викинули гроші на вітер, в той час коли б ви мали змогу поїхати дуже далеко й побачити безліч цікавих речей, натішитися різноманітністю земних пейзажів.

Саме така справа й з нашим тілом. Ми можемо жити в цьому світі, але нам потрібно пам'ятати, що всередині нашої матеріальної плоті є щось таке, що дозволяє нам вийти за її межі. Так само чинить астронавт, який летить у ракеті. Він повинен ретельно слідкувати за дотриманням законів фізики, щоб переліт був безпечним та швидким. Але важлива не сама ракета, а людина всередині неї. Ракета просто несе її до мети. Та вона, як ви розумієте, не основний об'єкт, головне - астронавт та мета польоту... А коли б він використав її лише для того, щоб облетіти Лонг Ай-

ленд, то це було б марнуванням часу. Розумієте? Витраченням державних коштів.

Наше тіло - велика цінність, тому що всередині нього є володар... У Біблії говориться: **"Чи знаєш ти, що храм Господень і Всемогутній Господь живе у тобі..."** Святий Дух - це те саме, те саме. Якщо ми - вмістилище Святого Духа і Всемогутнього Господа, чи ж ясно вам, яка це відповідальність, яка величезна значимість! Проте багато людей читають ці слова швидко, не вникаючи, не усвідомлюючи величі цього вислову і не роблячи висновків. Мої учні, йдучи за Мойсеевим вченням, роблять вірні висновки про те, що знаходиться всередині них і в той же час лежить за межами цього світу, вдалині від нашої щоденної боротьби, заробітків, страйків і всіх цих матеріальних проблем. Всередині нас більше краси, свободи, мудрості. І нам варто спізнати вірний шлях, щоби діткнутися до них, що всі вони наші, всі вони всередині нас. Просто ми не знаємо, де ключ, ми давно зачинили ті двері й забули, що володіємо безцінними скарбами. От і все. А так званий Учитель - це той, хто може допомогти нам відчинити двері й показати нам те, що належало нам споконвіку. Однак необхідно запастися терпінням, увійти й ретельно оглянути кожен предмет, яким ми володіємо.

Отже, ми побували на другому рівні. Чи варто йти далі? [Так! Так! - відповідає аудиторія] Вам кортить знати все, не поворухнувши пальцем? [Учитель сміється] Добре. Кінець кінцем, людина що відвідала ін-

шу країну, може розповісти вам, який вигляд вона має, якщо ви там не бували. Чи не так? Принаймні вам цікаво, можливо, ви виявите бажання самим побувати там. Добре... Отже, що існує за другим світом? (рівнем?) Я ще не все розповіла вам про нього, таж ви розумієте, що ми не можемо сидіти тут цілий день. Отож після другого у вас з'явиться більше можливостей. Якщо ви сповнені рішучості й старанно працюєте, то зможете перейти на третій рівень.

Так званий третій світ - це вищий ступінь. Той, хто переходить у третій світ, повинен повністю очиститися, принаймні, від усіх боргів цього світу. Вам зрозуміло? Якщо ми заборгували що-небудь володарю цього матеріального світу, то ми не зможемо піднятися вище. Так, якщо ви порушили закони якоїсь держави, ви під слідством і не зможете пересікти кордони іншої держави. Борг цьому світові складається з безлічі провин, скоєних нами в минулому, тих, що ми чинимо зараз, і тих, які ми можливо, скоїмо в майбутньому, під час нашого фізичного існування. Від усього цього потрібно звільнитися, сплатити мито, як ми це робимо на митниці, перед тим, як перейти у позамежний світ. На другому рівні ми починаємо діяти, - розумієте? - звільнитися від усіх пережитків карми минулих життів. Адже без карми минулих життів ми б не змогли існувати у нашому теперішньому житті.

Учителів можна розділити на дві категорії. Одні: не мають карми, але можуть запозичити її для того, що-

би спуститися до нас; інші - подібні до нас, рядові миряни, але такі, що володіють найчистішою кармою. Тому кожен може в перспективі стати Учителем, претендувати на роль Учителя у майбутньому. Іноді Учителі спускаються до нас із вищого світу, запозичуючи для цього карму на час. Чи не дивно це звучить: "запозичуючи карму"? [Учитель сміється] Це можливо. Так, це можливо. Уявіть, наприклад, що ви вже спускалися сюди раніше, бували тут до цього. Уявили? І ви стикаєтеся й спілкуєтеся з безліччю людей протягом багатьох віків і тисячоліть. А потім ви знову вертаєтеся на небеса, у ваше постійне житло, яке десь дуже високо, принаймні, п'ятому рівні. П'ятий рівень - це і є обитель Учителя, проте над ним також багато рівнів.

Якщо вам захочеться повернутися, наприклад, із жалісливості чи за дорученням Всевишнього, то вам доведеться спуститися донизу. Дякуючи спорідненості людей у минулому ви можете узяти на певний час чий-небудь борг або - що те ж саме - карму. Ви берете на себе тільки борги, а все чудове лишаєте людям. Узявши на себе борг, ви потім виплачуєте його, - чи зрозуміло це? - повільно спокутуєте гріхи за рахунок своєї духовної енергії, доки повністю не виконаєте свого призначення в цьому світі. Як ми бачимо, є Учителі різних категорій. Є серед них і вихідці безпосередньо із цього світу, вони стали Учителями тут, внаслідок тривалих вправ, це схоже на одержання вченого ступеня. Справді, так само в університеті є професори і є студенти, які закінчують університет і

потім стають професорами. Ясно? Є професори з дуже великим стажем і новоспечені професори. Так само можна говорити й про Учителів.

Далі, якщо нам хочеться потрапити у третій світ, то ми повинні бути чисті від будь-яких слідів карми. Карма - це закон: **"Що хто посіє, те й жатиме"**. Так само, як посіявши зернятка апельсина, ми одержуємо апельсин, а посіявши сім янки яблука, маємо яблука; це все також карма певною мірою. Це термін із Санскриту для позначення справ та віддяка по них. У Біблії нічого не говориться про карму, та у ній є слова: **"Що хто посіє, те й жатиме"**, які мають таке саме значення.

Біблія - це слово Учителя у скороченій формі, про життя Учителя ми також знаємо не все. Адже у Біблії не так багато пояснень. Багато з варіантів Біблії зазнали цензури, підганялися під вимоги лідерів різних рухів, причому далеко не завжди це були люди сповнені високих прагнень. Адже ви знаєте, що, з якого боку не поглянь, усе продається і все купується. Справжня ж, Істинна Біблія, як ми знаємо, насправді інша, місткіша, точніша й зрозуміліша. Так чи інакше, оскільки ми не можемо цього довести, не будемо й казати про це, щоб нас не звинуватили у богохульстві. Ми маємо стверджувати лише те, що можемо довести.

Може виникнути питання: "Ви тут говорите про другий, третій та четвертий світ, а як ви доведете це?" Я

можу це довести! Якщо ви підете разом зі мною, тим же самим шляхом, ви побачите те саме, що і я. Зрозуміло? Якщо ж ви не підете, я нічого не зможу довести вам. Зрозуміло. Без усякого сумніву, я беру на себе сміливість казати про ці речі лише тому, що вони доведені. ми довели це із сотнями тисяч учнів в усьому світі. Ми говоримо лише про те, в чому впевнені. Наприклад, ми вирушили... Але ви повинні піти зі мною, ви повинні піти. Ви не можете попросити: "Сходи за мене, а потім про все розкажи й усе мені покажи". Так не можна, я так не можу.

Наприклад, я не була у цьому залі ООН. Тоді, скільки б ви мені його не описували, я все рівно не зможу його відчутти. Правильно? Отож нам належить вирушити в дорогу з яким-небудь досвідченим провідником. В цьому залі присутні кілька моїх учнів різних національностей. Вони вже випробували на собі дещо з того, про що я вам отут розповідала; хто - лише частково, а хто й повною мірою. Я описувала лише у загальних рисах. Це схоже на розповідь про мандрівки, у якій коротко й не дуже детально викладені основні факти. Читання книги про яку-небудь країну не замінить власних вражень про неї. Вірно? Скільки б ми не читали книжок про мандрівки, про заморські країни, ми все одно воліємо побувати там самі. Чи не так?

Ми знаємо про Іспанію та Генеріф, про Грецію лише по книгах і кінофільмах. Але тільки відправившись туди й відчувши на собі усю принадність перебуван-

ня там, відвідавши місцевої їжі й викупавшись у чудовій морській воді, насолодившись чудовою погодою, дружелюбністю місцевих жителів і надихавшись найчистішим повітрям, можна отримати повне уявлення про ці країни.

Тепер припустимо, що ви абияк познайомилися з третім світом і настала черга четвертого. Звичайно ж, вам захочеться вище, далі, у четвертий. Але цей світ геть зовсім незвичайний. Говорити звичайною мовою мирянам про цей рівень ми не насмілимося, боячись зневажити його Владика. Адже цей світ неказанно чудовий, незважаючи навіть на те, що у деяких частинах своїх він темний, темніший, ніж було б у Нью-Йорку вночі, якщо вимкнути всі вогні. Вам коли-небудь доводилося бачити ціле місто вночі без світла? Так? Так от, там значно темніше. Набагато темніше, аж поки ми не досягнемо просвітлення. Це заборонене місто. Доки ми не пізнали Бога, прохід для нас закрито. Проте із Учителем, з досвідченим Учителем, ми можемо пройти крізь нього, інакше ми заблукаємо у тому світі.

Коли ми переходимо на різні рівні... у різні площини буття, ми змінюємося не лише духовно, а й фізично, змінюємося інтелектуально, змінюється усе в нашому житті. Ми починаємо інакше дивитися на життя, інакше рухатися, інакше працювати. Навіть наша повсякденна праця набирає нового значення, і ми тепер розуміємо, чому ми робимо щось так, а не інакше, чому повинні виконувати цю роботу, а не

якусь іншу. Ми розуміємо мету свого життя і більше не турбуємося і не хвилюємося дарма, але чекаємо терпеливо й покійно, доки завершиться місія наша на Землі, тому що віднині знаємо, куди підемо. Ще продовжуючи жити, ми вже готові до цього. Ось що зветься "смертю за життя". Так, так! Я гадаю, що деякі з вас уже чули раніше подібні терміни... але я не знаю, чи є Учитель, який спромігся би пояснити це інакше, іншими словами. [Учитель сміється] Просто щоб зрозуміти це, потрібно самому не на словах, а на ділі відчувати істинну радість внутрішнього переродження. Чи можна описати... наприклад, автомобіль «Мерседес Бенц» по-новому? Автомобіль лишається автомобілем, і усі люди, що знають про нього, мають його, будуть, зрозуміло, описувати його однаково, саме тими виразами. Хоча, звичайно, це буде лише опис, а не сам «Мерседес».

Я говорю з вами найпростішою мовою про надзвичайні речі, але зрозуміти те можна лише випробувавши все самому, старанно працюючи, щиро вірячи та вдавшись за допомогою до досвідченого провідника. Так буде безпечніше. Можливо, одному з мільйона й пощастить пройти цей шлях самому, та це небезпечно, ризиковано та й немає гарантії успіху. У минулому деяким людям, наприклад, Сведенборгу, вдалося зробити це, гадають, що Гурджієв також зміг пройти шлях самотійно. Та, спілкуючись з деякими з таких людей, я неодноразово переконувалась, що уся їхня праця була небезпечною й сповненою несподіванок. Далеко не всі з них досягли вищого рівня.

Нарешті ви переходите на більш високий рівень, після четвертого піднімаєтесь вище. Обитель Учителя - це п'ятий рівень, усі Учителі приходять звідти. Навіть якщо їхній рівень вищий за п'ятий, вони залишаються там. Там їхній притулок... Бог багатолікий, і всі його прояви приступні усвідомленню... Я боюся заплутати вас, тому, можливо, іншим разом, можливо після посвячення я розкажу вам... Ви будете підготованішими, і я повідаю вам про величезну силу вашої уяви. І про те, як іноді вона грає з нами злий жарт, викривлює чистоту Божого лику.

Тепер я чекаю ваших запитань, адже вони повинні були виникнути. А може, я так вам прискучила, що замість запитань дочекаюсь того, що ви викинете мене за двері? [Учитель сміється] Тоді я була б рада піти. Отже, запитання? Бь удласка. Так, так. Будь ласка, почекайте. Все буде добре. Ні, ні. Будь ласка, зачекайте. Вам дадуть мікрофон, щоб люди могли почути, що ви говорите.

Запитання: Визгадували про те, що Учитель може запозичувати карму інших людей. У такому разі їхня карма очищується. Які наслідки матиме це для людей?

