

# Բովանդակություն

Ներածություն .....	04
Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայի համարոտ	
կենսագրությունը .....	11
Հանդերձյալ Աշխարհի Առեղծվածները .....	15
Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայի դասախոսությունը ՄԱԿ-ում՝ հունիս, 1992թ    Նյու-Յորք	
Հաղորդակցում՝ Քուան Յին մեթոդը .....	87
Հինգ պատվիրանները .....	91
Բուսակերության առավելությունները .....	93
Առողջությունը և սնունդը .....	94
Էկոլոգիան և միջավայրը .....	101
Սովը աշխարհում .....	103
Կենդանիների տառապանքը .....	104
Սրբերի և այլոց գործունեությունը .....	105
Ուսուցիչը պատասխանում է հարցերին .....	110
Բուսակերությունը՝ ջրի գլոբալ ճգնաժամի ամենալավ լուծում .....	130
Լավ լուրեր բուսակերների համար .....	133
Հրատարակություններ .....	147
Ինչպե՞ս կապնվել մեզ հետ .....	171

«Ես չեմ պատկանում ոչ Բուրդայությանը, և ոչ էլ Կաթոլիկությանը: Ես պատկանում եմ Ճշմարտությանը, և ես քարոզում եմ Ճշմարտությունը: Դուք կարող եք դա անվանել Բուրդայականություն, Կաթոլիկություն, Թաոիզմ՝ ինչ որ ձեզ դուր գա: Ես բոլորին էլ ողջունում եմ:»

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայ

«Հասնելով ներքին խաղաղության մենք կհասնենք ամեն ինչին: Լիովին բավարարվածությունը, մեր նվաճումները, աշխարհիկ և երկնային ցանկությունները գալիս են Աստծո Արքայությունից՝ մեր անսահման ներդաշնակության, անսահման իմաստության, ամենագոր ուժի ներքին իրացումից»: Եթե այդ ամենին մենք չհասնենք, ապա մենք երբեք չենք գտնի բավականությունը՝ անկախ մեր ունեցած հարստությանը կամ իշխանությանը կամ ինչքան բարձր է մեր հասարակական դիրքը:

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայ

«Մեր ուսմունքը խոսում է նրա մասին, թե ինչ էլ որ դու պետք է անես այս աշխարհում, արա ամբողջ սրտով: Եղի՛ր պասախանաստու և ամեն օր մեղիտացիա արա: Դու կստանաս ավելի շատ գիտելիք, ավելի շատ իմաստություն, ավելի շատ խաղաղություն, ինչը կծառայի քեզ և կծառայի աշխարհին: Մի՛ մոռացիր, որ դու ունես սեփական ներքին գեղեցկություն: Մի՛ մոռացիր, որ Աստված արտացոլված է քո մարմնում: Մի՛ մոռացիր, որ դու Աստված ունես քո սրտում”:

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայ

## Ներածություն

Տարիների ընթացքում մարդկությանը այցելել են հազվագյուտ անհատներ, որոնց միակ նպատակն է եղել մարդկության հոգևոր զարգացումը: Հիսուս Քրիստոսը դրանցից մեկն էր, ինչպես նաև Շակիամունի Բուդդան և Մուհամեդը: Այս երեք անունները մեզ քաջ հայտնի են, սակայն կան նաև այնպիսիք, որոնց անունները մեզ հայտնի չեն՝ ոմանք ուսուցանում էին հանրորեն և ճանաչված էին քչերի կողմից, ոմանք էլ մնացել են անճանաչ: Այդ անձանց տարբեր ժամանակաշրջաններում, տարբեր երկրներում տարբեր անուններ էին տալիս: Նրանք հայտնի են մեզ որպես՝ Ուսուցիչներ, Գուրուներ, Լուսավորիչներ, Փրկիչներ, Սրբեր, Հաղորդակցողներ, Սուրբ մայրեր և նման անուններով: Նրանք գալիս են մեզ մատուցելու այսպես կոչված Լուսավորություն, Փրկություն, Ինքնահաստատում, Ազատություն: Խոսքեր տարբեր են, սակայն ըստ էության նույն իմաստն են կրում:

Սրբազան աղբյուրների համաձայն նման հոգևոր  
բարձրությամբ, բարոյական մաքրությամբ,  
մարդկությանը հոգևոր զարգացում մատուցելու նույն  
ուժով օժտված այցելուներ այսօր էլ կան մեր մեջ, սակայն  
շատ քչերը գիտեն նրանց ներկայության մասին:  
Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայը՝ նրանցից մեկն է:

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայը դժվար թե լայնորեն  
ճանաչում ձեռք բերի որպես ապրող Սուրբ: Նա կին  
է՝ իսկ Բուդդիզմի և այլ կրոններում ընդունված չէ, որ  
կինը կարող է լինել Բուդդա: Նա ասիացի է՝ իսկ  
Արևմուտք ժողովուրդը պատկերացնում են, որ փրկիչը  
պետք է լինի իրենց նման: Սակայն շատերը՝ տարբեր  
երկրներից և կրոնական ուղղություններից, ում բախտ է  
վիճակվել ճանաչել նրան, հետևում են նրա ուսմունքին,  
գիտեն թե ով է Նա: Նրան ճանաչելու համար կարևոր է  
ձեր ազատ մտածելակերպը և անկեղծ սիրտը: Բացի  
դրանից կարևոր է ձեր ուշադրությունը և ժամանակը և  
ուրիշ ոչինչ:

Մարդիկ հիմնական ժամանակը ծախսում են ապրուստը վաստակելու և նյութական պահանջները հոգալու վրա: Մենք աշխատում ենք, որպեսզի բարելավենք հնարավորին չափ մեր և մեր հարազատների կյանքը: Եթե ժամանակը ներում է, ապա մենք ուշադրություն ենք դարձնում քաղաքականությանը, սպորտին, հեռուստացույցին կամ վերջին սկանդալային նորություններին: Մեզանից նրանք, որոնք ներքուստ զգացել են Աստվածայինի հետ անմիջաբան կապի Սիրող Ձորությունը, գիտեն՝ կյանքը ավելին է քան այս ամենը: Մենք ավստսում ենք, որ Լավ Նորությունը այդպիսի լայն ճանաչում չեն ստանում: Մեր ամբողջ տառապանքների պատասխանները համեստաբար սպասում են մեզ մեր իսկ ներսում: Մենք գիտենք, որ Դրախտը գեթ հենց մեր կողքին է: Ներող եղեք, եթե չափազանց խանդավարությամբ ենք տառապում և մեր խոսքը կարող է խախտել ձեր մտքի ռացիոնալ ընթացքը: Շատ դժվար է լռել, տեսնելով այն ամենը ինչ մենք ենք տեսնում, իմանալով այն ամենը ինչ մենք գիտենք: Մենք՝ որ համարում են մեզ Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայի

աշակերտներ և Քուան Յին մեթոդի կիրառողներ, այս ներածական խոսքն ենք ձեզ մատուցում հույս ունենալով, որ այն ձեզ կմոտեցնի ձեր իսկ հոգևոր ներդաշնակության անձնական փորձարությանը, անկախ դա կլինի մեր Ոստիցի միջոցով քամ այլոց:

Ոստիցիջ Չինգ Հայը սովորեցնում է մեդիտացիայի, ներքին խոհեմության և աղոտքի կարևորությունը: Նա այսպես է բացատրում. եթե մենք իսկապես ցանկանում ենք երջանիկ լինել այս կյանքում, ապա պետք է բացահայտենք մեր սեփական ներքին Աստվածային Առկայությունը: Նա մեզ ասում է, որ լուսավորումը դա էզոտերիկ, կամ անհասանելի մի բան չէ՝ մատչելի միայն բացառիկ մարդկանց համար: Նրա նպատակն է արթնացնել մեր ներքին Աստվածային Առկայությունը: Նա ասում է հետևյալը. **“Մենք բոլորս գիտենք ճշմարտությունը: Սակայն մորացել ենք այն: Դա է պատճառը, որ ժամանակ առ ժամանակ ինչ որ մեկը պետք է գա հիշեցնելու մեզ մեր կյանքի նպատակը, բացատրելու թե ինչո՞ւ մենք պետք է գտնենք**

Ճշմարտությունը, ինչո՞ւ մենք պետք է օգտագործենք մեղիտացիան, ինչո՞ւ մենք պետք է հավատանք Աստծուն կամ Բուդդային կամ այլ մեկին որին համարում էք Տիեզերքի Գերագույն Ուժը: Նա ոչ ոքի չի խնդրում հետևել իրեն: Պարզապես առաջարկում է Իր անձնական լուսավորվածությունը որպես օրինակ՝ Քուան Յին հաղորդակցման մեթոդը, Բացարձակ Ազատագրումը ձեռք բերելու համար:

Այս գրքույկը Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայի ուսմունքի ներածականն է: Խնդրում ենք հաշվի առնել, որ այստեղ ներկայացված Ուսուցիչ Չինգ Հայի դասախոսությունները, ակնարկները, մեջբերումները ասվել են Իր կողմից, գրի են առնվել և կամ թարգմանվել են ուրիշ լեզուներից, ապա խբագրվել են այս հրատարակության համար: Մենք ձեզ խորհուրդ ենք տալիս լսել կամ դիտել բնորինակ ձայնա և տեսա սկավառակները: Այս աղբյուրները դիտելով Նրա նրբայությունից դուք ավելի հարուստ փորձառություն

ձեռք կբերեք քան գրառված խոսքից: Անկասկած ամենալիարժեք փորձությունը՝ Իրեն անձամբ տեսնելն է:

Ունանց համար Ուսուցիչ Չինգ Հայը մայր է, ունանց համար էլ՝ հայր, մյուսների համար՝ սիրված անձնավորություն: Համենայն դեպս նա այն ամենահարազատ ընկերն է, որ հնարավոր է ունենալ այս աշխարհում: Նա այստեղ է մատուցելու, և ոչ թե վերցնելու: Նա երբեք իր ուսմունքի, օգնության կամ հաղորդակցման համար ոչինչ չի վերցնում: Միակ բանը, որը նա կվերցնի ձեզանից դա ձեր տանջանքն է, տառապանքը և ցավը: Այն էլ միայն այն դեպքում էթե ինքներդ ցանկանաք:

## Փոքրիկ ուղերգ

Աստծո մասին խոսելիս Ուսուցիչը առաջարկում է օգտագործել սկզբնաղբյուրային անսեռ Աստծոն դիմելու ձևը՝ «Նա» /հայերենով երրորդ դեմքով դիմելիս ի սկզբանե օգտագործվում է սեռային տարբերություն չպարունակող մոտեցում «Նա»/:



Լինելով դիզայնի, արվեստի ներկայացուցիչ, ինչպես նաև հոգևոր ուսուցիչ՝ Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայը սիրում է ներքին գեղեցկության բոլոր արտահայտումները: Դա է պատճառը, որ նա Վիետնամը Աու-Լակ է անվանում և Թայվանը՝ Ֆարմոգա: Աու-Լակը դա Վիետնամի անտիկ անվանումն է որը նշանակում է «երջանկություն»: Իսկ Ֆարմոգա անվանումը ավելի հստակ է արտահայտում այդ կղզու և բնակիչների գեղեցկությունը: Ուսուցիչը գտնում է, որ այդ անվանումների օգտագործումը կարող է բնակիչներին բերել ավելի շատ երջանկություն և հոգևոր զարգացում:



*«Ուսուցիչը նա է, ով ունի ձեզ ուսուցիչ դառնալու բանալին... օգնում է հասկանալ, որ դուք էլ եք ուսուցիչ, դուք և Աստված ամբողջությունն եք: Միայն դա է... դա է ուսուցչի միակ դերը:»*

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայ

*«Մեր ուղին՝ կրոնը չէ: Ես ոչ ոքի չեմ ցանկանում դարձնել կատոլիցիզմի, բուդդիզմի կամ որևէ այլ “իզմ”-ի հետևորդ: Ես պարզապես հնարավորություն եմ տալիս, որ դուք ճանաչեք ինքներդ ձեզ; հասկանաք թե որտեղից եք եկել; հիշեք՝ թե որն է ձեր առաքելությունը երկիր մոլորակի վրա, հայտնաբերեք տիեզերքի գաղտնիքները, հասկանաք թե որտեղից է այսբան տառապանքը, և տեսնեք թե ի՞նչ է ձեզ սպասում մահից հետո:»*