Учитель: Так, так, так! О! Учитель може очистити карму будь-якої людини. Якщо він обере такий шлях. Насправді ж карма минулого усіх учнів на момент посвячення має бути очищена. Я залишаю вам тільки карму теперішнього так, щоб ви могли продо-

вжувати жити своїм життям, інакше ви помрете тої ж миті. Якщо ви не маєте карми, ви не зможете тут жити. Тому Учитель має звільняти не лише від тягара карми минулого, роблячи людину просвітленою і лишаючи їх трохи карми для продовження життєвого шляху, для того, щоб вона виконала своє призначення в цьому світі. Після цього ученя вдосконалюється, тільки так він може продовжити свій шлях, як же інакше? Навіть якщо у цьому житті він очистився самостійно, все одно без допомоги Учителя він не зможе позбавитися карми минулих життів.

З.: Дякуємо.

У.: Не варте подяки. Дуже цікаве запитання. Я думаю, ви були дуже уважні. Ще запитання? Будь ласка.

З.: Яка мета вашої діяльності?

У.: Яка мета? Хіба я ще не сказала про це? Вийти за межі цього світу, повернутися в Царство Боже, пізнати мудрість і стати кращим навіть за цього життя.

З.: Чи у всіх царствах існує карма?

У.: Хм, ні, не у всіх, тільки до другого, оскільки наш розум, наш мозок, цей комп'ютер, був створений лише на другому рівні. Нехай ми спускаємося донизу, переходячи з високих рівнів усе нижче й нижче, до рівня матерії, припустимо, для того, щоб виконати якусь роботу. Нехай так? Навіть Учитель опускається з п'ятого рівня до матеріального світу. При цьому він повинен пройти через другий рівень і взяти тут комп'ютер, щоб працювати у нашому світі, увімкнути його. Так само робить водолаз, який пір-

нає в море. Він повинен підготувати маску, кисень і все інше. Надягнувши акваланг, водолазний костюм, він стає схожим на жабу, хоча насправді він не має такого недоладного вигляду. Те саме відбувається і з нами, коли ми змушені використовувати свій компютер і одяг матеріального світу. Вони сковують наш рух. Без їх ми прекрасні й досконалі. Ви, можливо, думаєте, що зараз ви прекрасні, але чи знаєте ви, яка потворна ця краса у порівнянні з тією, якою ви володієте справді? І все з-за тих пристосувань, які ми змушені одягати, щоб зануритися у цей світ і працювати. Тому, проходячи другий рівень і піднімаючись вище, ми повинні залишити свій компютер на ньому, більше він нам не буде потрібен. Так само чинить водолаз, коли виходить на берег і скидає маску, кисневий балон, усе, що допомагало йому пірнати. Так-так, і він стає самим собою. Так-так! Чудово! Продовжимо, якщо ви бажаєте. Тут, на жаль, у нас лише один мікрофон.

З.: Дякую, дякую вам, Учителе. Ви казали, що наприкінці другого світу перед тим, як зійти у вищий світ, ми маємо всі свої карми залишити в минулому, тобто повинні очистити свою душу. Чи означає це також, що вся ваша карма залишається з вами, коли ви приходите до цього світу?

У.: Так. Тому, що ні жодний компютер не містить в собі повністю всієї інформації. У нас тільки є карма і наш компютер - це є наш розум, наш мозок. Це означає, що ми фіксуємо (накопичуємо) весь досвід цього матеріального світу. Таким чином, ми це має-

мо. Ми накопичуємо досвід. Це якраз те, що ми називаємо кармою. Що ж таке карма? Саме наш життєвий досвід, поганий він чи гарний; пізнання життя, сприймання життя, на протязі всього нашого віку. Остільки в нас є так зване сумління, ми повинні бути добрими, але іноді ми робимо погане. І таким чином, ми звемо це кармою. Ці погані вчинки тягнуть нас додолу, як за законом тяжіння, більша кількість сумок змушує нас зігнутися. Це тягне нас додолу, заважає нам підійматися вгору. Зрозуміло? Тому величезна кількість моральних підвалин в цьому світі, безліч правил, звичок і звичаїв у різних народностей зштовхує нас з так званим поняттями добра і зла, винності та безвинності. Таким чином, коли ми вступаємо в контакт з людьми цього світу, ми мимохіть пізнаємо досвід добра і зла, винність і невинність. Згідно із звичаями та традиціями даної нації, з законами цієї нації. Зрозуміло? І це стає звичкою, коли ми міркуємо таким чином, ми також і діємо і робимо це - ми винні; роблячи це, ми стаємо поганими людьми. Все це входить у визначення карми. Це те, що примушує нас переселятися і впливає на те, опинимося ми в матеріальному світі, чи трохи вище цього світу. Але не достатньо високого. Ми не, не..., ми не достатньо вільні, ми не достатньо легкі, щоб пересуватися. Зрозуміло? І причина в розумінні і в упередженнях.

З.: Кожній людині, коли вона народжується, визначено досягнути певного, в кожному із життів?

У.: Ні. Ми маємо вільний вибір раніше чи пізніше дійти до цього. Так. Наприклад, ви наливаєте 100 л.

пального (не знаю, скільки можна налити пального, я не воджу машину). Але ви можете збільшити швидкість, їхати швидше, так, і тоді ви раніше досягаєте мети, але ви можете їхати повільно. Гаразд. Це вам вирішувати. Так.

Джентльмен, біля дверей. Ви ще хочете поговорити? Так? Ні?

З.: Я тільки хочу запитати вас, ось ангели, вони на якому рівні знаходяться?

У.: На якому рівні вони? О! Це залежить від того, який це ангел.

З.: Мене цікавлять ангели-охоронці.

У.: Гм?

З.: Ангели-охоронці.

У.: О! Ангели-охоронці, вони, напевне, досягають другого рівня. Вони значать менше, ніж люди, вони менш престижні. Вони повинні нас обслуговувати.

З.: І вони ніколи не бувають за межами цього рівня?

У.: Ні, за виключенням того випадку, коли вони можуть стати людьми. Вони всі дуже заздять людям, тому що в них живе Бог. Ми можемо те, що не можуть вони. Це складно. Я розповім вам це іншим разом. Добре! Це те, що створено тільки для того, щоб ми ними користувалися. Так, наприклад, якщо це створено Богом, то тільки щоб обслуговувати нас. Ви розумієте? І їм не слід... Вони не повинні виходити за ці межі. Зрозуміло? Але вони можуть. Ви розумієте? Наприклад, у своїй хаті ви що-небудь робите

для зручності. Навіть, якщо це трохи незвично. Наприклад, сидючи тут, ви маєте можливість увімкнути і вимкнути світло у всьому своєму домі, в саду, або увімкнути й вимкнути телевізор, тому що ви маєте для зручності комп'ютер. Але це тільки служить вам. Навіть, якщо за деякими аспектами, комп'ютер кращий за вас. Машина може зробити те, чого не можете зробити ви. Але це зовсім не означає, що вона вище за вас. Вона винайдена для того, щоб працювати на вас. Зрозуміло? Добре. Комп'ютер ніколи не зможе бути людиною. Добре.

У.: Да, сер, да, сер.

З.: Учителю Ching Hai, я хочу знати, наскільки ми зараз матеріально існуємо. Ми завжди були в такому стані або раніше у нас було краще чи саме таке становище? Яке найкраще становище для просування вперед?

У.: Покинути тіло і рушити вперед. Так ми не можемо це, якщо знаємо як існує багато інших методів, як покинути жити тіло позаду і залишити цей світ. Дехто відходить недалеко, йде дехто - дуже далеко, а дехто - до кінця. Наш метод у даному випадку найкращий. Йдіть до найдалшого, до найдалшого і до подальшого кінця. Існує багато інших методів. Якщо ви маєте досвід, то можете обрати їх самі. Дехто йдуть у зоряний (астральний) світ, дехто у більш подальший, в третій або в четвертий. І лише небагатьом призначено дійти до п'ятого, так. Наш метод, наша практика повинні доставити вас у п'ятий рівень до того, як ми вас звільнимо. Зрозуміло? Дозволимо

вам йти самому. Ми завжди уявляємо, що все, що вище - то краще, але це не завжди вірно. Наприклад, іноді ми приходимо в чудовий палац і нас запрошують до гостинної володаря. Нас саджають, пригощають різними прохолоджувальними напоями, смачними стравами та іншими речами. А далі, нам приходить на розум, чи не піти подивитись, що є цікавого в цьому домі. Таким чином, ми можемо опинитись і на електростанції, яка знаходиться прямо за будинком. Може так трапитись, що нас смертельно вразить струмом. Тому не завжди потрібно йти та заходить дуже далеко, хоч ми й могли б робити це заради пригод. Це так.

З.: Учителю Ching Hai, у мене є два питання. Перше, з якого світу прийшла пам'ять минулих життів, якщо ви повинні були мати пам'ять минулих життів? Та друге - яке відношення між минулими життями та кармою.

У.: До вашого сучасного? До вашої карми?

З.: До сьогоднішньої карми та до сучасного розуміння?

У.: Так. Так. Вони дуже взаємозв'язані. Питання перше: звідки взялася минула карма?

З.: Пам'ять минулих життів. Так.

У.: Ви маєте можливість читати літопис минулого життя, щоб переконатися в цьому. Літописи минулого життя, які дійшли до нас. Так, це така бібліотека, яка доступна для кожного, хто зможе потрапити в другий світ. Не кожний має змогу потрапити до бібліотеки Об'єднаних Націй. Але я, наприклад, можу це

зробити і зараз, тому що я запрошена на переговори в Об'єднані Нації. Отож, отримуючи доступ в інший позамежний світ, ми маємо можливість читати минуле життя, так. Також коли ми допущені до першого рівня, ми маємо можливість поглянути на чиєсь минуле життя. Але це не самий найкорисний та повний літопис. А як досвід минулих життів співвідноситься з сучасною кармою? Ми можемо сказати, що це досвід, який ми вивчаємо з метою справитися з життям сучасним. Ви розумієте? Все те, що ви придбали у минулому, ви зможете використати у сучасному житті. Так само багато неприємностей з минулого зможуть налякати вас зараз, якщо прийде вам щось на думку з життя минулого. Наприклад, якщо ви раптом впали зі сходів і дуже вдарились. Та й ще вам ніхто не прийшов на допомогу. А зараз, коли ви йдете по сходах, вам присутнє почуття жаху. А ще, коли темно. У вас іде боротьба і ви міркуєте: йти туди чи ні. Або, наприклад, в минулому житті ви займалися дослідницькою працею, це означає, що в цьому житті ви теж цим зацікавитесь... зацікавитесь у... Це китайська скоромовка. [Сміється] Я прошу пробачення. Ви розумієте мою англійську мову? Так? [Аудиторія: Так] Гарзд. Дякую вам. Ви відчуваєте... Ви відчуваєте, що вас приваблює певна галузь, хоч ви не займаєтесь цим. Наприклад, щось подібне до цього. Тому Моцарт був генієм вже коли йому було 4 роки. Він відразу почав грати, став відомим. Так? Він був генієм, тому що він мав практику ще в минулому житті. До цих вершин. А потім він помер. Зрозуміло? До того, як досягти цього, він помер; Моцарт не

був задоволений, що треба залишити свою кар'єру, бо він дуже любив музику. Таким чином, він повернувся і весь придбаний ним досвід минулих років залишився з ним. Тому, що він мав дуже велике бажання продовжити це. І деякі талановиті люди пізнають багато речей в другому світі. Після цього вони приходять в цей світ Тому вони надзвичайно талановиті в науці, музиці, мистецтві. Це все те, що іншим людям не дано досягти ніколи. Ви розумієте? Незвичайні види винахідництва, які не зрозумілі іншим людям, і вони, навіть, не мають думки, щоб володіти цими здібностями. Гаразд? Тому що ці талановиті люди стикалися з цим в минулому житті. Таким чином, існують два види пізнання в цьому світі й іншому. Ті, хто талановиті, як геній. Вони спеціалісти з другого світу. Іноді з третього, якщо вони вибирають повернутися. Так? Вони - чудові, вони - генії. Гаразд? Так?

З.: І що включає це посвячення? І коли хто-небудь вступає туди, що вміщує кожний його день після цього?

У.: Гаразд. Так. По-перше, це все безкоштовно і ні до чого вас не примушує, за винятком того, що у вас повинно бути бажання самому йти вперед. Гм? І так, умова - не треба ніякого досвіду, ніяких попередніх знань про йогу. Ще вам прийдеться дотримуватись вегетаріанської дієти, яка забороняє їсти все, що треба вбивати. Можна їсти сир, пити молоко. А ось яєць їсти не дозволяється, це - зародок, який має тенденцію притягнути негативну силу. Ви знаєте, що

є люди чорної та білої магії, багато чаклунів, так званих знахарів. Вони використовують яйця для того, щоб забрати силу у людей. Чули ви про це? Це фантазії. Нарешті. Я маю безпосередньо докази, [Сміх] щодо вашого безпосереднього просвіту. [Сміх] І після посвячення... час посвячення, ви вражені світлом і голосом Господнім. Так? Музика духу, ще здійсмає вас до більш високого рівня пізнання. І ви відчуєте смак самадхі - глибокий мир і радість. Так. Після цього ви продовжуєте працювати вдома, якщо поставитесь до цього серйозно. Якщо ні, то я не зможу підштовхувати вас до цього, я не буду вас більше турбувати. Якщо ви продовжите, і якщо ви схочете, щоб я вам допомогла, то я вам допоможу. Якщо ні, то ні. А тоді ви повинні дві з половиною години в день медитувати. Прокидайтесь рано в ранці... дві години медитуйте після сну і півгодини під час ланчу. Ви можете сховатись там, де нікого немає і медитувати. Це вже година. Так? І увечері ви можете медитувати годину чи півгодини. Регулюйте більшою частиною свого життя - менше дивитись телевізор, менше пліток, менше телефонних розмов, менше читайте газети, і тоді у вас буде більше вільного часу. Так, дійсно, у нас багато часу, але інколи ми його витрачаємо марно. Ви задоволені цим? А? Так? Так, нічого більше. Ніяких умов більше, ви тільки повинні присвятити своє життя цьому заняттю. І кожного дня ви будете ставати краще і краще, з вами будуть відбуватись дивні речі, навіть якщо ви не будете цього бажати. Тим паче, це буде відбуватись. Зрозуміло? І тоді ви навіть на землі зрозумієте, що

таке небеса, якщо ви дійсно будете серйозно до цього відноситись. Таким чином, багато наших учнів намагаються, як і раніше, триматися за мене, тому що вони стають краще і набирають все більше і більше досвіду, через те, що вони відносяться до цього відповідально і постійно займаються цим.

Гм. Так, дякую. Так, попереду або праворуч позаду, чоловік перший. [Учитель сміється]

З.: Поясніть будь ласка, що таке свідомість?

У.: Що таке свідомість? Досить тяжко пояснити. Але ви маєте змогу завдяки своїм здібностям це уявити. Це подібно до мудрості - коли ви знаєте щось краще, ніж знали до цього. Так, ви знаєте те, що знаходиться за межами цього світу та що є у ньому, як і чого ви не знали раніше. Ви починаєте розуміти багато речей, яких не розуміли раніше. Тільки відчинити двері і дозвольте людям увійти. Це є свідомість. І коли у вас з'явиться свідомість або так звана мудрість, одразу ж прийде і розуміння про те хто ви, чому ви тут, що ще є за межами цього світу. Зрозуміло? З цього приводу можна багато що сказати. Так, далі рівень пізнання. Це, в своєму уявленні різні ступені розуміння, подібно до градації в коледжі. Більше вивчайте, більше пізнавайте і вам присвоять вчений ступінь. Ви задоволені? Досить важко пояснювати подібні поняття, але я намагалась. Коли ви приходите до різних вищих рівнів свідомості, то ваше розуміння речей стає іншим. Ви пізнаєте щось нове і відчуваєте спокій, задоволення та стаєте про-

никливим. Вам немає про що турбуватися, бо тепер все зрозуміло для вас, ви знаєте, як володіти вашим життям, як кращим чином вирішувати проблеми. Гм? Всі ці почуття зрозумілі лише вам, тільки ви маєте уяву про це. Дуже важко пояснити. Ну, це подібно, наприклад,... Ну, ось ви одружились на дівчині, яку дуже кохаєте. Ваші почуття до неї відомі і зрозумілі лише вам. Гм? Ніхто, крім вас, не відчуває того, що ви. Так.

З.: Шановний Учителе, дякую вам за те, що ви вселили в нас здібності проникнення. Мені цікаво. Якщо хочете, то зверніться, скажіть мені про це у думці. Мені цікаво, чому сьогодні так багато Учителів на світі, які дають нам можливість швидко вивчити, пізнати багато речей, а в минулому подібне було б досить складно.

У.: Так. Нелегко. Тому що в наш час зв'язок став кращим. Так, ви зараз знаєте значно більше про Учителів ніж знали в минулому. Раніше Учителів не було, або вони були недоступні. Так, це вірно, деякі Учителі недоступніші за інших. Це залежить від вибору чи бажання Учителя, від близькості і подібності до людей. Але так чи інакше, в різні часи завжди було від 1 до 5 Учителів. Це залежить від необхідності в них у певний період часу. Необхідність в Учителі продиктована часом. Зараз у нас багато різних Учителів. Але зараз взагалі багато різних можливостей. Наприклад, у нас є телебачення, радіо, книги, які друкуються мільйонними примірниками. А були часи, коли, щоб здобути книгу, нам приходилось ва-

ляти дерево, потім, за допомогою камінців, або ще з чого-небудь, його потрібно обробити. Потім на дощечках висікали слово за словом. А коли траплялась необхідність до переїзду бібліотеки, ці дощечки складали у великі скрині (якщо вони вже були на той час) і з численним конвоєм перевозили куди треба. А зараз ми маємо багато Учителів. Все тече, все змінюється. Ви розумієте? Так, ви тепер щасливі люди, у вас багато можливостей. Ви можете піти до крамниці і купити все, що бажаєте. Ніхто вас тепер не може ошукати, якщо скажете: "Я самий кращий". Заради вашої мудрості, ви можете порівнювати. Тепер ви розумні та мудрі й можете міркувати: "О, це краще...", або "Ні, це, мабуть, мені більше подобається". [Сміється]

З.: Моє запитання до вас. Чи не могли б ви, поки говорили про покупки, просвітити кого-небудь, хто вже посвячений другим Учителем?

У.: Я б змогла тільки в тому разі, якщо ця людина дійсно вірить в те, що я краще, і зможу привести його бистріше до вищого рівня. В протилежному випадку, краще залишитися зі своїм Учителем, якщо ви все ще почуваете прив'язаність до нього і вірите йому. Якщо ви вважаєте, що ваш Учитель найкращий, то краще його не міняти. Але якщо у вас є почуття сумніву, то слід поспробувати лише в тому разі, якщо ви, як і раніше не відчуваєте світла і звуку. Це те, про що я вам говорила вже раніше. Так, тому що справжній Учитель визначається світлом і звуком. А якщо хто-небудь не може відразу передати світло і звук - це несправжній Учитель. Мені шкода це каза-

ти. Шлях на небеса пов'язаний з світлом і звуком. Це теж саме, як потрібен в морі акваланг та інші речі. Тому то й ви бачите всіх святих з німбом над ними. Це і є світло.

Коли ви дієте по цьому методу, ви вбираєте світло і люди бачать німб над вами. Тому Ісус намальований на картинах з німбом, а навколо Будди завжди світло. Ви могли бачити лікарів-практиків, висококваліфікованих з таким світлом. [Учитель вказує на своє чоло] Багато людей можуть бачити це. Хто-небудь з вас бачив це? Ви? Що ви бачили?

З.: Ну, я бачила ауру, ауру...

У.: Так, але аури відрізняються по кольору. Інколи вони бувають чорні, інколи - кавові, а інколи - жовті або червоні. Це залежить від їх характеру та їх настрою на цей час.

З.: У мене, в дійсності, немає питань, я тільки займалась йогою деякий час.

У.: Раджа - йога. Так.

З.: І я думала, я бачила, я маю на увазі, що в той час я не знала так багато, ви знаєте...

У.: Розумію.

З.: Розуміння.

У.: Але ви не бачите цього зараз. Ви тільки бачите це інколи.

З.: Ні, я не займаюсь медитуванням в даний момент.

У.: О, тому ви загубили свою силу, вам належить знову продовжити медитувати.

З.: Так!

У.: Якщо ви все ще вірите в це, ви повинні медитувати. Це вам допоможе в деякому ступені. Від цього не буде нічого поганого. Гарзд?

З.: Я бачила у вас на аркуші написані п'ять заповідей. Одного разу ви присвятили себе цьому і вам потрібно жити відповідно цим п'яти заповідям?

У.: Так, так, так. Існують закони Всесвіту.

З.: Я не розумію, як це торкається шлюбної невірності.

У.: Це означає, якщо у вас вже є чоловік, будь ласка, не думайте про другого.

З.: Гарзд. [Аудиторія сміється]

У.: Дуже просто. Не ускладнюйте собі життя. Так. Тому що можуть бути уражені почуття інших людей. Ми не робимо неприємностей іншим людям. Ми намагаємось уникнути конфліктів, емоційних та фізичних страждань, уявно для кожного, особисто це торкається тих, кого ми любимо. Гарзд? Якщо у вас вже є хтось, не кажіть вашому партнеру про це. Ви зробите більше болю, коли розповідаєте про це. Потихеньку вирішуйте цю проблему самостійно, не кажіть правду йому.

Іноді люди думають, якщо в них з'являється зв'язок з ким-небудь, то треба сказати правду своєму чоловікові або дружині і вважають, що вони роблять дуже мудро і гідно. Це дурниці. Це зовсім марно. Ви вже робите помилку, вважаючи, що своєю поганою вістю

завдаєте кому-небудь приємність. Якщо він не знає про це, він не почуває, що це погано. Ви розумієте? Знання деяких речей завдають болю. Отак ми намагаємось вирішити цю проблему, та не зштовхуватись з цим більше. Краще не говорити про це з партнером, тому що йому це задає біль та страждання. Так!

З.: Я помічала, що багато духовних Учителів мають велике почуття гумору. Який взаємозв'язок між гумором та духовною практикою?

У.: О, я розумію, я вважаю, що вони тільки відчують себе щасливими та вільними, як ви знаєте, вони також безтурботно та весело ставляться до всього. Вони можуть посміятися над собою та над іншими, посміхатися над кумедними речами у цьому житті, в той час, коли інші люди ставляться до цих речей дуже серйозно. Після практикування інколи, ми стаємо як би вільними. Ви знаєте, ми не буваємо більш серйозними. Якщо ми помремо завтра, то ми будемо мертвами; якщо живі то живі, ви знаєте. Якщо ми загубимо все, тоді ми не маємо нічого; якщо ми маємо все, ми завжди це маємо. Так, в нас достатньо мудрості та здібностей після просвітлення потурбуватися про себе в різних ситуаціях. Таким чином, нас не злякаєш нічим. Ми згубили страх, в нас більше немає страху та тривоги. Тому ми вільні, ми відчуваємо себе незалежними від цього світу. Чи здобуваємо ми що-небудь, чи губимо, для нас це не має більше ніякого значення. Якщо ми володіємо безліччю речей, це тільки для користі людей, тоді ми їм це пропонуємо. В протилежному випадку наше життя та ми

самі не мають значення, і ми йдемо через біль та страждання, щоб зберегти це. Якщо ми це охороняємо, тоді все гаразд. Це не означає, що ми сидимо весь день на цвяхах і потім медитуємо. Ми повинні працювати. Ви розумієте? Наприклад, я все ще працюю. Я малюю і своєю ручною працею заробляю собі на життя. Таким чином, я не хочу брати ні від кого ніякої допомоги. А коли я заробляю багато, я можу допомагати людям. Я можу допомагати біженцям, страждаючим та всім іншим. Чому б нам не працювати? У нас так багато талантів та здібностей, і життя після посвячення для нас таке легке, тому нам нема про що турбуватися. Ви розумієте. Ми навіть за вдачею характером спокійні і вільні. Таким чином з являється почуття гумору. Я вважаю, що це і є відповідь на ваше запитання. Як на ваш погляд, у мене є почуття гумору? [Аудиторія: Так.] [Сміх і оплески] Так. [Учитель сміється] Потім може бути... Я, мабуть, Учитель в деякому ступені. [Сміх] Гаразд. [Учитель сміється] Давайте сподіватися заради вас, що ви не чули освітлену людину на протязі двох годин, втрачаючи марно свій час. Гаразд. Є ще питання?

З.: Учителе Ching Hai, у мене виникло в думках багато запитань. Я їх тільки всі вимовляю, а ви дайте відповідь по можливості на деякі.

У.: Гаразд. Сто вісім запитань.

З.: Це такі запитання, які ми, шукаючі душі, завжди задаємо. Мені кортить почути, як ви відповісте на ці запитання. Перше питання - хто ми? Хто я? Як

мені діяти, якщо мені треба повертатися додому, а я опинився в неприємному становищі, і я в такому стані, що мені додому краще не повертатися? Ви знаєте, як я пішов з дому і як важливо мені туди повернутися. Ви казали, як потрапити в п'яте царство і що зовсім неможливо йти далі. Тоді взагалі для чого воно потрібне? Яке це має до мене відношення, коли мені зовсім не потрібно туди йти. Ось такі до вас у мене запитання.