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայ

*«Մենք բաժանված ենք Աստծուց, որովհետև մենք շատ զբաղված ենք: Եթե ինչ-որ մեկը զանգահարում է, իսկ դուք զբաղված եք խոհանոցում կամ խոսում եք ձեր ընկերների հետ, ապա այդ հեռախոսագանգը երբեք տեղ չի հասնի: Նույն բանը կատարվում է ձեր և Աստծո միջև: Նա զանգահարում է ամեն օր, իսկ մենք ժամանակ չունենք Իր համար:»*

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայ

## Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայի համառոտ կենսագրությունը

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայը ծնվել է Աուլակի հարուստ ընստանիքում՝ նա ճանաչված բուսաբուծի դուստր է: Դաստիարակվել է կաթոլիկի ոգով, և սովորել է բուդիզմի հիմքերը իր տատիկից: Վաղ տարիքից շատ խիստ հետաքրքրություն է ցուցաբերել փիլիսոփայության և կրոնական ուսմունքների հանդեպ, ինչպես նաև հատուկ կարեկցանք ցուցաբերել բոլոր էակաների նկատմամբ:

Տասնութ տարեկանում, Ուսուցիչ Չինգ Հայը մեկնում է Անգլիա սովորելու, այնուհետ՝ Ֆրանսիա և Գերմանիա, որտեղ աշխատում է Կարմիր Խաչ կազմակերպությունում: Նա ամուսնանում է գերմանացի մի գիտնականի հետ: Երկու տարի երջանիկ ամուսնությունից հետո, նա՝ իր ամուսնու

համաձայնությամբ, խզում է ամուսնական կապերը, դեռ մանուկ հասակից տաճած և հասունացվող նպատակի համար՝ լուսավորությանը հասնելու համար: Այդ ժամանակաշրջանում նա ուսումնասիրում էր մի շարք մեղիտացիայի պրակտիկաներ և հոգևոր դասընթացներ տարբեր ուսուցիչների ուղղորդությամբ՝ որքանով որ նրանք հասանելի էին Իրեն: Հասկանալով, որ մարդկանց տառապանքները դժվար է թեթևացնել մեկ մարդու ջանքերով, գիտակցեց այն փաստը, որ օգնելու համար պետք է լիարժեք ինքնաիրականացման հասնել: Այս իսկ՝ լուսավորման կատարյալ ճանապարհը գտնելու միակ նպատակով, նա ճանապարհորդեց տարբեր երկրներ:

Երկար տարիների ուսումնասիրություններից, փորձերից և ձախողումներից հետո, Ուսուցիչ Չինգ Հայը վերջապես գտավ Հիմալայներում Քուան Յին մեթոդը և Երկնային վերափոխությունը: Հիմալայներում մեկուսանալու և ջանասեր պրակտիկայի արդյունքում նա հասավ լիակատար լուսավորմանը:

Լուսավորմանը հաջորդող ժամանակաշրջանում Ոստոցիչ Չինգ Հայը՝ բուդիստական “նան”-ի կարգավիճակով, հանգիստ ու համեստ կյանք էր վարում: Բնությունից ամոթխած լինելով՝ Նա թաքցրել էր այդ Գանձը մինչ այն ժամանակները երբ մարդիկ իրենք չփնտրեցին իր ուսմունքը և հաղորդակցումը: Իր վաղ աշակերտների շնորհիվ է, որ նա սկսեց աշխարհով մեկ ներկայացնել դասախոսություններ և պարզեց հաղորդակցում տասնյակ հազարավոր անկեղծ դիմորդներին:

Այսօր՝ ավելի և ավելի՝ տարբեր երկրների, տարբեր կրոնական պատկանելիության ճշմարտություն որոնողներ են դիմում իրեն ամենավեհ ճշմարտությանը ծանոթանալու համար: Բոլոր նրանց, ովքեր անկեղծորեն ցանկանում են ծանոթանալ իր կողմից հաստատված անհապաղ լուսավորման ամենավեհ՝ Քուան Յին մեթոդին, Գերագույն Ոստոցիչ Չինգ Հայը կամենում է շնորհել հաղորդակցություն և հետագա հոգևոր աջակցություն:

Աշխարհը փորձանքներով լի է

Միայն ես լի եմ քեզանով

Եթե դու այս աշխարհում լինեիր

Կվերանային փորձանքները բոլոր:

Սակայն քանի դեռ լի է աշխարհը փորձանքներով

Քեզ համար ես տեղ չեմ գտնում:

Ես կվաճառեյի բոլոր արևները, լուսինները և աստղերը Տիեզերքի

Միայն Գեղեցիկ Հայացքներիցդ մեկը գնեյի

Օ՜ Անսահման ճառագայթման Վարպետ

Ողորմած եղիր և գեթ մի քանի շող գցիր իմ փափագող Մրտին:

Աշխարհիկ մարդիկ դուրս են գալիս գիշերներով երգելու և պարելու

Աշխարհիկ լույսի և աշխարհիկ երաժշտության տակ:

Միայն ես եմ միայնակ նստած

Իմ ներքին երաժշտության և ներքին ճառագայթման հետ:

Քանի որ հնարավորություն եմ ունեցել զգալու քո Փառքը Տեր  
իմ,

Այս աշխարհում այլևս ոչինչ չեմ կարող սիրել

Գրկիր ինձ քո սիրո հիասքանչությանը:

Հավիտյան առիավետ Ամե՛ն:

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայի “Լուռ արցունքներ”  
բանաստեղծությունների ժողովածույից

## Հանդերձյալ Աշխարհի Առեղծվածները

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայի

Դասախոսությունը ՄԱԿ-ում

Հունիս, 1992թ Նյու-Յորք(DVD#260)

Ողջույնում եմ ձեզ ՄԱԿ-ում: Եվ խնդրում եմ աղոթենք միասին՝ յուրաքանչյուրը իր հավատքի համաձայն, այն ամենի համար ինչը այսօր ունենք, և ցանկանանք, որ բոլոր նրանք, որոնք կարիքի մեջ են նույնպես կպարզվեն մեզ պես՝ որ աշխարհի փախստականները, պատերազմի զոհերը, զինվորները, կառավարությունների առաջնորդները և իհարկե ՄԱԿ-ի առաջնորդները կկարողանան իրագործել այն ամենը, ինչ նրանք ցանկանում են և մենք կապրենք խաղաղ պայմաններում:



Մենք հավատում ենք, որ այն ինչ խնդրում ենք կտրվի, քանզի դրա մասին գրված է Ավետարանում: Շնորհակալություն:

Դուք գիտեք, որ մեր այսօրվա դասախոսության թեման է «Հանդերձյալ աշխարհին» է քանի որ ես այլևս չեմ ուզում խոսել ձեզ հետ այս աշխարհի մասին: Դուք բոլորդ գիտեք դրա մասին: Սակայն այս աշխարհից այն կողմ մենք ունենք ուրիշ բաներ: Ես կարծում եմ այստեղ հավաքվածները հետաքրքրված են լսել դրա մասին: Սակայն դա մի այնպիսի հանելուկային, կամ ֆանտաստիկ բան չէ, ինչպես ներկայացրեց մեր հաղողակցում ստացած երիտասարդը: Դա շատ գիտական է, տրամաբանական և բավականին կարևոր:

Մենք բոլորս լսել ենք, որ տարբեր կրոնական ուղղություններում, լինի դա ավետարան, թե այլ կրոնական մագաղաթ, խոսվում է յոթ երկինքների մասին, գիտակցության տարբեր մակարդակների մասին: Գոյություն ունի Աստծո արքայություն, Բուդդայի բնություն, և այլն: Կան խոստումներ այս աշխարհից դուրս են: Սակայն ոչ շատերին են մատչելի այդ մագաղաթներում նշված խոստումները: Համեմատած աշխարհի բնակչությանը քչերն են, որ Աստծո

Արքայություն՝ այն ինչ մենք անվանում ենք «հանդերձյալ աշխարհ», մուտք գործելու հնարավորություն ունեն:

Եթե դուք Միացյալ Նահանգներում եք ապրում, ապա դուք շատ ավելի մեծ հնարավորություններ ունեք կարդալ այն գրականությունը, որտեղ նկարագրվում է թե ինչ կա մեր աշխարհից դուրս: Ամերիկացիների կողմից նկարահանված բազմաթիվ կինոնկարները ամբողջովին չէ որ հորինված են: Կան նաև Ճապոնական ֆիլմեր, որոնք նույնպես, ոչ միայն գեղարվեստական իմաստ ունեն: Հնարավոր է, որ նրանք կարդացել են գրքեր, որոնք գրել են «հանդերձյալ աշխարհին» այցելած մարդիկ, կամ հենց իրենք են Աստծո Արքայությունը այցելելու հնարավորությունը ունեցել:

Այսպիսով՝ ի՞նչն է թաքնված Աստծո Արքայությունում: Ինչու մենք պետք է մտածենք Աստծո Արքայության մասին, այն պայմաններում երբ բավականին գործ ունենք անելու այս աշխարհում՝ մենք ունենք աշխատանք, ունենք պաշտպանված տուն, փոխադարձ սիրո վրա հիմնված փոխհարաբերություններ և այլն: Հենց այն պատճառով, որ մենք արդեն ունենք այդ ամենը մենք պետք է մտածենք Աստծո Արքայության մասին:

Դա բավականին կրոնական է հնչերանգ ունի, երբ ասում ենք՝ Աստծո Արքայություն: Մակայն դա պարզապես գիտակցության, ավելի բարձր մակարդակ է: Նախկինում մարդիկ այդ կոչում էին երկինք, սակայն գիտականորեն մենք կարող ենք այն անվանել՝ գիտելիքի բարձր մակարդակ, իմաստության բարձր մակարդակ: Մենք էլ կարող ենք մուտք գործել այնտեղ, եթե իմանանք թե ինչպես:

Վերջերս՝ Միացյալ Նահանգներում խոսվում էր ժամանակակից հայտնագործությունների մասին՝ մի մեքենայի, որն կարող է գցել մարդուն Սոմադիիի վիճակ: Երբև է փորձել եք այն: Ամերիկայում վաճառվում է: Ասում են՝ ալարկոտ մարդկանց համար է, նրանց՝ ովքեր չեն ուզում մեդիտացիա անել: Եթե չգիտեք մի փոքր պատմեն դրա մասին:

Ասում են, թե այդ մեքենան կարող է հասցնել հանգիստ մտավոր վիճակի, որի շնորհիվ էլ դուք կհասնեք բարձր մտավոր հատկությունների: Դա պետք է մատուցի ձեզ մեծ գիտելիք, բարձր իմաստություն և դուք դրանից շատ լավ կզգաք ձեզ և այլն: Այդ մեքենան օգտագործում է հատուկ ընտրված երաժշտություն, «դրսի» երաժշտություն՝ այսպիսով ձեզ անհրաժեշտ են ականջակալներ; հետո՝ նրանք օգտագործում են՝ հնարավոր

է, էլեկտրական կայծեր, որոշակի ստիմուլյացիայի համար; հնարավոր է դրանից հետո դուք տեսնում եք փայլատակումներ, ինչը նշանակում է որ ձեզ պետք է նաև աչկակալեր: Ականջակալ և աչկակալ՝ սա է ընդամենը անհրաժեշտ Սոմադիիի համար: Եվ սա շատ էժան է՝ ընդամենը չորս հարյուր դոլլար: Սակայն մեր Սոմադիին անգամ ավելի էժան է՝ այն ոչինչ չարժի և այն հավերժ է: Եվ դուք կարիք չունեք էլեկտրական հոսանքին միանալու, լիցքավորվելու, կամ փչանալու դեպքում վերանորոգելու:

Այսպիսով, անգամ ոչ բնական լույսն և երաժշտությունը կարող են երջանիկ պահեր մատուցել՝ բերել հանգիստ և իմաստուն վիճակի՝ ես իհարկե ինքս չեմ փորձել, ես կարդացել եմ թերթում հնարավորությունների մասին: Այդ է պատճառը որ սա շատ արդիական մեքենա է և բավականին շատ է վաճառվել: Այդպես եմ լսել: Եթե անգամ այս արհեստական բաները կարող է բերել հանգիստ տրամադրության և բարձրացնել մեր մտավոր ունակությունները, ապա պատկերացնում եք ինչ իմաստալից վիճակների կարելի է հասնել բնական աղբյուրներ օգտագործելով: Բնականը՝ այս աշխարհից այն կողմ է գտնվում, սակայն ամեն ոք կարող է հաղորդակցվել, ցանկության դեպքում: Դա ներքին երկնային Երաժշտությունն է և ներքին երկնային Չայնը: Կախված