У.: Гарзд, кожне в свій час. Я гадаю, що я спочатку відповім на групу цих запитань. І так, перша група запитань: "Хто ви? Чому ви тут і чому ви повинні йти додому? А чому п'ятий, а не шостий?" Я не права? Все просто. Вас це смішить? [Сміх і оплески] Добре. Що стосується питання "Хто я?" - ви можете знайти і запитати Учителя Дзена, який проживає в Нью-Йорку. Ви можете заглянути в жовті сторінки і знайти відповідь. [Сміх] В цьому я поганий помічник. І друге - "Чому ви тут?" Може тому, що вам подобається бути тут, хм! Чи може хтось примусити вас бути тут, якщо ви діти Бога. Так звані діти Бога - вони і самі як Бог. Чи не так? Візьмемо, наприклад, принца, який поки ще не король, але вважає себе ним. Вважає, якщо захоче кудись поїхати, побувати десь - і він там буде. Смішно? Так чи інакше, ми бажаємо потрапити на небеса. Можливо, це тому, що людина ще за давніх-давен бажала пізнати невідоме. Вона грішила, ризикувала життям, але хотіла пізнати невідоме. Людині властиве шукати пригод. Візьмемо, наприклад, принца. У нього чудове життя, але він біжить з палацу до джунглів. Чому? Тому що він

хоче сам особисто пізнати таємниці природи. І в це не вірити? Чому? Тому, що коли ти навіть на небесах і в тебе є всі і все, тобі хочеться самому щось зробити. Візьмемо, наприклад, царську сім'ю. І в них іноді з'являється бажання виготовити самим собі їжу, без допомоги слуг. Потім від них буде тхнути кетчупом, олією. Але їм це подобається. Це не личить робити членам царської сім'ї, але їм це подобається. Так, так, так. Наприклад. У мене є водій. Де б я не була, скрізь знайдуться люди, які хотіли бути моїм водієм. Але іноді, мене кортить самій сісти за кермо. Я ж сама їзжу на своїй трьохколесній маленькій машині (для тих, хто не курить). Їзжу зі швидкістю 10 міль - ні - 10 кілометрів на годину, і я люблю роз'їзжати таким чином. Знаєте чому? Тому що, де б я не була, мене пізнають, знають. А іноді мені хочеться побувати там, де мене ніхто не знає. Я маю вигляд нерішучої, сором язливої людини, коли читаю свої лекції, але це завдяки тим людям, які знайшли, повірили мені. І я не можу покинути їх надовго, але іноді я їх залишаю. Це зрозуміло на 2-3 місяці. Це щось подібне до тієї розбещуваної дружини, котра втікає від свого чоловіка. Ну, як ви розумієте, я сама це вибрала. Можливо тому і ви вирішили побувати тут. А можливо надійшов час, коли вам хочеться піти, тому що ви досить пізнали світ, ви відчуваєте, що пізнавати більш нема чого, і ви втомилися від подорожей. Ви мрієте відпочити. ходіть додому, відпочиньте спочатку. А потім поміркуйте, вирішіть, чи потрібні вам нові пригоди? Я вірно кажу? Це все, що я можу сказати на цей час. А чому ви повинні по-

вертатися додому? Чому п'ятий, а не шостий рівень? Це ви самі повинні вирішувати. Після п'ятого ви можете іти куди завгодно. Там, на небесах, є інші верховини, до яких маємо прагнути. Це вам зрозуміло? Але більш краще залишитись там, де ви є зараз. Чим вище, тим більше влади. Це всім зрозуміло. Ви можете намагатися досягнуть цих верховин, але можливо, не схочете там відпочити. Наприклад, ваша домівка найкраща. Там є де чудово відпочити, гарно себе почувати все останнє життя. Але ви не бажаєте залишитись там назавжди, як би добре там не було. Це щось нагадує, коли ви підіймаєтесь догори, чим вище - тим дивовижніше. Але це не місце для відпочинку. Або візьмемо, наприклад, електрику в вашому будинку. Генератор - багато шуму, багато непотрібного тепла - і, взагалі, ви його лякаєтесь. Тому, ви б не хотіли мати його, хоч він і корисний. Зрозуміло? Це все! Нікому не дано покликати Бога. Ми можемо лише уявити, чим вище ми підіймаємося, тим більше ми любимо. Але любов буває різна. Є неймовірна любов, є сильна любов, є нерішуча любов. Все залежить від нас. На яку любов ми здібні. Бог нам дасть різну любов, яку ми заслуговуємо. Я так розумію? Чи не так? Що ви заслуговуєте - то й отримуєте. Я вірно кажу? Але іноді, це вище за нашої сили, ми відчуваємо, що роздираємось на шматки.

З.: Я бачу так багато зруйнувань іде навколо мене, знищується сама природа.

У.: Так воно і є.

З.: Жорстокість. Жорстокість по відношенню до тварин.

У.: Так, це так.

З.: Я хотів би знати, як ви це все розумієте, і щоб ви порадили людям, які намагаються залишити цей світ і потрапити в інший, душевний світ. Як ви можете допомогти їм вправитися зі всіма тими складностями, які постійно і скрізь оточують їх. Чи не вважаєте ви, що залишив цей світ, ми можемо пізнати інший. І як ви вважаєте, чи зможемо ми на нашій планеті, маємо ми моральне право намагатися пом'якшити страждання людей. Чи принесе це вам користь? І чи допоможе це іншим?

У.: Допоможе, допоможе. Хоч би нам, нашим сумлінням, щоб ми відчули - робимо все можливе, щоб полегшити страждання інших. Я роблю теж саме. Щоб не попросили ви, я все зроблю. Як я казала, наші кошти перерозподіляються по різним установам, іноді, навіть в інші країни, де люди опинилися в злигоді. І я б не хотіла багато похвалитися про це, але ви самі просите. Наприклад, в минулому році ми дали 1 мільйон доларів народу Філіппін, щоб вони визволися від Пінатубо. Ми допомагали жертвам повню в Ау-Лаці, в Китаї. І це те, що ми робимо, ось чому я повинна заробляти гроші. Ось чому я не бажаю жити на пожертвування людей. Розумієте? Усі мої ченці та мої послідовники повинні працювати так, як працюю я. І далі, окрім цього ми також допомагаємо духовно, розумієте, допомагаємо страждучим цього світу, допомагаємо полегшити страждання в світі. Ми повинні робити це. Це не означає, що ми

сидимо цілими днями у самадхі і одержуємо задоволення від самих себе. То дуже егоїстичний Будда. Ми не хочемо мати його тут. [Сміється]

З.: У мене тільки ще одне запитання. Мене дуже цікавило, чи знаєте ви щось? Я чула багато повідомлень, що Далай Лама їсть м'ясо, і я хотіла тільки дізнатися, чи це правда, і як ви виправдаєте це?

У.: Я не знаю, чому ви питаєте мене, ви повинні запитати його.

З.: Мене тільки цікавило, чи чули ви про це, або, може знаєте щось?

У.: Бачите, я дуже не люблю говорити про справи інших людей, особливо, коли та людина не присутня тут, щоб захистити себе. Існують речі, які ми розуміємо інакше. Добре, вибачте, будь ласка. Він така чарівна людина, якою він тільки може бути. А все інше - його особиста справа і вибір життя.

З.: Дякую Учителе Ching Hai, за те, що ви були терплячою з нами сьогодні [Учитель: Не варто дякувати], за те, що ви були так люб'язні, за відповіді на наші запитання. Ви розповідали про рівень, в якому усвідомлюєш, що вони мають сили, які приходять з цього усвідомлення. Що тепер, якщо ви усвідомлюєте ці сили, ви не знаєте, що ви маєте їх, але ви усвідомлюєте їх, ви навіть можете відчувати, як ви це робите. Як ви цього добиваєтесь, чи ви не добиваєтесь? Якщо ви не добиваєтесь цього, як ви не стаєте нетерплячою до процесу, який проходить навколо? Як ви бачите процес сприймання повільного земного способу, коли ви знаєте, що ви можете молитися або

робити ще щось, щоб здійснити рішення краще і швидше.

У.: Так, розумію.

З.: Що це означає, і як добитися цього з благословінням, що все буде гаразд? Ви розумієте, що я маю на увазі?

У.: Розумію, розумію. Ви мали на увазі, що коли ви маєте владу змінити речі і коли речі навколо здійснюються бюрократичним та повільним чином, як би ви мали терпіння виносити все те, вірно? Чи ви б тільки молилися, або робили якісь чари, або показували пальцем і підганяли, так? Ні, я маю терпіння тому, що ми повинні працювати з розвитком цього світу, щоб не привести його до хаосу. Так. Наприклад, дитина не може бігти. Не тому, що ви поспішаєте, чи хочете бігти і тому примушуєте дитину спотикатися і падати. Ми повинні бути терплячими. Навіть якщо маємо силу бігти, ми йдемо з дитиною, так. Тому іноді я також зриваюся і буваю нетерплячою, але я повинна вчити себе бути терплячою. Тому я повинна йти і схилити голову за біженців то перед одним президентом, то перед іншим, навіть якщо ми бажаємо надати повну фінансову підтримку. Ми віддали б усе, що ми маємо, все, мільйони доларів або навіть мільярди. Ми повинні пройти через бюрократичну систему. Кесарю - кесареве. Розумієте? Я не збираюся користуватися своєю головою або вказувати пальцем ООН, навіть примушувати їх бігти. Ні, ні. Ми спричиняємо лихо у цьому світі, якщо ми використовуємо фізичну, магичну владу. Розумієте? Все повинно йти так, як воно йде. Але ми можемо підвищити

сумління людей духовним лікуванням, духовною мудрістю, розумінням. Передати їм знання того, що вони бажають робити, ви розумієте, співпрацювати. Це найкращий шлях не використовувати магічну силу. Я ніколи навмисно не використовую її, ні в яких аспектах життя. Але дива просто трапляються навколо практикуючих духовних лікарів. Це дуже природньо, але не навмисне, ви розумієте? Не намагатися квапити події. Так, це не добре. Дитина не може бігти. Правильно? Ви задоволені моєю відповіддю? Якщо деякі з моїх відповідей вас не влаштовують, будь-ласка скажіть мені, тому що я можу пояснити далі. Але я вірю, що ви дуже розумні, будучи обранцями, як найрозумніші люди всіх націй. Таким чином, я не дуже вигадую, так. Ще запитання? До речі кажучи, це добре, що ми маємо Об'єднані Нації. Так, так. Ми усуваємо багато світових конфліктів та війн, навіть якщо ми не можемо повністю звести їх до мінімуму. Але я читала ваші книги Об'єднаних Націй. Кожен належить до Об'єднаних Націй. Я прослідкувала працю ООН. І я повинна похвалити їх зусилля та дії до врятування заложників там, де інші люди врятувати не можуть. Вся влада світу не може врятувати, а один уповноважений Об'єднаних Націй зробив це. Так. І багато інших речей стосовно полегшення лиха, проблем біженців. Ви маєте близько дванадцяти мільйонів біженців, я чула, відповідальність, ні? Це багато роботи, а також війни і все інше. Отже, це добре, що існують Об'єднані Нації, так! Це дуже добре.

З.: Дякую вам, Учителе Ching Hai, за те, що ви поділилися з нами своєю мудрістю. В мене є запитання про зростання світового населення та супроводжуючі його проблеми подальшого зловживання навколишнім середовищем і подальшої, ще більшої потреби в їжі. Чи не прокоментували б ви проблему зростання населення світу? Це доля світу? Чи це створить певний тип долі у майбутньому?

У.: Хм, мати більше людей в цьому світі - це теж добре. Чому б і ні? Більше народу, більше гомону, більше сміху, ні? Ми не перенаселені, дійсно. Ми тільки не розселені рівномірно. Люди тільки концентруються в певних зонах світу і не бажають переїжджати в інше місце. І це все. Так, ми маємо дуже багато великих територій дикої землі, до якої ми не звикли. Багато незайманих островів, багато, ви знаєте, великих плато, які покриті зеленими лісами і на яких більш нічого немає. Хм, люди тільки люблять концентруватися у Нью-Йорку, наприклад [Сміється], тому що тут приємніше. Так, тому що, якщо уряд може створити робочі місця, ви розумієте, промисловість, зайнятість різних типів у різних місцях, люди теж поїхали б туди працювати. Вони збираються в певних місцях тому, що там простіше знайти роботу і безпеку. Якщо безпека, надійність та можливість працювати присутні як такі в тих інших місцях, люди теж поїхали б туди. Вони б поїхали заради впевненості, заради їх засобів до існування. Це дуже природньо, так? Отже, ми не повинні боятися перенаселення. Ми повинні бути більш організованими, щоб давати людям світу більше вигід у можливо-

стях знайти роботу, житло і безпеку. Тоді скрізь все однаково. Ми б ніколи не були перенаселені. Щодо вашого запитання про їжу, ви повинні знайти краще. Тому що в Америці ми маємо так багато інформації стосовно того, як врятувати світ. Вегетаріанська дієта є однією з найкращих, щоб зберегти світові ресурси, нагодувати все населення землі. Тому що ми марно витрачаємо багато вегетаріанської їжі, енергії, електрики, ліків, розводимо тварин. Розумієте? В той час, як це могло б прогодувати безпосередньо других людей. І багато країн, народів третього світу продають збагачену протеїном вегетаріанську їжу по нижчій ціні. Але це не допомога другому населенню світу. Один з досліджуваних щось... журналів, вони вже написали, що якщо бажати..., якщо хто-небудь в..., як би це сказати... О, останній раз я була в ООН, я вже згадувала про це. Якщо ми будемо їсти вегетаріанську їжу, світ більше не буде голодувати. І ми повинні організувати так. Я знаю людину, яка може зробити з рисових висівок поживну їжу і навіть молоко. І ми розмовляли про це останнього разу. Він сказав, що розтратив понад трьохсот тисяч доларів, і він може нагодувати 600 тисяч людей на Цейлоні - бідних, голодних матерів і інших. Так, це неймовірно. Тому що шлях, яким ми користуємося у багатьох країнах світу - це витрати природних ресурсів, яких ми не маємо достатньо. Бог не поселив би нас тут голодувати. В дійсності, ми моримо голодом самі себе. Отже, ми повинні переосмислити... переосмислити, переорганізувати, і це потребує благословіння багатьох урядів світу. Вони повинні благослови-

ти нас своєю абсолютною чесністю, чистотою та, розумієте, гідністю і волею служити людям замість того, щоб служити собі. Якщо ми будемо мати це благословіння від усіх урядів світу, ви розумієте, ми дійсно не будемо мати проблем. Ніяких проблем. Ми повинні мати добре керівництво, добру організацію економіки та правлячі талановиті і чесні уряди. Але це може настати скоріше, якщо багато людей, або більшість людей, або всі люди стануть духовними. Тоді вони знають дисципліну. Тоді вони знають наставлення. Тоді вони знають, як бути чесними і чистими. І вони знають, як використати їх мудрість. Тоді вони можуть міркувати про багато речей та змінити своє життя. Розумієте? Інакше, якщо ви лише біжите за владою, за своєю кишенею чи грошима, зібраними народом, і тоді ви намагаєтесь зібрати ті ж самі гроші знову перед тим, як втратити владу. Не допомагаю зовсім. Не має значення, що ви сидите на золотому руднику, ви все одно вмираєте від бідності. Керівники багатьох народів повинні усвідомлювати свою владу та відповідальність. Повинні думати про людей, реорганізувати систему. Ух! Так.

З.: Це здається дуже важливим тому, що я розумію, багато... як я зрозуміла, багато зловживань навколишнім середовищем сьогодні залежить від зростаючої потреби населення в більших площах для життя, в будинках для того, щоб жити в ХХ-му столітті так, як ми бажаємо жити. Скажімо, джунглі у Бразилії. Там також зловживання природою. Руйнування лісів, вологих лісів. Земля, рослинність постійно зни-

щуються і як результати - повені. І це також пов'язано з проблемою перенаселення.

У.: Так, в світі все пов'язане одне з одним, це зрозуміло. І єдине рішення - це вирішувати проблему у корені, а не з гілок. І корінь - духовна стабільність. Розумієте? [Оплески] Отже, все, що ми повинні робити - це намагатися розповсюджувати духовне послання того, що ми знаємо і підтримувати духовну дисципліну. Цього людям не вистачає. Це добре длубатися в електричному двигуні і мати світло та якусь дзвенячу музику і потрапити у самадхі. Але, якщо ви не хочете моральної дисципліни, то ви тільки використовуєте владу інколи на погані речі. Не можете контролювати цього. Ви розумієте? Ось чому ми у групі продовжуємо... навчати людей, по-перше - наставлянням, правилам. Вони дуже важливі. Ми не маємо знати, куди ми йдемо та маневрувати своєю владою. Якщо влада без любові, без співчуття, без дійсного розуміння значення моралі, тоді вона непотрібна. Вона стає чорною магією, зловживанням. Так. Ось звідки береться чорна магія. Розумієте? Отже, легко здобути освідчення, але важко утримати його. У нашому випадку, якщо ви не чесно дисципліновані та морально озброєні, Учитель відніме частину вашої влади, щоб ви не змогли зловживати нею та робити погані речі суспільству. Розумієте? В цьому різниця. Учитель контролює. Влада Учителя, влада Учителя. Так, я дуже щаслива одержувати ваші розумні запитання. Дуже розумні. Люди роблять ці речі тому, що вони не достатньо мудрі, знаєте, і зловживання землею, як ви сказали, чи щось інше: все це від нестачі

мудрості. Так, отже, корінь - це мудрість, духовна практика. Ставати освіченим. Так, мем?

З.: Я прочитала декілька ваших книжок та прослухала кілька ваших плівок.

У.: Дійсно! Чудово! Отже, тоді ми знаємо одна одну.

З.: Мене дуже зацікавила концепція асурій.

У.: А..С..У..Р..І..Ї... Що ж це таке? Асура! Асура! Ах, космічне! Ах, асурії! Так, так, так. Це мова санскрит для космічних сутностей. Добре. Я не знала, що ви розмовляєте на санскриті. Саме так!

З.: Отже, моє запитання. Я знаю, що я намагаюся робити правильні речі, практикуватися, і я знаю, що я борюся проти чогось, що бореться проти мене. І моє запитання: як запобігти боротьбі? Як виграти?

У.: В цьому ж задоволення. Якщо щось дається дуже легко, знаєте, без випробувань, ви навіть не бажаєте виграти. Так. Таким чином ми маємо дві сили в собі. Ми звемо їх "інь" та "ян" у східних термінах і китайських. Ух... У західній термінології ми кажемо "негативна" і "позитивна". Негативна сила лише штовхає нас робити щось проти нашої волі, а позитивна допомагає нам перебороти ту тенденцію. І іноді ми програємо, іноді виграємо, це залежить від нашої духовної дисципліни та сили. Отже, намагайтеся боротися і продовжувати, саме як боротьба Об'єднаних Націй з проблемою біженців та війнами в світі. Інколи ви виграєте в кінці, це потребує деякої боротьби. Я дякую вас за увагу. Всього найкращого.

Посвячення: метод Куан Інь

Учитель Ching Hai посвячує щирих людей, які прагнуть знати істину, в метод Куан Інь. Китайські ієрогліфи "Куан Інь" означають споглядання коливання звуку. Цей метод включає роздуми як про Внутрішнє Світло, так і про Внутрішній Звук. Цей внутрішній досвід час від часу описувався в релігійній літературі всіх світових релігій, починаючи з стародавніх часів.

Наприклад, у християнській Біблії говориться: **"Споконвіку було Слово, і з Богом було Слово, і Слово було - Бог"**. (Йоан 1:1) Це слово є внутрішній звук. Його також називали Логос, Шабд, Дао, Звуковий потік, Наам або Небесна Музика. Учитель Ching Hai говорить: **"Він коливається протягом усього життя і підтримує весь світ. Ця внутрішня мелодія може заліковувати всі рани, виконати всі бажання і вгамувати спрагу в усьому світі. Він всемогутній і вселюблячий. А оскільки ми зроблені з цього звуку, то цей контакт із ним приносить мир і почуття задоволення в наші серця. Після то-**

го, як ми чуємо цей звук, вся наша істота змінюється, і наші погляди на життя також значною мірою змінюються на кращі".

Внутрішнє Світло, Світло Бога - це те саме світло, яке в світі називають прозрінням. Його сила може змінюватися від слабкого жевріння до блиску мільйонів сонць. Якраз через це Внутрішнє Світло і Звук ми прийшли до пізнання Бога.

Посвячення в метод Куан Інъ - це не таємничий ритуал або церемонія входження в нову релігію. Під час посвячення дається особлива інструкція в медитацію про Внутрішнє Світло і Внутрішній Звук, і Учитель Ching Hai забезпечує духовну передачу. Це перше відчуття присутності Бога відбувається в тиші. Учитель Ching Hai не обов'язково повинна бути фізично присутньою для того, щоб відчинити двері перед нами. Ця передача є суттєво важливою частиною цього методу. Самі методи принесуть мало користі без милості Учителя.

Оскільки ви можете почути Внутрішній Звук і побачити Внутрішнє Світло зразу ж після посвячення, цю подію інколи називають "раптовим або безпосереднім прозрінням".

Учитель Ching Hai приймає для посвячення людей незалежно від їхнього походження або віросповідання. Вам не потрібно змінювати вашу нинішню релігію чи систему віровчення. Вас не будуть просити

вступати до якоїсь організації або брати участь у ній, якщо це йде всупереч вашому теперішньому способу життя.

Проте вас попросять стати вегетаріанцем. Дотримання вегетаріанської дієти протягом усього життя є необхідною передумовою для сприйняття посвячення.

Посвячення проводиться безкоштовно.

Повсякденна практика методу медитації Куан Інь і дотримання "П'яти Заповідей" - це єдині вимоги до вас після посвячення. Ці Заповіді - це принципи, які допоможуть вам не робити зла ані собі, ані будь-якій живій істоті. Ці звички поглиблюють і зміцнюють ваш початковий досвід прозріння і дозволять вам врешті - решт досягти найвищих рівнів пробудження або буддизму для себе. Без повсякденної практики ви, звичайно, майже забудете своє прозріння і повернетесь до звичайного рівня свідомості.

Головна мета Учителя Ching Hai - навчити вас бути незалежними. Таким чином, Вона навчає методу, який може практикувати кожен, сам, без будь-якої підтримки й атрибутів. Вона не шукає послідовників, прихильників чи учнів і не прагне створити організацію членів, які платять внески. Вона не буде приймати гроші як подарунки від вас, тому вам не потрібно пропонувати це їй. Вона прийме вашу щирість у

повсякденному житті і медитаційну практику для руху вперед, до святості.

П'ять заповідей

- 1. Не відбирайте життя у розумних істот. ***
- 2. Не говоріть неправди.**
- 3. Не беріть те, що вам не пропонують.**
- 4. Не займайтесь сексуальною розпусністю.**
- 5. Не вживайте п'яних та токсичних речовин.**

* Придержування цієї заповіді потребує вживання вегетаріанської або лактовегетаріанської дієти



Чому люди повинні бути вегетаріанцями

А отримання вегетаріанської або молочно-вегетаріанської дієти служить передумовою посвячення в метод Куан Інъ. При цій дієті дозволяється їсти всі продукти рослинного походження та молочні продукти, але не дозволяється їсти продукти тваринного походження, включаючи яйця. Для цього є багато причин, але найбільш важлива з них виходить із першої Заповіді, в якій говориться, що не можна відбирати життя у розумних істот, або **"Не вбивай"**.

Те, що ми не в'ємо або не зробимо злого іншим живим істотам, є очевидною користю для них. Менш очевидним є той факт, що утримування від того, щоб зробити зло іншим, є однаковою мірою корисним для нас самих. Чому ? Тому, що це закон карми: **"Що хто посіє, те й жатиме"**. Коли вбиваєте ви чи примушуєте інших вбивати для вас, щоб задовольнитися м'ясом, ви берете борг у карми, і цей борг ви врешті - решт повинні повернути.

Тому, дійсно, дотримання вегетаріанської дієти - це дар, який ми віддаємо собі. Ми почуваємо себе краще, покращується якість нашого життя, тому що тягар нашої заборгованості кармі зменшується і нам відкривається вхід у божественне царство внутрішнього досвіду. Воно варте тієї малої ціни, яку ми повинні заплатити!

Духовні докази проти вживання м'яса є переконливими для деяких людей, але є інші незаперечні докази того, щоб бути вегетаріанцем. Всі вони докорінно пов'язані зі здоровим глуздом. Це стосується питань особистого здоров'я та харчування, екології та зовнішнього оточення, страждань етнічних груп і тварин, а також голоду в усьому світі.