ներքին Երաժշտություն ուժգնությունից, մենք կարող ենք բարձրացնել ինքներս մեզ դեպի այլ աշխարհ, գնալ ըմբռնման ավելի խորը մակարդակ:

Ես կարծում եմ, որ դա նման է ֆիզիկայի օրենքներին: Եթե մենք ուզում ենք հրթիր ուղղարկել տիեզերք, մենք բավականին վառելանյութ պետք է օգտագործենք այդ հրթիրը գրավիտացիոն դաշտից դուրս մղելու նպատակով, իսկ թռչելու ընթացքում դա լույս է ճառագայթում: Այսպիսով ես կարծում եմ, որ եթե մենք բավականին արագ ենք գնում ապա մենք նույնպես Լույս ենք ճառագայթում, և կարող ենք Ձայնը լսել:

Ձայնը, դա որոշակի վիբրացիոն ուժ է, որը մեզ տեղափոխում է դեպի բարձր մակարդակներ, սակայն դա կատարվում է առանց աղմուկի, առանց ավելորդ իրարանցման, այդ փորձը ձեռք բերողից չի պահանջվում ծախսեր և անհարմարություն: Դա է ճանապարհը այլ աշխարհ գնալու:

Ի՞նչն է մեզ այդքան շատ հրապուրում հանդերցյալ աշխարհում: Այնտեղ կա այն ամենը ինչ մենք կարող ենք և չենք կարող պատկերացնել: Եթե մենք անգամ մեկ ճանապարհորդության փորձ ունենանք՝ մենք կիմանանք: Ոչ ոք մեզ չի կարող պատմել: Սակայն մենք պետք է

հետևողական լինենք, և իսկապես անկեղծ՝ հակառակ դեպքում ոչ ոք չի կարող անել այդ ամենը մեր փոխարեն: Այնպես, ինչպես ոչ ոք չի կարող ձեր փոխարեն կատարել ՄԱԿ-ում ձեր աշխատանքը, երբ վճարվում էք դուք դրա համար: Ոչ ոք չի կարող մեր փոխարեն սնվել, այն պայմանով որ մենք կշտանանք: Դա է պատճառը, որ ինքներս պետք է անցնենք այդ ուղին: Իհարկե մենք կարող ենք լսել մեկին՝ ով դրա փորձը ունի, սակայն դա մեր փորձին ոչինչ չի ավելացնի: Մենք կարող ենք մեկ կամ մի քանի անգամ օգտվել այդ՝ Աստծո հետ հաղորդակցվող, անձի գործությունից : Մենք կարող ենք անգամ առանց ջանք կիրառելու, շատ բնական ձևով տեսնել այդ լույսը կամ լսել Ձայնը, սակայն հիմնականում դա երկար չի տևում: Այսպիսով մենք ինքներս պետք է այդ փորձը ունենանք՝ ինքնուրույն:

Մեր աշխարհից դուրս տարբեր աշխարհներ կան: Մենք կարող ենք միայն օրինակ բերել: Առաջինը մի փոքր բարձր է մեր մակարդակից: Արևմտյան տերմինաբանությամբ՝ աստրալ մակարդակ: Աստրալ մակարդակում անգամ գոյություն ունեն հարյուրավոր մակարդակներ և ամեն մի մակարդակ մի աշխարհ է: Նրանք ներկայացնում են մեր ըմբռնման մակարդակները: Դա նման է նրան, որ մենք համալսարան ենք ընդունվում և ամեն

տարի համալսարանում սովորելու ընթացքում բարձրանում է դասավանդվող արարկայի վերաբերյալ մեր ըմբռնման մակարդակը և այդպես այնքան ժամանակ մինչև կավարտենք համալսարանը:

Աստրալ մակարդակում մենք կտեսնենք՝ այսպես կոչված, հրաշալիքներ, կգայթակղվենք նրանցով և անգամ կարող ենք գործել հրաշքներ: Մենք կարող ենք բուժել հիվանդներին, տեսնել այն, ինչ ուրիշ մարդկանց համար տեսանելի չէ: Մենք արնվազն կունենանք վեց տարատեսակների հրաշքներ գործելու ուժը: Մենք կարող ենք տեսնել առանց սահմանափակումների, մենք կարող ենք լսել առանց տարածքի սահմանափակման: Հեռավորությունը մեզ համար նշանակություն չի ունենա: Դա է այն, ինչ մենք անվանում ենք երկնային տեսողություն, կամ երկնային լսողություն: Հետո մենք կարող ենք հասկանալ թե ինչ են մարդիկ մտածում՝ ինչ կա նրանց մտքին, որոշ դեպքերում մենք կարող ենք նաև տեսնել: Դրանք են այն որակները, որոնց մենք կարող ենք տիրապետել Աստծո Արքայության Առաջին Մակարդակը մտնելով:

Ինչպես ես արդեն ասացի, Առաջին Մակարդակում ևս կան բազմաթիվ մակարդակներ, որոնք մեզ առաջարկում են ավելի շատ հնարավորություններ, քան լեզուն կարող է

նկարագրել: Օրինակ՝ հաղորթակցումից հետո, եթե մենք մեղիտացիա անենք և եթե մենք առաջին մակարդակի վրա ենք, ապա մենք կունենանք բազմաթիվ ունակություններ: Մենք կարող ենք անգամ զարգացնել գեղարվեստական խոսքի հմտությունը՝ այն ինչ մենք չունեինք մինչ այդ: Հետո մենք գիտենք շատ ավելի բաներ, քան ուրիշ մարդիկ և բազմաթիվ բաներ գալիս են, որպես երկնային պարզև՝ երբեմն նյութապես, երբեմն պաշտոնի իմաստով, և այլ: Մենք ունակություն ենք ձեռք բերում բանաստեղծություններ գրելու, նկարելու, կարող ենք անել այն ամենը ինչի մասին նույնիսկ չէինք կարող երագել: Դա է Առաջին Մակարդակը՝ մենք կարող ենք գրել բանաստեղծություններ, գրքեր, նկարել շատ յուրահատուկ ոճով: Օրինակ՝ եթե դուք ոչ պրոֆեսիոնալ գրող էիք, ապա կարող եք հիմա գրել պրոֆեսիոնալ մակարդակով: Այս ամենը գիտակցության Առաջին Մակարդակի վրա գտնվելու շոշափելի շահումներն են:

Իրականում դրանք դեռ Աստծո պարզևները չեն, դրանք այն որակներն են, որոնք մենք ունեինք մեր մեջ, ուղղակի կարողացել ենք արթնացնել, ինչի շնորհիվ էլ նրանք կյանք են ձեռք բերել: Հետո մենք կարող ենք կիրառել դրանք: Սա որոշակի տեղեկատվություն է Առաջին մակարդակի վերաբերյալ:



Եթե մենք գնանք ավելի բարձր մակարդակներ, մենք կտեսնենք այլ հրաշալիքներ և այլ ձեռքբերումներ կունենանք: Իհարկե, ես չեմ կարող ամեն ինչի մասին պատմել ժամանակի սղության պատճառով: Հետո, պարտադիր չէ լսել հրաշալի պատմություններ կոնֆետների կամ թխվածքաբլիթների մասին եթե երբեք չեք փորձելու: Այդ պատճառով, ես միայն մի փոքր ախորժակ եմ բացում, և եթե դուք ցանկանաք համտեսել՝ դա արդեն մեկ այլ հարց է: Մենք կարող ենք առաջարկել իսկական սնունդ մի փոքր ուշ: Այ՛ն: Միայն այն դեպքում եթե դուք ցանկանում եք ընդունել այն:

Այսպիսով, եթե մենք գնանք Երկրորդ Մակարդակ՝ անվանում ենք «Երկրորդ Մակարդակ» միայն պայմանականորեն, ավելի պարզ պատկերացնելու համար: Երկրորդ մակարդակում մենք կունենանք ավելի մեծ հնարավորություններ, քան առաջինում, ներառյալ հրաշագործությունները:

Մակայն ամենակարևոր ձեռքբերումը, որը մենք ձեռք կբերենք, դա ունակությունն է արտահայտվելու և բանավիճելու՝ այստեղ ինտելեկտուալ հնարավորությունները հասնում են բարձրագույն մակարդակի:

Շատերը, որոնք ունեն սովորական մտածելու ունակություն, չեն կարող համեմատվել նրանց հետ, քանի որ նրանց ինտելեկտուալ որակները բացված են:

Սակայն միայն ֆիզիկական ուղեղը չէ ավելի զարգացած, այլ դա՝ հրաշքի հասնող Ուժ է, դա Երկնային Ուժ է, դա իմաստությունն է մեր մեջ: Նա այժմ սկսում է բացվել: Հնդկաստանում, այս մակարդակը “Բուդդիի” են անվանում, դա նշանակում է ինտելեկտուալ մակարդակ: Եվ երբ դու հասնես “Բուդդիի”-ին, դու Բուդդա կդառնաս: Այստեղից է գալիս Բուդդա բառը: Այսպիսով՝ Բուդդան հենց դա է: Ես չեմ պատրաստվում միայն Բուդդային ձեզ ներկայացնել՝ կա շատ ավելին:

Շատերը լուսավորված մարդկանց հենց Բուդդա են անվանում: Եթե նա չգիտի թե ինչեր կա երկրորդ մակարդակից վեր, ապա հավանական է, որ նա շատ հպարտ կլինի դրանով: Իհարկե՝ մտածել, որ նա կենդանի Բուդդա է, մեծ բան է, իր աշակերտներն էլ կարող են շատ հպարտ լինել: Սակայն եթե նա հասել է Երկրորդ մակարդակին՝ որտեղ նա կարող է տեսնել ցանկացած մարդու անցյալը, ներկան և ապագան, և նա ունի բացարձակ հոետորական ունակություն, դա դեռ Աստծո Արքայության վերջը չէ:

Մակայն ոչ որ չպետք է հպարտանա անցյալը, ներկան և ապագան կարդալու ունակություններով, քանի որ դա «ակաշիկ» գրառումներն են, ինչպես դուք գիտեք արևմտյան տերմինաբանությունից: Բոլոր նրանք, ովքեր յոգայի կամ որևէ այլ մեդիտացիայի փորձ ունեն կհասկանան թե ի՞նչ է նշանակում “ակաշիկ” գրառումներ՝ այն նման է մի գրադարանի, որը դուք ունեք ՄԱԿ-ում. որտեղ կա գրականություն՝ տարբեր լեզուներով: Դուք կարող եք տեսնել գրականություն արաբերենով, ռուսերենով, չիներենով, անգլերենով, ֆրանսերենով, գերմաներենով՝ ձեր կողքի գրադարանում բոլոր լեզուները ներկայացված են: Եթե դուք ունեք ունակություն կարդալու այդ բոլոր լեզուներով, դուք կարող եք տեղեկություններ ստանալ այն ամենի մասին թե ինչ է կատարվում այդ երկրներում: Նույնը այստեղ է, մարդը, որը հասել է Երկրորդ մակարդակին հասկանում է և կարող է վերարտադրել անձի կերպարը շատ հստակ, այնպես ինչպես այդ անձն է տեսնում իր կենսագրությունը:

Գիտակցության Երկրորդ մակարդակից դուք կարող եք ստանալ դեռ ավելին: Երբ ինչ-որ մեկը կարողանում է հասնել Երկրորդ մակարդակին, դա արդեն ֆանտաստիկ է՝ նա արդեն կենդանի Բուդդա է, քանի որ բացել է “բողոքիին”, ինտելեկտը: Մենք կարողանում ենք տեսնել շատ երևույթներ, որոնց չենք կարող անուններ տալ: Եվ այսպես