Здоров'я та харчування

Дослідження розвитку людини показало, що наші предки були вегетаріанцями за своєю природою. Будова людського тіла не пристосована до споживання м'яса. Це було продемонстровано в роботі з порівняльної анатомії доктором Г.С. Хантінгеном з Колумбійського університету. Він відзначив, що м'ясоїдні мають короткі малий і великий кишечники. Їхній великий кишечник дуже прямий і гладенький. І навпаки, тварини, які споживають рослинну їжу, мають довгі великий і малий кишечники. Оскільки м'ясо має низький вміст волокон і велику густоту білка, не потрібно багато часу для того, щоб кишечники всмоктали поживні речовини, таким чином, кишечники

м'ясоїдних коротші, ніж кишечники тварин, які споживають рослинну їжу.

Люди, як і інші природно вегетаріанські істоти, мають довгі як малий, так і великий кишечники. Разом довжина наших кишечників приблизно становить вісім з половиною метрів. Малий кишечник зігнутий декілька разів, а його стінки горбкуваті, не гладенькі. Оскільки наші кишечники довші, ніж у м'ясоїдних, м'ясо, яке ми з'їдаємо, залишається в наших кишечниках довший проміжок часу. Отже, м'ясо може розкладатися і утворювати токсини. Ці токсини причетні до виникнення раку товстої кишки, вони збільшують навантаження на печінку, яка виконує функцію очищення від токсинів. Це може спричинити цироз або навіть рак печінки.

М'ясо містить у собі багато протеїну урокінази і сечі, які збільшують навантаження на нирки і можуть вивести з ладу функцію нирок. У кожному фунті м'яса міститься чотирнадцять грамів протеїну урокінази. Якщо живі клітини помістити в рідкий протеїн урокінази, їхня метаболічна функція виродиться. Далі, у м'ясі не вистачає целюлози і волокон, а відсутність волокон може спричинити виникнення запорів. Відомо, що запори можуть привести до раку прямої кишки або геморою.

Холестерин та насичені жири в м'ясі також призводять до серцево-судинних захворювань. Серцево-судинні захворювання стоять на першому місці серед

чинників смерті в США, а тепер і в Формозі. На другому місці серед чинників смерті стоять онкологічні захворювання. Експерименти показують, що у смаженому м'ясі утворюється хімічний елемент (Methylcholanthrene), який є сильним канцерогеном. Миші, яким давали цей хімічний елемент, мали онкологічні захворювання кісток, крові, шлунку та інші.

Дослідження показали, що у малих мишей, яких годувала миша, хвора на рак молочної залози, також розвивався рак. Коли ракові клітини людини впорскують тваринам, у тварин також розвивався рак. Якщо м'ясо, яке ми їмо щодня, від тварин, які мали такі порушення в організмі, то не виключено, що ми теж можемо мати такі ж хвороби.

Більшість людей вважає, що м'ясо чисте і безпечне, що на всіх бойнях існує санітарний контроль. Щодня для продажу вбивають велику кількість великої рогатої худоби, свиней, птиці, і тому важко все це проконтролювати. Важко виявити, чи є рак в окремому шматку м'яса, не говорячи вже про кожну цілу тварину. В даний момент м'ясна промисловість просто відрізає голову, коли там є щось підозріле, або відрізає ногу, якщо вона уражена. Відкидаються тільки хворі частини, а решта йде на продажу.

Відомий вегетаріанець д-р Д.Х. Келлогг сказав: "Коли ми споживаємо рослинну їжу, ми не турбуємося

про те, від якої хвороби загинула ця їжа. Це робить її споживання приємним!"

Ще одна проблема викликає тривогу. Антибіотики й інші ліки, включаючи стероїди і гормони росту, або додаються до їжі для тварин, або ж упорскуються прямо в тварину. Повідомлялося, що люди, які вживають м'ясо таких тварин, поглинають також і ці ліки. Існує вірогідність того, що антибіотики в м'ясі знижують ефективність антибіотиків, які вживають люди.

Дехто вважає, що вегетаріанська дієта недостатньо поживна. Американський хірург д-р Міллер практикував медицину в Формозі протягом сорока років. Там він заснував лікарню, в якій вся їжа була вегетаріанською як для лікарів, так і для хворих. Він сказав: "Миша - це один із видів тварин, який може підтримувати життя, користуючись як вегетаріанською, так і невегетаріанською дієтою. Якщо ми відокремимо двох мишей і одна з них буде їсти м'ясо, а інша - вегетаріанську їжу, ми побачимо, що їхній ріст і розвиток буде однаковим, але миша - вегетаріанка буде жити довше і матиме більший опір хворобам. Далі, коли обидві миші захворіли, миша - вегетаріанка видужала швидше". Потім він додав: "Ліки, які дає нам сучасна наука, значно покращились, але вони можуть лікувати тільки хворобу. А їжа може підтримувати наше здоров'я". Він вказав на те, що "рослинна їжа більш безпосереднє джерело харчування, ніж м'ясо. Люди їдять тварин, але джере-

лом харчування для тварин, яких ми їмо, є рослини. Життя більшості тварин коротке, а тварини хворіють майже всіма хворобами, які мають люди. І надто ймовірно, що хвороби людей походять від споживання м'яса хворих тварин. То чому ж люди не харчуються безпосередньо рослинною їжею?" Д-р Міллер висловив думку, що нам потрібні тільки злакові, боби та овочі, щоб отримати все необхідне харчування для підтримки доброго здоров'я.

Багато людей думає, що тваринний білок переважає рослинний у тому, що він вважається повним, а рослинний - неповним. Річ у тому, що деякі рослинні білки повні і комбінування їжі може дати повні білки з деяких неповних білкових продуктів.

У березні 1988 року Американська Дієтологічна Асоціація заявила, що, на думку АДА, "вегетаріанські дієти корисні для здоров'я і відповідають нормам харчування, якщо вони відповідним чином сплановані".

Часто помилково вважають, що споживачі м'яса сильніші, ніж вегетаріанці, проте експеримент, проведений професором Ірвінгом Фішером з Єльського університету над 32 вегетаріанцями і 15 споживачами м'яса, показав, що вегетаріанці більш витривалі, ніж споживачі м'яса. Він попросив людей витягнути руки перед собою і тримати їх якомога довше. Результат тесту був дуже яким. Серед споживачів м'яса тільки двоє були в змозі втримати витягнуті руки від 15 до 30 хвилин, а серед 32 вегетаріанців 22 чолові-

ки тримали руки від 15 до 30 хвилин, 15 чоловік - більше, ніж 30 хвилин, 9 чоловік - більше, ніж годину, 4 чоловіки - більше, ніж 2 години, а один вегетаріанець зміг втримати витягнуті руки 3 години.

Багато марафонців дотримуються вегетаріанської дієти перед змаганнями. Д-р Барбара Мор, фахівець із питань вегетаріанської терапії, подолала відстань довжиною в 110 миль за 27 годин і 30 хвилин. 56-літня жінка побила всі рекорди, які утримувались молодими людьми. "Я хочу бути прикладом того, що люди, які повністю дотримуються вегетаріанської дієти, будуть мати сильне тіло, світлий розум і очищене життя".

Чи отримує вегетаріанець достатньо білка в своїй дієті? Всесвітня Організація Охорони Здоров'я рекомендує, щоб білок складав 4,5% калорій щодня. Пшениця містить у собі 17% білка, спаржева капуста - 45%, а рис - 8%. Дуже легко мати дієту, багату на білок, не споживаючи м'яса. Для того, щоб уникнути багатьох хвороб, викликаних дієтами з високим вмістом жирів, таких, як хвороби серця і різні онкологічні захворювання, необхідно віддати перевагу вегетаріанській дієті.

Виявлено зв'язок між надмірним споживанням м'яса та інших продуктів тваринного походження з великим вмістом насичених жирів і хворобами серця, молочної залози, раком товстої кишки, ударами. Інші хвороби можна попередити й інколи вилікувати веге-

таріанською дієтою з малим вмістом жиру, включаючи: камінці в нирках, рак передміхурової залози, цукровий діабет, виразку шлунку або дванадцятиперстної кишки, жовчний конкремент, слизовий коліт, артрит, хвороби ясен, вугрі, рак підшлункової залози, рак шлунку, гіпоглікемію, запор, дивертикульоз, високий кров'яний тиск, остеопороз, рак яєчників, геморої, ожиріння, астму.

Крім паління, немає нічого шкідливішого для здоров'я людини, ніж вживання м'яса.

Екологія та навколишнє середовище

Вирощування тварин для м'яса має свої наслідки. Воно приводить до винищення тропічних лісів, підвищення температури на земній кулі, забруднення води, її нестачі, перетворення степів на пустелі, неправильного використання енергетичних ресурсів і голоду в усьому світі. Використання землі, води, енергії і людських зусиль для виробництва м'яса не можна вважати ефективним засобом використання земних ресурсів.

Починаючи з 1960 року, близько 25% тропічних лісів Центральної Америки було спалено і розчищено для створення пасовищ для великої рогатої худоби. Підраховано, що кожен гамбургер вагою трохи більше, ніж 100 грамів (4 унції), виготовлений із м'яса тварин, що випасалися на місці знищених лісів, нищить 55 квадратних футів цих лісів (близько 20 квадрат-

них метрів). Крім того, вирощування великої рогатої худоби значною мірою призводить до утворення трьох газів, які викликають потепління на земній кулі, є основною причиною забруднення води і потребує 2464 галонів води (близько 12 тисяч літрів) для виробництва одного фунта яловичини. Для того, щоб виростити один фунт помідорів, потрібно 29 галонів води і 129 галонів для одержання однієї паляниці пшеничного хліба. Майже половина всієї води, яка споживається в Сполучених Штатах, йде на вирощування корму для великої рогатої худоби та іншого живого інвентаря.

Можна нагодувати більшу кількість людей, якби ресурси, що використовуються для вирощування худоби, були використані для виробництва зерна, щоб нагодувати населення в усьому світі. Акр землі, на якому вирощують овес, дає в 8 разів більше протеїну і в 25 разів більше калорій, якщо його будуть споживати люди, а не домашні тварини. Акр землі, який використовується для вирощування брокколі, дає в 10 разів більше протеїну, калорій і ніотинової кислоти, ніж акр землі, на якому вирощується худоба. Можна навести безліч статистичних даних. Земні ресурси використовувалися б більш ефективно, якби на землі, яка використовується для вирощування худоби, вирощувався врожай для споживання людьми.

Дотримання вегетаріанської дієти дає вам можливість "більш легко ходити по планеті". Крім того, що ви берете тільки те, що вам потрібно, ви будете по-

чувати себе краще, знаючи, що жива істота не повинна вмирати щоразу, коли ви їсте.

Голод на земній кулі

Майже один мільярд чоловік страждає від голоду і недоїдання на цій планеті. Більше 40 мільйонів чоловік помирає кожного року від голодної смерті, і більшість із них - це діти. Незважаючи на це, більше однієї третини світового врожаю зерна відбирається в людей і йде на відгодівлю тварин. У Сполучених Штатах Америки худоба з'їдає 70% всього вирощуваного зерна. Якщо ми будемо годувати людей замість тварин, ніхто не буде голодний.

Страждання тварин

Чи знаєте ви про те, що більше, ніж 100000 корів вбивають щодня в США?

Більшість тварин у західних країнах вирощують на "фермах-фабриках". Це передбачено для того, щоб відгодувати для забою більшу кількість тварин при мінімальних затратах. Тварин скупчують в одному місці, калічать і ставляться до них, як до машин по перетворенню їжі на м'ясо. Це дійсність, яку більшість із нас ніколи не побачить на власні очі. Кажуть, що одне відвідання бойні зробить вас вегетаріанцем на все життя.

Лев Толстой сказав: "До тих пір, поки будуть існувати бойні, будуть і поля бою. Вегетаріанська дієта - це випробовування гуманізму". Хоча більшість із нас активно не підтримує забій тварин, у нас виробилася звичка, яка підтримується суспільством, регулярно їсти м'ясо, не думаючи про те, що зроблено з тваринами, яких ми їмо.

Товариство Святих та інші

З початку записаної історії ми бачимо, що овочі були природною їжею людей. У всіх ранніх грецьких та старовірських міфах говориться про те, що люди споконвіків їли фрукти. Священники стародавнього Єгипту ніколи не їли м'яса. Багато великих грецьких філософів виступали на захист вегетаріанства.

В Індії Шак'ямуні Будда підкреслював важливість Ахімсу, принципу незаподіяння зла жодній живій істоті. Він застерігав своїх учнів від споживання м'яса, тому що інші живі істоти будуть лякатися їх. Будда зробив такі спостереження: **"Споживання м'яса - це набута звичка. З самого початку ми не народилися з цим бажанням". "Люди, які їдять м'ясо, відсікають своє внутрішнє зерно Великого Милосердя". "Люди, що їдять м'ясо, вбивають один одного і їдять один одного... У цьому житті я їм тебе, а в наступному житті ти їси мене... І так продовжується завжди. Як можуть вони коли-небудь вийти з Трьох Царств (ілюзії)?"**

Багато стародавніх даосистів, перші християни і євреї були вегетаріанцями. Це записано в Священній Біблії: **"По тому сказав Бог: Ось я даю вам усяку траву, що розсіває насіння по всій землі, та всяке дерево, що приносить плоди з насінням: вони будуть вам на поживу. Всякому ж дикому звіреві, всякому небесному птаству, всьому, що повзає по землі й має в собі живу душу, я даю на поживу всяку зелень трав"**. (Генезис, Книга Буття 1:29,30)

Інші приклади про заборону вживання м'яса в Біблії: **"Ви не повинні їсти м'яса з кров'ю в ньому, тому що в крові життя"**. (Книга Буття 9:4) **"Бог сказав: Хто велів вам вбити бика і козу, щоб зробити мені жертвоприношення? Змийте з себе цю невинну кров з тим, щоб я зміг почути вашу молитву; в протилежному разі я відверну свою голову, тому що ваші руки повні крові. Покайтеся, щоб я міг простити вам"**. Святий Павло, один із учнів Ісуса Христа, сказав у своєму листі до римлян: **"Добре не їсти м'яса і вина не пити"**. (До Римлян 14:21)

Недавно вчені - історики знайшли багато стародавніх книг, які пролили нове світло на життя Ісуса і його вчення. Ісус сказав: **"Люди, які вживають м'ясо тварин, стають своїми власними могилами. Я чесно вам говорю, людина, яка вбиває, буде вбита. Людина, яка вбиває живу істоту і їсть її м'ясо, їсть м'ясо мертвих людей"**.

Індійські релігії також виступають проти споживання м'яса. Там говориться: **"Люди не можуть їсти**

м ясо, вбиваючи живих істот. Людина, яка завдає болю розумному створінню, ніколи не буде благословенна богом. Тому уникайте вживання м'яса!"
(Заповідь Хінді)

Священне писання ісламу Коран забороняє **"вживання диких тварин, крові і м'яса"**.

Великий китайський Учитель Зен Хан Шан Тзу написав вірш, у якому була виражена сильна заборона вживати м'ясо: **"Йдіть швидко на базар і купіть м'ясо та риби і нагодуйте ними свою дружину і дітей. Але ж для чого потрібно забирати їхні життя, щоб підтримати наші? Це нерозсудливо. Це не зближить вас із Царством Небесним, а змусить вас піти в Пекло!"**

Багато відомих письменників, художників, учених, філософів і видатних людей було вегетаріанцями. Ось люди, які поріднилися з вегетаріанством: Шак'ямуні Будда, Ісус Христос, Вергілій, Горацій, Платон, Овідій, Петрархій, Піфагор, Сократ, Вільям Шекспір, Вольтер, Ісаак Ньютон, Леонардо да Вінчі, Чарльз Дарвін, Бенжамін Франклін, Ральф Вальдо Емерсон, Генрі Давид Торе, Еміль Золя, Бертранд Рассел, Річард Вагнер, Персі В.Шеллі, Герберт Уелс, Альберт Ейнштейн, Рабіндранат Тагор, Лев Толстой, Джорж Бернард Шоу, Махатма Ганді, Альберт Швейцер і не так давно Поль Ньюман, Мадонна, Принцеса Діана, Ліндсей Вагнер, Поль Маккарті, Кандіс Берген та багато інших.

Альберт Ейнштейн сказав: "Я думаю, що зміни і вплив очищення, який має вегетаріанська дієта на характер людини, приносить дуже велику користь людству. Тому вибір вегетаріанства приносить добро і мир людям". Це було загальною порадою багатьох видатних людей і мудреців, починаючи з давніх часів.

Учитель відповідає на запитання

Запитання: Поїдаючи тварин, ми вбиваємо живих істот, але чи не те саме відбувається, коли ми їмо овочі?

Учитель: Коли ми їмо рослинні продукти, це теж знищення живих істот і це створює деяку перешкоду для карми, але вплив дуже малий. Якщо ви будете практикувати метод Куан Інь дві з половиною години щодня, ви звільнитесь від цього впливу на карму. Оскільки ми змушені їсти, щоб жити, ми вибираємо їжу, яка має найменшу свідомість і найменше страждає. Рослини складаються на 90% з води, тому рівень їхньої свідомості надто низький, щоб відчувати якісь страждання. Далі, коли ми їмо багато рослинної їжі, ми не відрубаємо коріння рослин, а швидше всього допомагаємо їм вегетативно розмножуватися, зрізаючи гілки і листя. Кінцевий результат насправді приносить користь рослині. Тому вчені-садоводи говорять, що обрізування рослин допомагає їм рости великими і красивими.

Більш наочний приклад можна навести з фруктами. Коли фрукти дозрівають, вони привертають до себе увагу людей, щоб ті їх з'їли, своїм приємним запахом, красивим кольором та смаком. Тільки таким чином фруктові дерева можуть досягти своєї мети - пропагувати своє насіння на великі відстані. Якщо ми не зірвемо їх і не з'їмо, фрукти перестигнуть, впадуть на землю і згниють. Тому споживання фруктів і овочів - це природна тенденція, яка взагалі не принесе їм страждань.

З.: Більшість людей думають, що вегетаріанці нижчі на зріст і худіші, а ті, що їдять м'ясо - вищі і повніші. Це так?

У.: Вегетаріанці не обов'язково мають бути худішими і меншими на зріст. Якщо їхня дієта збалансована, вони можуть також вирости високими і сильними. Як ви бачите, всі великі тварини, такі, як слони, велика рогата худоба, жирафи, бегемоти, коні і т.д. їдять тільки овочі та фрукти. Вони сильніші, ніж м'ясоїдні, дуже смирні і приносять користь людям. А м'ясоїдні тварини і дуже жорстокі, і не приносять користі. Якщо люди будуть їсти дуже багато м'яса тварин, у них теж з'явиться звірячий інстинкт і якості. Люди, які їдять м'ясо, не обов'язково високі і сильні, але їхній життєвий шлях у середньому дуже короткий. Ескімоси майже повністю харчуються м'ясом, та хіба вони високі і сильні? Хіба вони довго живуть? Це, я думаю, ви можете легко зрозуміти.

З.: Чи можуть вегетаріанці їсти яйця?

У.: Ні, коли ми їмо яйця, ми також вбиваємо живих істот. Дехто говорить, що яйця, які продаються у великій кількості, не запліднені, тому, коли ми їх їмо, ми не вбиваємо живих істот. Це тільки здається правильним. Яйце залишається незаплідненим тільки тому, що не було відповідних умов для його запліднення, тому яйце не може досягти своєї кінцевої мети - перетворитися на курча. Хоча це перетворення і не відбулося, в ньому все ж міститься природна життєва сила, необхідна для цього. Ми знаємо, що яйця мають природну життєву силу, то чому ж тільки яйця - це єдиний тип клітин, які можуть запліднюватися? Дехто вказує на те, що яйця містять у собі суттєво важливі поживні речовини - протеїн і фосфор, істотно необхідні для людського тіла. Але білок міститься у стручках гороху, а фосфор - у багатьох овочах, таких, наприклад, як картопля.

Ми знаємо, що з давніх-давен і до цих пір багато ченців не їдять м'яса та яєць і проживають довге життя. Наприклад, Учитель Інг Гуанг з'їдав тільки мисочку овочів і трохи рису під час їжі, проте дожив до 80 років. Далі, жовтки яєць містять у собі багато холестерину, який є головною причиною виникнення серцево-судинних захворювань, вбивця номер один у Формозі і в Америці. Це не дивно, тому що більшість пацієнтів їдять яйця.

З.: Людина вирощує тварин і свійську птицю, таких, як свині, велика рогата худоба, курчата, качки і т.д. Чому ж їх не можна їсти?

У.: Так? Батьки ростять своїх дітей. Чи мають батьки право їсти своїх дітей? Всі живі істоти мають право на життя, і ніхто не має права позбавляти їх цього. Якщо ми подивимося на закони в Гонконгу, навіть самогубство є протизаконною дією. То тоді якою ж незаконною дією буде знищення інших живих створінь?

З.: Тварини народжуються для того, щоб люди їх їли. Якщо ми не будемо їх їсти, вони заповнять весь світ. Правильно?

У.: Це абсурд. Якщо ви вбиваєте тварину, ви ж не питаєте її, чи хоче вона бути вбитою і з'їденою вами, чи ні? Всі живі істоти хочуть жити і боятися вмирати. Ми не хочемо бути з'їденими тигром, тому ж люди повинні поїдати тварин? Людина існує у світі тільки декілька десятків тисячоліть, але перед появою людей на Землі багато видів тварин уже існувало. Вони переповнили Землю? Живі істоти підтримують природний екологічний баланс. Коли стане дуже мало їжі і простору, це призведе до різкого зменшення населення. Це підтримує населення на відповідному рівні.

З.: Чому я повинен бути вегетаріанцем ?

У.: Я вегетаріанка, тому що Бог у мені хоче цього. Зрозуміло? Вживання м'яса для їжі заперечує загальний принцип небажання бути убитим. Ми самі не хочемо, щоб нас убивали або крали. Тепер, якщо ми робимо це по відношенню до інших людей, то ми діємо проти себе, і це примушує нас страждати. Все,

що ви робите проти інших, примусить вас страждати. Ви не можете себе вкусити і ви не повинні заколювати себе. Таким чином, ви не повинні вбивати, тому що це виступає проти життєвого принципу. Зрозуміло? Це примусило б нас страждати, тому ми не робимо цього. Це не означає, що ми якимось чином обмежуємо себе. Це значить, що ми розширюємо наше життя до всіх видів життя. Наше життя не буде обмежене нашим тілом, а продовжуватиметься в житті тварин і інших істот. Це робить нас благороднішими, значнішими, щасливішими і безмежними. Так?

З.: Чи не могли б ви розповісти про вегетаріанське харчування і про те, який внесок воно може зробити для миру в усьому світі?

У.: Так. Бачите, більшість воєн, які трапляються в цьому світі, зумовлені економічними причинами. Давайте будемо боротися з цим. Економічні труднощі будь - якої країни стають ще більшими, коли існує голод, коли не вистачає їжі і коли проводиться нерівний розподіл продуктів харчування між різними країнами. Якщо ви знайдете час, щоб прочитати журнали і дослідити факти, пов'язані з вегетаріанською дієтою, тоді ви все це будете добре знати. Вирощування великої рогатої худоби й інших тварин привело нашу економіку до банкрутства в усіх відношеннях. Це спричинило голод в усьому світі, у крайньому разі - в країнах третього світу, не я це говорю. Один американець провів таке дослідження і написав про це книгу, ви можете піти в будь - яку книжкову кра-

мницю і прочитати про наукові дослідження в галузі вегетаріанства й обробки їжі. Ви можете прочитати книгу "Харчування для Нової Америки", написану Джоном Роббінсом. Він дуже відомий мільйонер, який займався виготовленням морозива. Він все це облишив, щоб стати вегетаріанцем, і написав вегетаріанську книгу проти традиції своєї сім'ї і проти своєї справи. Він втратив багато грошей, престиж і справу, але він зробив це в ім'я Істини. Це дуже хороша книга. Існує ще багато інших книг і журналів, які можуть дати вам багато інформації і фактів про вегетаріанське харчування та про те, який воно може зробити внесок у мир в усьому світі. Бачите, ми довели до банкрутства постачання їжі тим, що ми годуємо свійських тварин. Ви знаєте, як багато білків, води, людських ресурсів, легкових автомобілів і вантажівок, побудованих доріг і скільки сотень тисяч акрів землі було використано для того, щоб корова стала придатною для нашої їжі. Зрозуміло? Всі ці речі можна було б рівномірно розділити між малорозвиненими країнами, і тоді б ми могли розв'язати проблему голоду. Таким чином, якщо країні не вистачає продуктів харчування, вона може вторгнутися в іншу країну, щоб врятувати своїх людей. Врешті-решт це привело до поганої справи і відплати. Зрозуміло? **"Що хто посіє, те й жатиме"**. Якщо ми вб'ємо кого-небудь для їжі, ми будемо пізніше теж вбиті для їжі в якійсь іншій формі наступного разу, в наступному поколінні. Жаль. Ми такі розумні, такі цивілізовані, проте більшість із нас все ще не знає причини того, чому сусідні країни страждають. А все

через наші смаки і наш шлунок. Для того, щоб нагодувати когось одного, ми вбиваємо так багато інших істот і моримо голодом так багато людей. Ми навіть ще не говоримо про тварин. Зрозуміло? Тепер ця провина, свідомо чи несвідомо, впаде на вашу совість. Вона примушує нас страждати від раку, туберкульозу та інших невиліковних хвороб, у тому числі й СНІДу. А тепер запитайте себе, чому ваша країна, Америка, страждає більше за всіх? Тут найбільша в світі захворюваність на рак, тому що американці їдять дуже багато яловичини. Вони їдять більше м'яса, ніж у будь-якій іншій країні. Запитайте себе, чому Китай чи комуністичні країни не мають такої великої захворюваності на рак. Вони не їдять так багато м'яса. Зрозуміло? Це не я говорю, це дослідження. Так? Не звинувачуйте мене.