կոչված հրաշքները մեզ հետ կկատարվեն, անկախ մեր ցանկության, քանի որ մեր ինտելեկտը բաց է և գիտի թե ինչպես հասնել ապաքինման բարձր աղբյուրին և՛ այդպիսով. կյանքը դառնում է ավելի սահուն և ավելի լավ: Քանի որ մեր ինտելեկտը կամ “բուդդիի”-ն բաց է, նա հնարավորություն ունի ստանալ ամբողջ տեղեկատվությունը անցյալից և ներկայից, ապագային ուղղություն տալու համար, կամ ողղելու անցյալում եղած սխալները ապագան ավելի բարվոք կառուցելու համար:

Օրինակ՝ եթե մենք չգիտեինք, որ ականա վիրավորել ենք մեր հարևանին, և նա լրակյաց մեր դեմ է տրամադրված և փորձում է մեր ետևվից ինչ-որ բաներ անել, որպեսզի վնասի մեզ, ապա հիմա մենք դրա մասին տեղյակ ենք և գիտենք թե ինչն<sup>1</sup> է դա այդպես: Ավելի հեշտ է: Մենք կարող ենք այցելել հարևանին, զանգահարել, կամ հրավիրել հավաքույթի և պարզություն մտցնել փոխհարաբերությունների մեջ:

Նման մի բան է կատարվում երբ մենք գնում ենք ինտելեկտուալ մակարդակ, մենք մեխանիկորեն, շատ լուռ սկսում ենք հասկանալ այդ ամենը և նույնպես լուռ կազմակերպում ենք այդ ամենը, կամ կապվում ենք այն աղբյուրին, որը կարող է օգնել մեզ կազմակերպել այն, ավելի բարվոք ապրելակերպ ապահովելու նպատակով, ավելի լավ

կյանքի ընթացքի համար: Այդպիսով, մենք նվազեցնում ենք կյանքում տեղի ունեցող պատահարները, անցանկալի իրադարձությունները կամ ապրելու պայմանները: Այ՛ն: Այ՛ն: Ուրեմն՝ երբ մենք հասնում ենք Երկրորդ մակարդակ, դա արդեն հրաշալի է:

Այն ամենը, ինչը բացատրեցի շատ գիտական է և շատ տրամաբանական, հարկ չկա մտածելու, թե յոգերը կամ մեղիտացիայով զբաղվող մարդիկ միստիֆիկացված կամ գերբնական մարդիկ են: Նրանք շատ բնական էակներ են, ինչպես ամեն ոք, ով զարգացրել է իրեն, իմանալով թե ինչպես այդ անել: Ամերիկայում ասում են, որ ամեն ինչ կարելի է եթե գիտես ինչպես, այսինքն մենք կարող ենք սովորել ամեն ինչ: Այդպես չէ: Ուրեմն սա մի գիտություն է այս աշխարհից դուրս, որն մենք նույնպես կարող ենք սովորել: Մի գուցե սա տարօրինակ է հնչում, սակայն ինչքան ավելի բարձր, այնքան ավելի հասարակ է: Սա ավելի հասարակ է, քան դպրոցական մաթեմատիկական խնդիրների լուծումը:

Երկրորդ Մակարդակում նույնպես կան բազմաթիվ ենթամակարդակներ: Սակայն ես շատ արագ կներկայացնեմ, քանի որ չեմ կարող կանգ առնել բոլոր երկնային գաղտնիքների վրա: Ամեն դեպքում դուք

կիմանաք դա, եթե ճանապարհորդեք ուսուցչի հետ միասին, քանի որ նա արդեն ճանապարհորդել է: Այսպիսով դա գաղտնիք չէ, ողղակի չափազանց երկար է, եթե ամեն մակարդակի և ենթամակարդակների վրա կանգ առնենք, չափազանց երկար ժամանակ կպահանջվի: Ոսուցիչը միայն ուղղորդում է ձեզ շատ արագ, անցնելով այսպես՝ զիկ, զիկ, զիկ: Եթե դուք չեք ուզում ինքներդ ուսուցիչ դառնալ, ապա այդ ամենը ձեզ գլխացավանք կպատճառի: Դրա համար էլ ուսուցիչը վերադարձնում է ձեզ տուն և ետ բերում: Անգամ այդ երկար ժամանակ է պահանջում: Լինում է, որ մի կյանքի երկարությամբ: Բայց հաղորդությունը դուք ստանում եք միանգամից:

Մակայն դա միայն սկիզբն է, միայն նախապատրաստումը: Առաջին օրը համալսարան ընդունվելուց հետո դուք դառնում եք ուսանող: Դա դեռ չի նշանակում, որ դուք գիտական աստիճան եք ստացել: Չորս, վեց տարի կամ տասներկու տարի հետո դուք նոր կարող եք աստիճան ստանալ: Բայց ուսանող դառնում եք միանգամից, և եթե դա իսկական համալսարան է, և եթե ընդունվելեք և դուք իսրտե ձգտումեք համալսարանի ուսանող դառնալ: Այսպիսով երկու կողմերն էլ պետք է համագործակցեն:

Նմանապես, եթե մենք, օրինակ ուզում ենք գնալ այս աշխարհից դուրս, զվարճանքի համար միայն այն պատճառով, որ Նյու-Յուրքում զվարճանքի այլ վայր չունենք՝ մենք ամեն ինչ գիտենք Մանհեթենի մասին, Լոնգ Բիչի, անգամ «շորթ» բիչի մասին և բոլոր բիչերի /ծիծաղ/: Այժմ էլ, ես կարծում եմ ցանկություն ունեք գերմարդկային մի վայր գնալ և տեսնել թե ի՞նչ կա այնտեղ: Լա՛վ: Իսկ, ինչ՞ ու ոչ: Եթե մենք վճարում ենք բավականին մեծ գումար Մայամիլում կամ Ֆլորիդայում լոզանք ընդունելու, ապա ինչո՞ւ չգնալ այս աշխարհից դուրս, և տեսնել թե ինչպես են ապրում մեր հարևան մոլորակների վրա և ինչպես են մարդիկ լիցքավորում իրենց այնտեղ: Ես չեմ կարծում, որ ինչ-որ տարօրինակ բան կա դրա մեջ: Այդպես չ՞է: Ուղղակի սա մի փոքր ավելի հեռավոր ճանապարհորդություն է՝ և մտավոր, և հոգևոր ճանապարհորդություն է, ֆիզիկական ճանապարհորդության համեմատ: Գոյություն ունի երկու ճանապարհորդության ձև: Այսպիսով, սա շատ տրամաբանական է և շատ պարզ է հասկանալու համար:

Հիմա մենք երկրորդ մակարդակի վրա ենք: Ի՞նչ կարող եմ ավելացնել ասածիս վրա: Այսպես մենք շարունակում ենք մեր կյանքը այստեղ և միևնույն ժամանակ ունենում ենք գիտելիք այլ աշխարհների մասին: Քանի որ մենք ճանապարհորդում ենք:

Դուք էլ, հանդիսանալով Միացյալ Նահանգների քաղաքացի կամ այլ երկրի քաղաքացի, ճանապարհորդում եք հարևան երկրներ տեղեկություն ունենալու նպատակով: Ես կարծում եմ ձեզանից շատերը բնիկ ամերիկացիներ չեն: Այդպես չէ՞: Այսպիսով դուք հասկանում եք: Մենք կարող ենք ճանապարհորդել մեկ այլ մոլորակ հասկանալու համար թե ի՞նչ է այնտեղ կատարվում: Քանի որ տարածությունը շատ մեծ է մենք չենք կարող քայլել, մենք չենք կարող անգամ հրթիր նստել կամ չճանաչված թռչող օբյեկտներ:

Կան աշխարհներ որտեղ պետք է ավելի երկար թռչել, քան ունակ են չճանաչված թռչող օբյեկտները: Այո՛: Թռչող օբյեկտները: Մեր ներսում կա ավելի ուժգին հնարավորություն, քան թռչող օբյեկտները ունեն: Դա մեր հոգին է: Եվ մենք կարող ենք թռչել հոգու միջոցով առանց վառելանյութի, առանց ուստիկանության, առանց խցանումների կամ այլ պայմանականությունների: Եվ կարիք չկա մտածելու, որ արաբները մի օր մեզ վառելանյութ չեն վաճառի /ծիծաղ/, քանի որ այն ինքնաբավ է: Երբեք չի փչանում, բացի այն դեպքերից երբ մենք ինքներս ենք վնաս պատճառում բռնանալով տիեզերական օրենքների հանդեպ, բռնանալով երկնային և երկրային ներդաշնակության դեմ: Իրականում այդ ամենից շատ հեշտ է խուսափել: Մենք կարող ենք ձեզ ասել, եթե դուք հետաքրքրված եք իմանալու:



Օրինակ... Մի անհանգստացեք, ես եկեղեցական չեմ, և չեմ պատրաստվում քարոզել, ձեզ էլ չեմ տանի եկեղեցի: Միայն օրինակ բերեմ:

Գոյություն ունեն տիեզերական օրենքներ, որոնց մասին մենք պետք է տեղեկություն ունենանք, այնպես, ինչպես մեքենան վարելու համար մենք պետք է իմանանք երթևեկության կանոնները: Կարմիր լույս՝ կանգ առ: Կանաչ՝ կարող ես երթևեկել: Թեքվիր աջ, ձախ կողմում... և այլն: Այս աշխարհից վեր գոյություն չունեն օրենքներ, ֆիզիկական օրենքներ, այնտեղ մենք ազատ ենք: Մենք ազատ քաղաքացիներ ենք, բայց մենք պետք է կարողանանք գնալ այս աշխարհից վեր, որպեսզի ազատ լինենք: Քանի մենք ապրում ենք այս ֆիզիկական մարմնում, մենք պետք է ֆիզիկական օրենքներին հետևենք խնդիրներ չունենալու համար: Դրա շնորհիվ մեր մեքենան չի վնասվում, և մենք կարող ենք առանց խնդիրներ ունենալու երթևեկել ավելի արագ, ավելի բարձր:

Այս օրենքները գրված են եղել Ավետարանում՝ մեր քրիստոնեական ավետարանում, բուդդիստական ավետարանում, հինդուների ավետարանում: Նրանք շատ հասարակ են՝ չվնասել մերձավորին, չսպանել, չունենալ արտամուսնական կապեր, գողություն չանել... չընդունել

թունավոր նյութեր ներառյալ թմրանյութեր: Ամեն տեսակի թմրանյութ, ամեն բան ինչ կախվածության մեջ է դնում ֆիզիկական աշխարհից և մոռացության է մատնում հոգևորը: Հնարավոր է Բուդդան գիտեր, որ քսաներորդ դարում մենք կներմուծենք կոկայինը և այլ նյութեր, և այդ իսկ պատճառով ասել է. «ոչ մի թմրանյութ»: Այդ թմրանյութերը ներառում են բոլոր այն միջոցները, որոնք կախվածություն են զարգացնում ֆիզիկականից, թույլ չտալով զարգացնել մեր հոգևոր ճանապարհորդությունը:

Եթե մենք ուզում ենք թռչել արագ և առանց վնասի, պետք է հետևենք ֆիզիկական օրենքներին՝ այն օրենքներին ինչպիսիք են ֆիզիկայի օրենքները: Եթե մենք ուզում ենք, որ հրթիռը թռչի, ապա գիտնականը պետք է դիտարկի և օգտագործի որոշակի օրենքներ: Դա է իմաստը՝ պարզ է, չէ՞ թե ինչ մանրակրկիթ պետք է լինենք մենք, եթե ուզում ենք դրանից բարձր թռչել, հրթիռի ունակություններից բարձր, թռչող սարգավորումներից էլ բարձր: Սակայն այնտեղ կան ավելի շատ մանրամասներ, որոնք ցանկանալու դեպքում դուք կարող եք իմանալ հաղորդակցման ժամանակ: Այժմ կարիք չկա ձեզ ձանձրացնելու մանրամասներով պատվիրանների վերաբերյալ, որոնք դուք արդեն գիտեք, և դուք կասեք. ”Ես կարդացել եմ արդեն Ավետարանում տաս պատվիրանները”:

Իրականում մեզանից շատերն են կարդացել պատվիրանները, սակայն բուն իմաստավորում չեն տվել, կամ լիարժեք չեն հասկացել: Կամ հնարավոր է, որ մենք ցանկանում ենք հասկանալ այնպես ինչպես հասկանում ենք, սակայն ոչ այնպես ինչպես իրականում գրված է: Այդ իսկ պատճառով մենք շատ ժամանակ չենք ուզում ավելի խորը գիտակցել: Օրինակ՝ Հին Կտակարանում գրված է՝ “ես ստեղծել եմ բոլոր կենդանիներին մարդուն ընկերակցելու և օգնելու նպատակով, և մարդը պետք է կարավարի նրանց”: Հետո Նա ասում է, որ “ամեն կենդանուն ստեղծել է իր ուտելիքը”: Սակայն Նա չի ասել կեր նրանց: Ո՛չ: Եվ Նա ասել է. “ես ստեղծել եմ տարբել տեսակի ուտելիք՝ դաշտի բույսերը ու ծառերի մրգերը, որոնք շատ համեղ են և գոհեցնում են աչքը: Սա պետք է լինի քո կերակուրը”: Սակայն ոչ բոլորն են ուշադրություն դարձնում դրան: Եվ բազմաթիվ Կտակարանի հետևորդներ սնվում են մտով, չհասկանալով թե Աստված իրականում ի՞նչ ի նկատի ուներ:

Եվ եթե մենք ավելի խորը գիտականորեն դիտարկենք, ապա կտեսնենք, որ մենք մսակեր չենք ստեղծված: Մեր համակարգը՝ մեր ստամոքսա-աղիքային տրակտը, մեր ատամները՝ ամեն ինչ ստեղծված են բուսակերության համար: Զարմանալի չէ, որ շատ մարդիկ հիվանդանում են, արագ ծերանում, հոգնած են իրենց զգում և դանդաղաշարժ,

այն ժամանակ, երբ իրենք ծնվել են բացարցակ առողջ և խելացի: Ամեն օր նրանք մի փոքր ճնշված են զգում, և հասակի հետ նրանք ավելի ու ավելի վատ են զգում: Դա նրանից է, որ մենք վնասել ենք մեր մեքենան, մեր “թոշոդ օբյեկտը”: Այսպիսով, եթե մենք ուզում ենք օգտագործել այդ մեքենան ավելի երկար, մենք պետք է համապատասխան հոգ տանենք նրա մասին:

Այժմ, պատկերացրեք, որ ավտոմեքենա ունեք: Բոլորդ վարո՞ւմ եք ավտոմեքենա, այդպես չ՞ի: Ի՞նչ կլինի եթե սխալ վառելանյութ լցնեք: Ի՞նչ կստացվի: Հնարավոր է այդ մեքենան մի քանի մետր գնա, իսկ հետո կանգ առնի: Եվ դուք չեք կարող մեղադրել մեքենան: Դա մեր մեղքն է, որ սխալմամբ լցրել ենք այն վառելանյութը, որն իրեն չի պատկանում: Կամ եթե վառելանյութի հետ ջուր խառնենք, մենք կանցնենք որոշ ճանապարհ, իսկ հետո անախորժություններ կունենանք: Կամ եթե մեր մեքենան կեղտոտված լինի, նորից որոշ ժամանակ հետո անախորժությունները անխուսափելի են: Եվ հաճախ մեքենան կարող է պայթել նույնիսք, քանզի մեքենան ճիշտ չլինամելը պատճառն է:

Մեր մարմինը նույնպես նման է մի մեքենայի, որով դուք այստեղից կարող եք թռչել դեպի անվերջություն, դեպի

գիտական իմաստություն: Մակայն երբեմն մենք վնասում ենք նրան և նպատակահարմար չենք օգտագործում: Օրինակ՝ մեր մեքենան նպատակ ունի մեզ տանելու մի քանի մղոն դեպի մեր աշխատավայրը, մեր ընկերների մոտ, ինչ-որ մի զվարճանքի վայր: Մակայն մենք հոգ չենք տանում նրա մասին, մենք օգտագործում ենք սխալ վառելանյութ, չենք հետևում մեքենայում ջրի առկայությանը և այլն: Եվ ավտոմեքենան չի կարող արագ շարժվել: Նա չի կարող երկար օգտագործվել: Մենք միայն կկարողանանք պտույտ կատարել սեփական տան շրջագայքում: Դա էլ է տարբերակ: Մակայն մենք անտեսում ենք մեքենան գնելու նպատակը: Դա միայն դրամի և ջանքերի անիմաստ վատնում է: Այդքանը: Չենք կարող մեղադրել ոչ ոքի: Ոստիկանությունն էլ տույժ չի գրի ձեզ դրա համար: Դա միայն սեփական դրամի, ժամանակի անտեղի ծախսն է, այն պայմաններում երբ հնարավորություն կա շատ հեռու գնալու, և տեսնելու բազմաթիվ տեղեր, և հաճույք ստանալ բազմաբնույթ իրավիճակներից:

Այդպես էլ մեր ֆիզիկական մարմինը: Մենք կարող ենք ապրել այս աշխարհում, մենք կարող ենք հոգ տանել ֆիզիկական մարմնի մասին, և մենք ունենք նաև այլ գործիքներ այս աշխարհից վեր թռչելու համար: Ինչպես տիեզերագնացները՝ նրանք նստած են տիեզերանավի մեջ:

Տիեզերանավը գործիք է: Նա պետք է հոգ տանի այդ գործիքի մասին, պետք է չբռնանա ֆիզիկական օրենքների հանդեպ և տիեզերանավը կթռչի անվտանգ և արագ: Սակայն տիեզերագնացը՝ որ նստած է ներսում շատ կարևոր է: Այդ տիեզերանավը կբերի նրան իր իսկ ընտրած ժամանման վայրը: Սակայն հիմնականը այստեղ տիեզերանավը չէ՝ կարևոր է տիեզերագնացը և իր ընտրած ժամանման վայրը: Եվ եթե այդ տիեզերանավը ընտրվի «Լոնգ իսլանդի» շուրջ պտտվելու համար, ապա դա ևս կլինի ժամանակի կորուստ: Ազգության դրամի կորուստ:

Այսպիսով, մեր մարմինը շատ կատարյալ է, քանի որ այնտեղ Ուսուցիչ է բնակվում: Ավետարանում ասվում է, այժմ դու գիտես, որ դու այն չես ինչ պատկերացնում ես՝ դու ես Աստծո հանգրվանը, և Ամենագոր Աստված քո ներսում է..., սուրբ հոգին նույն բանն է: Եթե մենք Սուրբ Հոգու կամ Ամենագոր Աստծո հանգրվանն ենք, կարո՞ղ եք պատկերացնել մեր չափազանց կարևորությունը: Սակայն շատերը արագ կարդում են և չեն ընկալում այդ տողերի կարևորությանը, չեն կենտրոնանում իմաստի վրա, ոչ էլ փորձում են գտնել այն: Դա է պատճառը, որ իմ աշակերտները սիրում են հետևել իմ ուսմունքին, քանի որ նրանք տեսնում են, թե ո՞վ է նստած նրանց մեջ, և ի՞նչ կա այս աշխարհից վեր, այն աշխարհից, որտեղ արկա են

ամենօրյա խնդիրները, դրամի վաստակումները և կենտրոնացումը այս բոլոր ֆիզիկական պրոբլեմների վրա:

Մենք շատ ավելին ենք՝ ավելի հիասքանչ ենք, ազատություն ունենք, ավելի մեծ գիտելիքի տեր ենք: Եվ եթե մենք իմանանք հաղորդակցվելու ճիշտ ճանապարհը այդ ամենը մերը կլինի, քանի որ մեր ներսում այն առկա է: Միայն այն պատճառով, որ մենք չգիտենք թե որտեղ է բանալին՝ իսկ մենք շատ վաղուց ենք այդ “տունը” փակել, մենք անգամ չգիտենք թե ինչ հարստություն ունենք: Դա է միայն պատճառը:

Այսպես կոչված Ուսուցիչը, կարող է միայն օգնել բացել դուռը և ցույց տալ թե ի՞նչ կա ներսում, որն ի սկզբանե մեզ է պատկանում: Սակայն մենք ժամանակ պետք է տրամադրենք, և քայլենք դեպի այն, և ստուգենք այն ամենը ինչ ունենք:

Այսպիսով, մենք Երկրորդ Աշխարհում ենք, ունե՞ք արդյոք ցանկություն ավելի բարձր գնալու /դահլիճը. Այ՛ն: Այ՛ն/: Դուք ուզո՞ւմ եք իմանալ ամեն ինչ առանց աշխատելու: /Ուսուցիչը ծիծաղում է: Լավ: Ամեն դեպքում ինչ-որ մեկը գոնե կարող է ձեզ պատմել այն երկրի մասին, որտեղ դուք երբեք չեք եղել: Ճի՞շտ է: Համենայն դեպս դուք հետաքրքրված եք՝ մի գուցե

դուք կցանկանաք գնալ: Լավ: Այսպիսով՝ հիմա Երկրորդ Աշխարհից հետո, դուք գիտեք ես դեռ չեմ ավարտել պատմելը երկրորդ աշխարհը, սակայն մենք ամբողջ օրը չենք կարող այստեղ նստել: Այսպիսով Երկրորդ Աշխարհից հետո, դուք կարող եք ավելի մեծ գորություն ձեռք բերել: Եթե դուք հետևողական եք և աշխատում եք այդ ուղղությամբ, դուք կարող եք գնալ Երրորդ Աշխարհ: Այսպես կոչված Երրորդ Աշխարհը՝ ավելի բարձր մակարդակ է:

Այն ով գնում է Երրորդ աշխարհ, պետք է բացարձակապես մաքուր լինի այս աշխարհի բոլոր պարսկերից գոնե: Եթե մենք այս աշխարհի թագավորից ինչ-որ բան պարտք ենք վերցրել, մենք չենք կարող գնալ ավելի բարձր: Ինչպես եթե դուք հանցագործություն եք գործել ինչ-որ մի պետության մեջ, ապա դուք չեք կարող դուրս գալ սահմաններից այլ պետություն գնալու համար: Այս աշխարհի պարտքը ներառում է բազմաթիվ բաներ՝ այն ինչ մենք արել ենք ֆիզիկական կյանքի անցյալում, ներկայում և կարող է ապագայում: Այս ամենը պետք է մաքրվի, որպես մաքսատանը սահմանները բացելուց հետո մենք կարող ենք գնալ այս աշխարհից վեր: Սակայն, երբ մենք Երկրորդ Աշխարհում ենք, մենք աշխատում ենք անցյալից մնացած և ներկա կյանքի կարմայի վրա, քանի որ առանց անցյալ



կարմայի, մենք չենք կարող գոյատևել այս ներկա աշխարհում:

Ուսուցիչները լինում են երկու տիպի: Մեկը առանց կարմայի, սակայն նրանք պարտքով վերցնում են կարման ներքև իջնելու համար, մյուսները՝ մեր պես շատ հասարակ էակներ են, բայց մաքրված կարմայով: Այսպիսով՝ ամեն ոք ապագայում կարող է դառնալ ուսուցիչ, ապագա ուսուցիչ: Եվ երբեմն ուսուցիչը գալիս է շատ ավելի բարձր մակարդակներից պարտքով վերցրած կարմայով: Ինչպե՞ս է դա հնչում՝ պարտքով վերցնել կարմա: /Ուսուցիչը ծիծաղում է:/ Դա հնարավոր է: Հնարավոր:

Օրինակ՝ մինչև ձեր այստեղ գալը դուք այստեղ եղել եք արդեն: Եվ տալիս էիք, և առնում բազմաթիվ մարդկանց հետ, բազմաթիվ տարիների՝ հարյուրավոր տարիների ընթացքում: Հետո դուք գնում եք հետ դեպի երկինք, դեպի վեր, շատ հեռու հնարավոր է՝ Հինգերորդ Մակարդակ: Դա Ուսուցչի տունն է, Հինգերորդ մակարդակը: Սակայն դրանից վեր կան ավելի մակարդակներ:

Այսպիսով, եթե դուք ուզում եք հետ գալ, քանի որ զթասրտությունըն է ուղղում կամ օրինակ՝ Տիրոջ կողմից նախատեսված աշխատանք ունեք անելու, իջնում եք ներքև:

Մեր բարեկամական կապերի շնորհիվ, մենք կարող ենք իրենցից վերցնել որոշակի կարմա: Վերցնում ենք միայն պարտքերը՝ ուրիշ ոչինչ: Մենք կարող ենք պարտքը վերցնել և՛ ի շնորհիվ մեր հոգևոր զարգացվածության, կամաց-կամաց վճառել այն կյանքի ընթացքում՝ մինչ չկատարենք մեր առաքելությունը: Սա մեկ այլ կարգի ուսուցիչներ են: Կան նաև ուսուցիչներ այս աշխարհից, որոշակի հոգևոր պրակտիկայից հետո նրանք միանգամից դառնում են ուսուցիչներ, ինչպես, օրինակ, համալսարան ավարտածները: Այ՛ո: Համալսարանում մենք ունենք պրոֆեսորներ և ուսանողներ, որոնք կարող են դառնալ պրոֆեսորներ ավարտելուց հետո: Կան երկարատև փորձ ունեցող պրոֆեսորներ և նոր կոչում ստացածներ և այլն: Նմանապես Ուսուցիչներն են:

Այսպիսով, եթե մենք ուզում ենք բարձրանալ Երրորդ մակարդակ, մենք պետք է լինենք բացարձակ մաքուր կարմայից: Կարման, դա՝ «Ինչ կցանես, նա էլ կհնձես» օրենքն է: Եթե մենք ցանենք նարնջի սերմեր, մենք նարինջներ կհավաքենք, կամ եթե ցանենք ինձորի սերմեր՝ ապա խնձոր կհավաքենք. սա է կարման: Դա Սանսկրիտյան պատճառահետևանքային լեզուն է: Ավետարանը չի խոսում կարմայի մասին, սակայն այնտեղ ասվում է. «ինչ որ կցանես, նա կհնձես»: Դա նույնն է:

Ավետարանը դա Ուսուցչի ուսմունքի կոճատ ձևն է, այդ պատճառով է, որ չենք գտնում բավականին բացատրություններ Ավետարանում: Բացի դրանից Ավետարանը մի քանի անգամ վերափոխվել է, այդ ուղղության առաջնորդներին՝ ոչ միշտ հոգևոր բարձր մակարդակ ունեցող, համապատասխանեցնելու նպատակով: Դուք գիտեք կյանքի բոլոր ոլորտներում մարդիկ վաճառում և գնում են: Միջնորդները՝ նրանք առկա են կյանքի բոլոր ոլորտներում: Սակայն իսկական ավետարանը մի փոքր տարբեր է, մի փոքր ավելի երկար է, ավելի կատարյալ և պարզ է հասկանալու համար: Ամեն դեպքում՝ քանի որ մենք չենք կարող հաստատել դա, ապա լռում ենք, այլապես կմեղադրվենք Աստծուն վատաբանելու մեջ: Մենք կարող ենք խոսել միայն այն ամենի մասին, ինչ կարող ենք հաստատել:

Հիմա դուք ինձ կհարցնեք: “Դուք խոսում եք Երկրորդ Աշխարհի, Երրորդ Աշխարհի և Չորրորդ Աշխարհի մասին: Ինչպե՞ս դուք կարող եք հաստատել այն:” Ես կարող եմ: Ես կարող եմ հաստատել այն: Եթե դուք ճանապարհորդեք ինձ հետ նույն ճանապարհով, դուք կտեսնեք նույն բաները: Սակայն եթե դուք չգաք, ապա ես չեմ կարող ձեզ հաստատել: Այդ մեկը հաստատ է: Այդ մեկը հաստատ է: Դա է պատճարը, որ ես համոզված խոսում եմ դրա մասին, քանի որ այնտեղ կա հաստատում: Մենք ունենք այդ հաստատումը

հարյուրավոր, հազարավոր հետևորդների կողմից ամբողջ աշխարհում: Այսպիսով կարող ենք խոսել նրա մասին ինչը մեզ հայտնի է: Սակայն դուք եք, որ պետք է գնաք իմ հետ՝ դա պարտադիր է: Հակարակ դեպքում դուք չեք կարող ինձ ասել, թե ես գնամ այնտեղ տեսնեմ և ձեզ պատմեմ և ցույց տամ: Ես չեմ կարող:

Օրինակ՝ եթե ես ՄԱԿ-ում, այս սենյակում եղած չլինեմ, ապա նշանակություն չունի թե դուք ինչքան ինձ կպատմեք այս սենյակի մասին՝ միևնույն է ես այս սենյակում գտնվելու փորձ չեմ ունենա: Ճի՞շտ է: Այսպիսով մենք պետք է գնանք մեկի հետ փորցված ուղղորդների հետ: Այս սենյակում նստած են տարբեր ազգերի աշակերտներ, որոնք մասնակիորեն կամ լիարժեք անցել են այն ամենի միջով, ինչի մասին ես ձեզ պատմեցի:

Այսպիսով, Երրորդ Աշխարհից հետո, սա դեռ ամենը չէ... Այն, ինչի մասին ես խոսեցի միայն փոքր մասն է: Այսպիսի պատմությունները ճանապարհորդության մասին միայն փոքր տարրեր են և մանրամասնած չեն: Անգամ երբ մենք կարդում ենք մի գիրք երկրի մասին դա դեռ երկիրը չէ: Ճի՞շտ է: Դա է պատճառը, որ անգամ ունենալով բազմաթիվ գրքեր ճանապարհորդությունների մասին, տարբեր երկրների մասին, մենք միևնույն է ուզում ենք ճանապարհորդել: Մենք

տեղեկացված ենք Իսպանիայի մասին, Հունաստանի մասին, Թեներիֆի մասին սակայն դրանք միայն կինոնկարներեն, կամ գրքեր: Մենք պետք է գնանք այնտեղ, որպեսզի ինքներս հաճույքը զգանք այնտեղ լինելուց, փորձենք ուտեցները և համեղ ջուրը ծովի, հիասքանչ եղանակը, ընկերասեր մարդկանց և տարբեր իրավիճակները, որոնք մենք չենք կարող վերապրել միայն գրքերը կարդալով:

Մի պահ պատկերացրեք, թե դուք ինչ-ինչ ճանապարհներով անցելեք Երրորդ Աշխարհը, և ո՞րն է հաճորդը: Իհարկե դուք գնում եք ավելի քարձր՝ Չորրորդ մակարդակ: Չորրորդ Աշխարհը արդեն դուրս է մեր արտառոց պատկերացումներից: Եվ մենք չենք կարող օգտագործել հասարակ լեզուն նկարագրելու համար թե դա ինչ է, մենք չենք կարող նկարագրել առանց վնաս պատճառելու այդ աշխարհի արքային: Քանի որ այդ աշխարհը այնքա՛ն հիասքանչ է, չնայած նրան որ ունի մութ տեղեր՝ ավելի մութ քան Նյու Յորքը գիշերային էլեկտրախավարման ժամանակ: Կարո՞ղ եք պատկերացնել քաղաքը բացարձակ մթության մեջ: Այ՞ ո: Դրանից ել մութ: Մինչ լույսին հասնելը մենք պետք է անցնենք այդ բացարձակ մթության միջով: Դա կարելի է ասել, որ արգելված քաղաքներից է: Մինչ Աստծո իմաստությանը հասնելը, մենք կանգ ենք առնում այնտեղ: Սակայն միայն ուսուցչի հետ՝ փորձառու ուսուցչի հետ, դուք

կարող եք անցնել այն՝ հակառակ դեպքում դժվար է գտնել այդ կարգի աշխարհի ճանապարհը:

Երբ մենք հասնում ենք գոյատևման տարբեր տիրույթներին մենք ունենում ենք ոչ միայն հոգևոր փոփոխություններ, այլ նաև ֆիզիկական փոփոխություններ, մտավոր փոփոխություններ և փոփոխություններ կյանքի այլ ոլորտներում:

Մենք տարբերվում ենք մեր տեսքով, տարբերվում է մեր քայլվածքը, մեր աշխատելու ձևը: Անգամ մեր ամենօրյա աշխատանքը մեկ այլ իմաստավորում է ստանում և մենք հասկանում ենք թե ինչն<sup>՞</sup> է ենք այդ աշխատանքը կատարում, ինչն<sup>՞</sup> է ենք մենք այդ գործը անում կամ ինչն<sup>՞</sup> է պետք փոփոխություն անել այդ գործում: Մենք հասկանում ենք մեր կյանքի առաքելությունը, այլևս հոգնած չենք զգում մեզ կամ հուզված, այ՛ն: Մենք շատ համբերատար և ներդաշնաքորեն սպասում ենք այս աշխարհում մեր արաքելության ավարտին, քանի որ գիտենք թե ուր ենք գնալու: Մենք գիտենք այդ քանի դեռ ապրում ենք: Դա է, երբ ասում են “մահանում է ապրելու ընթացքում”: Այ՛ն: Այ՛ն: Եվ ես կարծում եմ, որ ձեզանից ոմանք արդեն ծանոթ են այդ գաղափարին, սակայն ես չգիտեմ Ուսուցիչ, որը կարող է այլ կերպ խոսել /Ուսուցիչը ծիծաղում է/, միայն կարող եմ ասել,

որ ստանում ենք իրական ուրախություն այդ ներքին փորձից:

Ինչպե՞ս կարող է ինչ-որ մեկը նկարագրել Մերսեդես Բենզը մեկ այլ կերպ: Դա պետք է լինի նույն նկարագրությունը: Ամեն մարդ, ով ունի Մերսեդես, ով գիտի Բենզը կնկարագրի նույն կերպ, սակայն դա դեռ Բենզ չէ: Այսպիսով՝ անգամ այն պայմաններում երբ ես խոսում եմ հասարակ լեզվով, դա հասարակ երևույթ չէ և այդ փորձը մենք ինքներս պետք է ձեռք բերենք, աշխատանքի և անկեղծության շնորհիվ, և ուղեկցողի հետ: Այդպես ավելի անվտանգ է: Իհարկե, երբեմն միլլիոններից մեկը, հնարավոր է ինքնուրույն անցել է այն՝ սակայն շատ վտանգավոր է, մեծ ռիսկ է պարունակում և ոչ միշտ են արդյունքները ապահով՝ անվտանգ չէ:

Անցյալում որոշ մարդիկ կարողացել էին օրինակ՝ Սվիդենբորգը /Swedenborg/: Նա ինքնուրույն էր հասել դրան: Կամ Գուրջիեվը. նա նույնպես ինքնուրույն է հասել՝ անցել ամբողջ ճանապարհը միայնակ: Բայց երբ ես կարդում եմ որոշ մարդկանց ինքնուրույն ճանապարհի մասին, պետք է ասեմ, որ այդ ճանապարհը վտանգավոր է, բազմաթիվ պրոբլեմներով: Եվ պարտադիր չէ, որ նրանք բարձրագույն մակարդակի հասնեն:

Այսպիսով, դուք գնացիք ավելի բարձր մակարդակ: Չորրորդ Մակարդակից հետո դուք գնում եք ավելի բարձր՝ Ոսուցչի ապաստարանը, որը Հինգերորդ մակարդակն է: Բոլոր Ոսուցիչները իջել են այդ մակարդակից: Չնայած նրանց Մակարդակը ավելի բարձր է, բայց նրանք այնտեղ են հանգրվանում: Ոսուցիչների տանը: Բացի դրանից, առկա են Աստծո այլ կերպերը, որոնք շատ դժվար է հասկանալ: Վախենում եմ ձեզ շփոթության մեջ գցել՝ մի գուցե մեկ ուրիշ անգամ խոսեմ, կամ դուք կիմանաք հաղորդումից հետո, երբ ավելի պատրաստված կլինեք, ես ձեզ կպատմեմ ձեր երևակայության մասին: Ինչպե՞ս է նա երբեմն սխալ դեր խաղում Աստծո ընկալման գործընթացում:

## **Հարցերի և պատասխանների սեսիա դասախոսությունից հետո**

**Հ.** Դուք նշեցիք, որ ոսուցիչը կարող է պարտքով վերցնել մարդկանց կարման: Այդ դեպքում կարման վերանո՞ւմ է այդ մարդկանց համար: Ինչպիսի՞ն են հետևանքները նրանց համար:

**Ուս.** Ոսուցիչը կարող է մաքրել յուրաքանչյուրիի կարման, եթե հարկ է համարում: Իրականում հաղորդակցման ժամանակ վերանում է հետևորդների նախկին կարման