З.: Яку духовну користь ми отримуємо від того, що ми вегетаріанці?

У.: Я рада, що ви поставили мені це питання таким чином, тому що це означає, що ви концентруєте свою увагу або турбуєтесь про духовну вигоду. Більшість людей турбуються про здоров'я, харчування і фігуру, коли вони запитують про вегетаріанське харчування. Духовні аспекти вегетаріанського харчування полягають у тому, що воно дуже чисте і ненасильницьке. **"Не вбивай"**. Коли Бог сказав це нам, він не сказав не вбивати людей, він сказав не вбивати будь-яку істоту. Хіба він не сказав, що він примусить усіх тварин допомагати нам? Чи не віддав він тварин під нашу опіку? Він сказав: "Турбуйтеся про них,

керуйте ними". Коли ви керуєте своїми підлеглими, ви вбиваєте їх і з'їдаєте? Тоді б ви стали королем без підлеглих. Тепер ви розумієте, коли Бог сказав так, ми повинні робити це. Немає потреби в тому, щоб запитувати його. Він говорив дуже ясно, але хто розуміє Бога за винятком самого Бога? Тому тепер ви повинні стати Богом для того, щоб зрозуміти Бога. Я запрошую вас стати богоподібним знову, щоб бути собою, а не кимось іншим. Роздумувати про Бога не значить, що ви поклоняєтесь Богові, це значить, що ви стаєте Богом. Ви розумієте, що ви і Бог - це єдине. **"Я і мій Батько - одне ціле"**, - чи не сказав так Ісус? Якщо він сказав, що він і його Батько - одне - єдине, ми і його Батько можемо також бути одним цілим, тому що ми також діти Бога. І Ісус також сказав, що те, що він робить, ми можемо зробити навіть краще. Тому ми можемо навіть бути кращими за Бога. Хто знає? Для чого поклонятися Богові, коли ми нічого не знаємо про Бога? Для чого користуватися сліпою вірою? Ми спочатку повинні знати, чому ми поклоняємося, подібно до того, як ми хочемо знати про дівчину, з якою збираємося одружитися, до того, як ми одружимося з нею. Сьогодні є звичайним те, що ми не одружуємося до тих пір, поки ми не зустрінемося. Чому ж ми повинні поклонятися Богові з сліпою вірою. Ми маємо право вимагати, щоб Бог з'явився перед нами і щоб ми пізнали його. Ми маємо право вибрати, якого Бога ми хотіли б наслідувати. Тепер ви бачите, що в Біблії дуже ясно сказано, чому ми повинні бути вегетаріанцями. Заради здоров'я ми повинні бути вегетаріанцями. З

наукових підстав ми повинні бути вегетаріанцями. З економічних причин ми повинні стати вегетаріанцями. З милосердя ми повинні бути вегетаріанцями. А також для того, щоб врятувати світ, ми повинні бути вегетаріанцями. У деяких дослідженнях встановлено, що якби люди на Заході, в Америці їли вегетаріанську їжу тільки раз у тиждень, ми змогли б врятувати 16 мільйонів людей від голодної смерті кожного року. Тому будьте героєм, будьте вегетаріанцем. Заради всіх цих причин, навіть якщо ви не будете моїми послідовниками чи не будете практикувати той самий метод, благаю, будьте вегетаріанцем заради себе, заради світу.

З.: Якщо всі будуть їсти продукти рослинного походження, чи не створить це нестачу їжі?

У.: Ні, використання даної ділянки землі для вирощування рослинної продукції дає в 14 разів більше продукції, ніж використання такої самої ділянки землі для вирощування корму для тварин. Рослини з кожного акра землі дають 800000 калорій енергії; але якщо ці рослини використовуються для відгодівлі тварин, яких потім з'їдають як продукти харчування, то м'ясо тварин може дати лише 200000 калорій енергії. Це означає, що під час цього процесу 600000 калорій енергії втрачається. Тому вегетаріанське харчування, очевидно, більш ефективне й економне, ніж м'ясне харчування.

З.: Чи можна вегетаріанцям їсти рибу?

У.: Так, ви можете їсти рибу, якщо хочете. Але якщо ви хочете їсти вегетаріанські продукти, то риба - це не овочі.

З.: Дехто говорить, що важливо бути добросердечною людиною, але не обов'язково бути вегетаріанцем. Це має якесь значення?

У.: Якщо це добросердечна людина, то чому ж вона їсть м'ясо іншої істоти? Бачачи, як вони страждають, вона не в змозі буде їх їсти! М'ясо - це жорстоко, то як же це може робити добросердечна людина? Учитель Льен Ч'їх одного разу сказав: **"Вбий його тіло і їж його м'ясо. В цьому світі немає нікого жорстокішого, злішого, страшнішого, лихішого, ніж цей чоловік. Як він взагалі може стверджувати те, що в нього добре серце?"** Менціус також сказав: **"Якщо ви бачите її (істоту) живою, ви не зможете дивитися, як вона вмирає, і якщо ви чуєте, як вона стогне, ви не зможете їсти її м'ясо: тому справжня людина буде триматися подалі від цієї кухні"**. Людський розум вищий від розуму тварин, і ми можемо використовувати зброю і робити їх нездатними оборонятися, тому вони вмирають з ненавистю до нас. Той, хто робить це, здаючи шкіру з малих і слабких створінь, не має права бути названим справжньою людиною. Коли тварин вбивають, вони вмирають в агонії, з почуттям жаху та образи. З цієї причини ті токсичні речовини, які залишаються в м'ясі, згубно діють на тих, хто його з'їдає. Оскільки частота коливань тварин нижча, ніж у людей,

вони впливають на наші коливання і шкодять розвитку нашої мудрості.

З.: Чи добре бути так званим "зручним вегетаріанцем"? (Зручні вегетаріанці інколи вживають м'ясо. Вони можуть їсти овочі в страві, приготованій з м'яса та овочів)

У.: Ні. Якщо їжу покласти в отруєну рідину і потім вийняти, то, як ви думаєте, буде вона отруєна чи ні? В сутрі Махапарінірвана Махакас'япа запитав Будду: **"Коли ми просимо і нам дають овочі, змішані з м'ясом, чи можемо ми їсти цю їжу? Як ми можемо очистити їжу?"** Будда відповів: **"Ви повинні очистити її водою, відділити овочі від м'яса, а потім їсти її"**. З цього діалогу можна зрозуміти, що не можна навіть їсти овочі, які приготовані разом із м'ясом, поки ми не промиємо їх водою, не говорячи вже про те, щоб їсти одне м'ясо! Тому легко бачити, що Будда і його учні дотримувались вегетаріанської дієти. Проте дехто зводив наклеп на Будду, говорячи, що він був зручним вегетаріанцем і коли пожертвувачі давали м'ясо, він їв м'ясо. Це дійсно дурниця. Той, хто так говорить, мало читав Біблію, Священне Писання або не розуміє того, що він прочитав. В Індії більше 90% людей є вегетаріанцями. Коли люди бачать ченців жебрущого ордену в жовтому вбранні, то вони знають, що їм можна пропонувати вегетаріанську їжу, не згадуючи про те, що більшість людей взагалі не мають м'яса, щоб дати його!

З.: Давним-давно я чув, як один Учитель говорив: "Будда з'їв поросячу ніжку, в нього виник понос і він помер". Це правда?

У.: Абсолютно неправильно. Будда помер, з'ївши якийсь вид гриба. Якщо ми перекладемо безпосередньо з мови брахманів, то цей вид гриба називається "поросяча ніжка", але це не справжня поросяча ніжка. Це подібно до того, як ми називаємо один з видів фруктів "лонган" (китайською мовою це буквально означає "око дракона"). Є багато інших овочів, які не відповідають своїй назві, але насправді це вегетаріанська їжа (наприклад "око дракона"). Цей гриб мовою брахманів називається "поросяча ніжка" або "поросяча радість". Обидві назви мають зв'язок із поросям. Цей вид гриба був дуже рідкісним у стародавній Індії і був великим делікатесом, тому люди запропонували його Будді в знак шаноби. Цього гриба не можна знайти на землі. Він росте під землею. Коли люди хотіли знайти його, вони повинні були шукати його, беручи з собою підсвинка, який дуже любить цей гриб. Підсвинки розшуковують його своїм нюхом, і коли вони знаходять його, вони ногами розривають землю, щоб знайти його і з'їсти його. Ось чому цей вид гриба названий "поросяча ніжка" або "поросяча радість". Насправді ці дві назви стосуються одного й того ж гриба. Внаслідок того, що переклад був неправильним і люди не зрозуміли етимології слова, наступні покоління неправильно зрозуміли це і помилково приймали Будду за "пожирача м'яса". Це жаль.

З.: Деякі любителі м'яса говорять, що вони купують м'ясо в м'ясника, тобто, що вони не самі вбивали, і тому можна їсти. Як ви думаєте, це правильно?

У.: Це величезна помилка. Ви повинні знати, що м'ясники вбивають живі створіння тому, що люди хочуть їсти. В сутрі Ланкаватара Будда сказав: **"Якби не було нікого, хто б їв м'ясо, тоді б нікого і не вбивали. Тому їсти м'ясо і вбивати живих істот - один і той же гріх"**. Тільки тому, що ми вбиваємо так багато живих істот, у нас так багато стихійних лих і нещасть, скоєних людьми. Війни також викликані масовими вбивствами живих істот.

З.: Деякі люди говорять, що оскільки рослини не можуть виробляти отруйні речовини, такі, як мочевина або урокіназа, садоводи та овочеводи застосовують багато пестицидів, обробляючи рослини; а це дуже погано для нашого здоров'я, чи не так?

У.: Якщо фермери використовують пестициди та інші дуже токсичні хімічні речовини, такі, як ДДТ, то це може призвести до ракових захворювань, безпліддя та хвороб печінки. Такі токсичні речовини, як ДДТ, можуть проникнути в жир, вони в основному накопичуються в жиру тварин. Коли ви їсте м'ясо, то це значить, що ви поглинаєте всі ці дуже концентровані пестициди та інші отруйні речовини, накопичені в жиру тварин за час їхнього росту. Цих накопичень може бути в 13 разів більше, ніж у фруктах, овочах чи зерні. Ми можемо змити пестициди на поверхні фруктів, але ми не можемо вилучити їх із жи-

ру тварин. Процес акумуляції відбувається тому, що ці пестициди мають здатність накопичуватися. Тому найбільше страждають споживачі на вершині ланцюжка харчування. Експерименти в Університеті Іова показали, що пестициди, знайдені в людському організмі, майже всі з'явилися від того, що люди їли м'ясо. Вони дослідили, що рівень пестицидів у тілах вегетаріанців у два рази менший, ніж у споживачів м'яса. Насправді в м'ясі, крім пестицидів, є ще й інші токсичні речовини. При відгодівлі тварин їм у корм додають багато хімічних речовин для прискорення росту або для того, щоб змінити колір м'яса, смак чи тканину, або для зберігання м'яса і т.д. Наприклад, консерванти, створені з нітратів, надзвичайно токсичні. 18 липня 1971 року «Нью Йорк Таймз» повідомила: "Велика небезпека для споживачів м'яса ховається в невидимих поліюгантах у м'ясі, таких, як бактерії в лососевих, залишки пестицидів, консерванти, гормони, антибіотики та інші хімічні домішки". Крім цього, тваринам вводять вакцину, яка може залишитися в їхньому м'ясі. У зв'язку з цим білок у фруктах, горіхах, бобах, зерні і молоці чистіший, ніж білок м'яса, в якому міститься 56% нерозчинних у воді домішок. Дослідження показують, що ці штучні домішки можуть призвести до ракових захворювань, інших хвороб чи спотворених зародків. Тому вагітним жінкам краще дотримуватися чистої вегетаріанської дієти, щоб забезпечити фізичне та духовне здоров'я зародків. Якщо ви п'єте багато молока, ви можете одержати достатню кількість кальцію, від бо-

бів ви одержите білок, від фруктів та овочів ви одержите вітаміни та мінеральні солі.