պետք է մաքրվի: Ես միայն թողնում եմ ձեզ այս կյանքի կարման, որպեսզի մենք կարողանանք մեզ հասանելի քյանքը շարունակենք ապրել, այլապես մենք նույն վայրկյանին կմահանանք: Եթե կարմա չկա՝ չես կարող ապրել այս կյանքում: Այդ իսկ պատճառով ուսուցիչը մաքրում է միայն նախկինում կուտակված կարման մաքրելով անձին, և թողնում է մի փոքր այս կյանքի համար նախատեսվածը, որպեսզի մարդը շարունակի ապրել, անի այն ինչ պետք է աներ այս կյանքում: 'Դրանից հետո՝ վերջ: Այդ իսկ պատճառով է նա կարողանում է գնալ, այլապես ինչպե՞ս ինչպես գնա: Անգամ եթե նա մաքուր է այս կյանքում, ապա որքանո՞վ է մաքուր: Իսկ ի՞նչ կարող եք ասել նախորդ կյանքերի մասին՝ հասկանո՞ւմ եք:

**Հ.** Ո՞րն է Ձեր պրակտիկայի նպատակը:

**Ուս.** Ո՞րն է նպատակը: Իսկ ես չասացի՞ ձեզ: Ճանապարհորդել այս աշխարհից վեր, վերադառնալ Աստծո արքայությունը, ձեռք բերել սեփական իմաստությունը, և լինել լավ մարդ այս անգամ կյանքում:

**Հ.** Արդյո՞ք կարման գոյություն ունի բոլոր մակարդակների վրա:

**Ուս.** Ոչ բոլոր, այն առկա է մինչև Երկրորդ մակարդակը, քանի որ մեր միտքը, մեր ուղեղը, մեր “համակարգիչը” ստեղծվել է այդ Երկրորդ Մակարդակում: Երբ մենք իջնում ենք բարձր աստիճաններից ֆիզիկական մակարդակ, որոշակի աշխատանք իրականացնելու համար օրինակ՝ Ուսուցիչը իջնում է Հինգերորդ մակարդակից, ապա նա պետք է անցնի Երկրորդ մակարդակով, վերցնի այդ “համակարգիչը” և համապատասխանեցնի իրեն, որպեսզի կարողանա աշխատել այս աշխարհում: Ինչպես ջրասույզները, որոնք իջնում են ծովի հատակը: Դրա համար նա պետք է անի որոշակի նախապատրաստական աշխատանք՝ վերցնի դիմակը, թթվածինը և այլ նախապատրաստություններ կատարի: Եվ չնայած մենք ներքուստ այլևս չենք զգում այդ հագուստի տարորինակությունը՝ արտաքինից, մենք նմանվում ենք գորտի: Այդպես ենք մենք երևում այդ մեր ... համակարգիչներով հանդերձ և ֆիզիկական այլ զգեստներով: Այլապես մենք բացարձակ գեղեցիկ ենք: Եվ անգամ եթե դուք կարծում եք, որ այսօր դուք գեղեցիկ եք, ապա համեմատած ձեր իրական էության հետ՝ դուք շատ տգեղ եք, զուտ այդ ֆիզիկական հագուստների պատճառով, որ պետք է կրենք սուզվելու համար այս աշխարհ աշխատելու նպատակով:

Այսպիսով՝ երկրորդ մակարդակը անցնելուց հետո, վեր գնալու համար մենք թողնում ենք մեր համակարգիչը այնտեղ՝ դրա

կարիքը չունենք վերններում: Ինչպես սուզվորդը հասնելով օփ ազատվում է իր թթվածնի դիմակից և այլ սարգավորումներից իր նախկին տեսքն է ընդունում է. Այ՞ո: Շա՛տ լավ:

**Հ.** Դուք ասացիք, որ Երկրորդ Մակարդակում, մինչ վեր գնալը, թողնում ենք ամբողջ կարման՝ կամ պետք է լուծում տանք կամ մաքրենք կարման ամբողջությամբ: Արդյո՞ւք դա նշանակում է, որ նախկին կյանքերի կարման նույնպես մենք պետք է թողնենք այնտեղ:

**Ու.** Այո: Որովհետև այլևս «համակարգիչ» չկա գրանցելու համար: Մենք ունենք կարմա հենց այդ համակարգչի՝ մեր միտքի, մեր ուղեղի պատճառով, որի իմաստը ֆիզիկական աշխարհի ամեն մի ձեռք բերած փորձ գրանցելն է: Դա է պատճառը, որ մենք ունենք այն: Լինի դա լավ կամ վատ փորձ ամեն ինչ գրանցվում է: Դա է այն, ինչ մենք անվանում ենք կարմա: Ի՞նչ է կարման: Միայն փորձ՝ լավ, թե վատ, մեր վերաբերմունքը այդ ամենին, ուսուցման փորձը բազմաթիվ կյանքերի ընթացքում: Քանի որ մենք ունենք, այսպես կոչված գիտակցություն, մենք հասկանում ենք, որ պետք է լինենք լավը, չնայած երբեմն անում ենք վատ գործեր: Այդ պատճառով էլ անվանում ենք այն կարմա: Իսկ վատ գործերը մեզ ներքև են քաշում, ինչպես մի մեծ աղբ բեռ՝ գրավիտացիայի օրենքի համաձայն, մեզ ներքև է քաշում և

դժվարանցնում է սար բարձրանալը: Այդ ամենը տեղի է ունենում բազմաթիվ բարոյական նորմերի, բազմաթիվ օրենքների, բազմաթիվ ավանդույթների, տարբեր ազգերին բնորոշ բազմաթիվ սովորույթների պատճառով, այդ ամենը կապում է մեզ վատի և լավի, անմեղի և մեղավորի գաղափարին: Այդ պատճառով, երբ մենք փոխհարաբերվում ենք այս աշխարհի մարդկանց հետ մենք վատի և լավի փորձ ենք ձեռք բերում համաձայն տվյալ ազգի սովորությունների, ավանդույթների, այդ ազգի օրենքների: Եվ դա սովորություն է դառնում մտածելով, որ եթե մենք անենք այս, ապա մեղքի զգացում կունենանք, անենք այն՝ կլինենք վատ մարդ:

Այդ ամենը գրանցվում է այստեղ: Դա է ստիպում մեզ վերադառնալ և կապում է այս ֆիզիկական կամ մի փոքր ավելի բարձր աշխարհի հետ: Սակայն ոչ բավարար բարձր: Մենք այդքան ազատ չենք: Մենք այդքան թեթև չենք, որ վեր թռչենք: Այդ ամենը պայմանականությունների և նախապաշարմունքների արդյունք է:

Հ. Կա արդյո՞ք նախապայման, որ մենք ամեն անգամ այս աշխարհ գալով մենք պետք է որոշաքի մակարդակի հասնենք:

**Ու.** Ոչ: Մենք ունենք ազատ կամք արագ կամ դանդաղ գնալու: Օրինակ՝ ձեր մեքենան, դուք լցրել եք հարյուր լիտր վառելիանյութ: Սակայն դուք կարող եք արագ գնալ մեքենայով և հասնել ավելի շուտ կամ կարող եք դանդաղ գնալ: Ձեզանից է կախված:

**Հ.** Ես միայն մեկ հարց էի ուզում տալ. հրեշտակները ի՞նչ մակարդակի են:

**Ու.** Ի՞նչ մակարդակի են հրեշտակները: Օ՛հ: Նայած որ տեսակի հրեշտակները:

**Հ.** Պահապան հրեշտակները:

**Ու.** Նրանք կարող են լինել մինչև երկրորդ մակարդակ: Հրեշտակները ավելի ցածր են մարդկացից, նրանց հեղինակությունը ավելի փոքր է: Նրանք ստեղծված են մարդկանց ծառայելու նպատակով:

**Հ.** Եվ նրանք երբեք չեն՞ կարող դրանից բարձր գնալ:

**Ու.** Ոչ: Բացառությամբ, երբ նրանք մարդ դառնալու հնարավորություն ունեն, քանի որ մարդու մեջ է, որ կա Աստծո առկայությունը: Մենք ունենք բոլոր հնարավորությունները

Աստծո հետ միաձուլվելու, իսկ նրանք ոչ: Դա շատ բարդ է: Մեկ այլ օր ես կխոսեմ այդ թեմայով:

Կան այնպիսի բաներ, որոնք ստեղծված են մեր հարմարության համար՝ տարբեր տիպի հրեշտակներ: Օրինակ՝ եթե դա ստեղծված է Աստծո կողմից, ապա ստեղծված է մեզ ծառայելու: Եվ նրանք չպետք է, կարիք չկա, որ նրանք գնան դրանից վեր: Երբեմն լինում է այնպես, որ ինչ-որ բան ստեղծվում է առանց զարգանալու հատուկ կարողության:

Օրինակ՝ ձեր տանը դուք ստեղծել եք ինչ-որ իր ձեր հարմարավետության համար: Անգամ մի ֆանտաստիկ իր: Օրինակ՝ կարող եք նստել այստեղ և միացնել տան, պարտեզի լույսը, կամ միացնել հեռուստացույցը, և այդ ամենը հնարավոր էլ քանի որ այդ իրը ստեղծված է ձեր հարմարության համար, բայց այն միայն ծառայում է ձեզ: Չնայած, որ որոշակի ոլորտում այդ սարքը ավելի բարձր ունակություններ ունի՝ այն հնավոր է դարձնում կառավարումը այստեղից, իսկ մենք՝ մարդկային ունակություններով, առանց այդ սարքի չենք կարող, սակայն դա դեռ չի նշանակում, որ այդ սարքը ձեզանից լավն է: Նա ստեղծված է միակ նպատակով՝ ծառայել ձեզ: Անգամ եթե դա ավելի կարող է ձեզանից որոշ իմաստներով, բայց դա ձեր

կարողությունը չունի: Համաձայն ե՞ք: Համակարգիչը երբեք մարդ չի կարող լինել:

**Հ.** Ուսուցիչ Չինգ Հայ, ես ուզում եմ հասկանալ՝ քանի որ մենք մարմնի մեջ ենք հիմա, հնարավո՞ր է որ մենք ընկել ենք, առաջացել ենք էակներից, որոնք ազատված էին մարմնից մինչ այստեղ գալը: Արդյո՞ք մենք միշտ էինք այս վիճակում, կամ ավելի լավ վիճակներում ենք եղել, թե՞ այսպես ենք եղել: Ո՞րն է լավ դիրքորոշումը մեր առաջխաղացման համար:

**Ու.** Հարցերը լուծել մարմնի հետ և առաջ գնալ: Այո, մենք կարող ենք եթե իմանանք ինչպես: Կան բազմաթիվ ձևեր մարմինը թողնելու և գնալու այս աշխարհից վեր: Որոշ մեթոդները շատ հեռու չեն տանում, մյուսները տանում են բավականին հեռու, իսկ կան մեթոդներ որոնք տանում են ընթեռուփ մինչև վերջ: Սակայն համաձայն այն հետազոտությունների, այն համեմատությունների, որոնք ես կատարել եմ դեռ իմ երիտասարդ տարիներին՝ չնայած այսօր էլ երիտասարդ եմ, բայց ավելի երիտասաղ էի, մեր մեթոդը ամենա արդյունավետն է, այո: Տանում է ամենա հեռուն, ընթեռուփ մինչև վերջ:

Գոյություն ունեն բազմաթիվ այլ մեթոդներ, եթե դուք կընտրեք փորձարկել՝ փորձարկեք այն: Բազմաթիվ մեթոդներ են առաջարկվում շուկայում՝ մի մասը տանում է դեպի աստրալ մակարդակ, մյուսները՝ դեպի Երրորդ, կամ Չորրորդ, սակայն ոչ բոլորն են տանում են դեպի Հինգերորդը: Այսպիսով մեր մեթոդը տանում է ձեզ դեպի Հինգերորդ մակարդակ մինչ ձեզ ազատ բաց թողնելը: կարողեք միայնակ ճանապարհել: Եվ դրանից՝ Հինգերորդ մակարդակից վեր, մենք կարող ենք տեսնել Աստծո տարբեր ասպեկտները, սակայն դա միշտ չէ, որ հաճելի է:

Մենք միշտ պատկերացնում ենք՝ որքան բարձր այդքան լավ, սակայն դա միշտ չէ, որ ճիշտ է: Օրինակ՝ երբեմն մենք կարող ենք մտնել մի դոյակ և հրավիրված լինենք ուսուցչի հյուրասենյակը: Մենք նստել ենք այնտեղ և մեզ մատուցում են զովեցուցիչ խմիչքներ և հիասքանչ ճաշատեսակներ՝ ամեն ինչ: Եվ հանկարց մենք որոշում ենք, որ ավելի հեռու պետք է գնանք և տեսնեք տան այլ մասերը: Մուտք ենք գործում ախպանոցը և այլ նմանատիպ տեղեր, որոնք այդքան ել կարևոր չեն: Եվ հետո մտնում ենք էլեկտրարտադրության խուցը, էլեկտրաէներգիայի բարձր ճնշման տակ, որը գտնվում է տնից դուրս և էլեկտրոշնկից մահանում: Այսպիսով պարտադիր չէ գնալ ավելի խորը,



միշտ չէ որ խորհուրդ է տրվում, բայց մենք կարող ենք գնալ, եթե արկածներ ենք փնտրում:

**Հ.** Ես ունեմ երկու հարց: Առաջինը՝ ո՞ր աշխարհից են գալիս անցյալ կյանքի հիշողությունները, եթե մեկը ունի անցյալ կյանքի հիշողություններ: Եվ երկրորդը՝ ի՞նչ կապ ունեն անցյալ կյանքերը ներկայիս կարմայի և մեր ներկա ըմբռնման հետ: Արդյո՞ք նրանք մեր բեռի մի մաս են հանդիսանում:

**Ու.** Այո: Այո: Նրանք շատ կապված են: Առաջին հարցին՝ թե որտեղից է գալիս անցյալ կարման: Դուք կարող եք կարդալ անցյալ կայնքի գրանցումները՝ համոզված եղեք: Եվ անցյալ կյանքի գրանցումները՝ ինչպես ես արդեն ասել էի, գալիս են “ակաշիկ” գրանցումներից: Այո՛: Եվ դա գրադարանի նման է, որն առկա է Երկրորդ աշխարհում, որտեղ մուտք կարող են գործել այդ մակարդակին հասած մարդիկ: Ոչ բոլորը կարող են մտնել ՄԱԿ –ի գրադարան և գրադարանից օգտվելու հնարավորություն ունենալ: Սակայն ես կարող եմ այսօր, քանի որ հրավիրված եմ այստեղ դասախոսություն կարդալու: Ճի՞շտ է: Ոչ բոլորը կարող են այդ անել, բայց դուք կարող եք, քանի որ այստեղ եք աշխատում: Նմանապես՝ եթե մենք հնարավորություն ունենանք մուտք գործելու Երկրորդ աշխարհ, մենք կկարողանանք կարդալ մեր անցյալը:

Միննույն ժամանակ եթե մենք հնարավորություն ունենանք այցելելու Առաջին Աշխարհը, մենք որոշ պատկերացումներ կատանանք այս կամ այն անձի անցյալի մասին: Բայց դա այդքան էլ բարձր և լիարժեք գրանցումներ չեն:

Եվ, ի՞նչ կապ ունեն անցյալ կյանքի փորձառությունները ներկա կարմայի հետ: Մենք կարող ենք ասել, որ դա այն փորձառություններն են, որոնք մենք սովորել ենք ներկա իս կյանքը հաղթահարելու համար: Այն ամենը, ինչ ըմբռնվել է անցյալ կյանքում, գործառության մեջ կդրվի ներկա կյանքում: Եվ, համապատասխանաբար, եթե անցյալում ունեցել եք բացասական փորձ դա կրերի վախի, երբ կտեսնեք նման սիմվոլներ՝ սիմվոլներ, որոնք վախ են առաջացրել անցյալ կյանքում: Օրինակ՝ վերջին կյանքում դուք աստիճաններից իջնելիս ընկել եք, վնասել ձեզ և մթության մեջ ոչ ոք օգնության ձեռք չի մեկնել: Հիմա՝ աստիճաններով իջնելիս դուք կզգաք անհանգստություն, նամանավանդ եթե դրանք լինեն բավականին բարձր և մութ աստիճաններ, դուք կզգաք, որ ինչ-որ բան պահում է ձեզ և դուք պայքարի մեջ եք՝ գնալ, թե չգնալ: Կամ անցյալ կյանքում եղել եք գիտնական՝ խորը ուսումնասիրել եք գիտության որոշակի ոլորտ: Այս կյանքում դուք նորից հետաքրքրված կլինեք այդ ոլորտով: Դուք նորից կապ կունենաք որոշակի գիտական

ուղղության հետ, անգամ եթե գիտնական էլ չլինեք այսօր: Տարբեր այդպիսի երևույթներ կան:

Դա է պատճառը, որ Մոցարտը չորս տարեկան հասակում հանճարեղ էր: Նա գնաց ուղիղ դեպի դաշնամուրը և դարձավ հանրաճանաչ անգամ մինչ օրս: Նա դարձավ հանճարեղ, քանի որ նա փորձ ուներ բազմաթիվ կյանքերի ընթացքում, և նա հասել էր բարձր վարպետության մինչ մահանալը: Մինչ փառքի գազաթնակետին հասնելը նա մահացավ, սակայն նա բավարարվածություն չէր զգում թողնելով իր մասնագիտությունը, քանի որ սիրում էր երաժշտությունը: Այսպիսով նա վերադարձավ և ամբողջ նախորդ տաղանդը բերեց իր հետևից, քանի որ մահանալուց առաջ շարունակելու ցանկությունը մեծ էր:

Եվ բազմաթիվ մարդիկ սովորել են Աստրալ կամ Երկրորդ Մակարդակի աշխարհից մինչ այս աշխարհում վերածնվելը: Դա է նրանց տաղանդավոր լինելու նախադրյալները՝ գիտության, երաժշտության, գրականության կամ այլ ոլորտներում, որոնք հասարակ մարդկանց համար անհասկանալի են: Տեսնո՞ւմ եք՝ կան հայտնագործություններ, որոնք այլ մարդիկ չեն կարող հասկանալ, նրանք չեն էլ կարող երազել հայտնագործելու մասին: Դա բխում է այն փաստից, որ նրանք տեսել են այդ, նրանք սովորել են:

Դա է պատճառը, որ կա երկու տիպի ուսուցում՝ այս աշխարհում և այս աշխարհից դուրս: Նրանք, ովքեր բացարձակ օժտված են, հանճարներ են՝ նրանք փորձագետներ են այլ աշխարհներից, օրինակ՝ Աստրալ աշխարհից, Երկրորդ աշխարհից, կամ Երրորդ Աշխարհից եթե նրանք ընտրեն վերադառնալ այստեղ: Նրանք բացառիկ են: Նրանք հանճարներ են:

Հ. Մասնավորապես ի՞նչ է ձեր հաղորդակցումը ընդգրկում և արդեն հաղորդակցում ստացած մարդու ամենօրյա գործողությունները ի՞նչպիսին պետք է լինեն:

Ու. Առաջինը՝ այս ամենը անվճառ է տրվում և ոչ մի կապվածություն չի պարտադրում՝ միայն եթե դունք ինքներդ ցանկանում եք շարունակել պրակտիկան, ապա կապ պետք է հաստատեք ինքներդ ձեզ հետ: Պայմանները չեն պահանջում նախնական փորձ: Պարտադիր չէ նաև նախապես գիտելիք ունենալ ինչ-որ յոգայի կամ մեդիտացիայի մասին: Սակայն դրանից հետո, ամբողջ կյանքի ընթացքում, դուք պետք է պահպանեք բուսակերությունը՝ առանց ձվի: Այն ամենը ինչ սպանություն չի ընդգրկում:

Ձու, քանի որ այն կիսով չափ սպանություն է ներառում, անգամ եթե բեղմնավորված չէ: Եվ հետո ձուն ունի

ունակություն գրավելու բացասական ուժը: Դա է պատճառը, որ բազմաթիվ սև և սպիտակ մագիայի ներկայացուցիչները, կամ վուդունները՝ այսպես կոչված վուդունները, օգտագործում են ձուն անիծված մարդուց անեցքը դուրս մղելու: Գիտե՞ք դա, թե ո՞չ: /Ինչ որ մեկը պատասխանեց՝ այո:/ Դուք գիտե՞ք: Օ՛հ, դա հրաշալի է, վերջին հաշվով ես ունեմ անհապաղ հաստատում, եթե ոչ անհապաղ լուսավորում: /Օհժաղ/:

Հաղորդակցման ժամանակ, դուք կզգաք Աստծո Լույսն ու Ձայնը: Հոգու երաժշտությունը կբարձրացնի ձեզ դեպի գիտակցության բարձր մակարդակներ: Դուք կհասկանաք Սամադիի համը՝ խորը խաղաղությունը և հրճվանքը: Եվ դրանից հետո դուք կշարունակեք պրակտիկան տանը, եթե իհարկե լուրջ եք մոտենում: Եթե ոչ, ապա չեմ կարող ձեզ ստիպել, ես չեմ կարող այլևս անհանգստացնել ձեզ: Եթե շարունակեք և օգնություն խնդրեք, ապա ես կօգնեմ: Եթե ոչ՝ ապա դա է ձեր ընտրությունը: Եվ երկուս ու կես ժամ ամենօրյա մեդիտացիա: Քնելուց առաջ, զարդնեք վաղ առավոտյան՝ երկու ժամ մեդիտացիայի համար տրամադրեք, և, մի գուցե, կես ժամ էլ ընդմիջման ժամին: Երբ ես այստեղ չեմ, դուք մեկ ժամ ունեք ընդմիջելու: Թաքնվեք մի տեղ և մեդիտացիա արեք: Դա արդեն մեկ ժամ է: Եվ երեկոյան դուք կարող եք տրամադրել մեկ ժամ կամ կես ժամ: առավոտյան մեկ ժամ շուտ արթնացեք:

Կազմակերպեք ձեր օրը՝ ավելի քիչ հեռուստացույց, ավելի քիչ Բամբասանք, ավելի քիչ հեռախոս, թերթ և դուք ձեռք կբերեք բավականին ժամանակ: Այո, մենք ունենք բավականին ժամանակ, սակայն մենք վատնում ենք այն: Այնպես, ինչպես կօգտագործեինք մեքենան բակում պարապվազքի համար, փոխանակը Լոնգ Այլենդում վարելու: Բավարարվա՞ծ եք այսքանով /Հարց տվողը՝ այո/: Ոչ մի պայմաններ ձեզ չեն պարտադրվում, միայն այն, որ դուք ձեր ողջ կյանքի ընթացքում զբաղվելու եք այդ պրակտիկայով: Եվ ամեն օրը ձեզ կտա նոր փորձ և զարգացում, և տարբեր հրաշքներ ձեր կյանքում: Ոչ թե դուք կերազեք դրա մասին՝ դա կստացվի ինքնաբերաբար: Եվ դուք կհասկանաք թե ի՞նչ է նշանակում դրախտ երկրի վրա: Դա է պահում բազմաթիվ, հարյուրավոր հազար հետևորդներին, տարիներ անց պահում է նրանց իմ կողքին, քանի որ նրանք ավելի և ավելի լավ ձերքբերումներ ունեն, քանի որ նրանք լուրջ են վերաբերվում և ամեն օր զբաղվում են:

**Հ.** Բացատրեք խնդրում եմ գիտակցականի բնությունը:

**Ու.** Գիտակցականի բնություն՞նը, լավ: Դա դժվար է բացատրել, սակայն դուք կարող եք օգտագործել ձեր մտավոր ունակությունները: Դա մի տեսակ խորիմացություն

է, իմաստությունն է, երբ դու ավելի լավ գիտես ինչ-որ երևույթի վերաբերյալ, քան գիտեիր մինչ այդ: Դուք մի գիտելիք եք ձեռք բերում, որն վեր է այս աշխարհից, գիտեք այն ինչ չգիտեիք մինչ այդ, դուք խորը հասկանում եք այն, ինչ չեք հասկանում կամ մինչ այդ չեիք հասկանում: Դա է գիտակցությունը:

Եվ երբ դուք կբացեք գիտակցությունը կամ այսպես կոչված իմաստությունը, կհասկանաք, թե իրականում դուք ով եք, և ինչու եք այստեղ, և ինչ կա այս աշխարհից այն կողմ, և ով է կանգնած վերում կամ բաժանված մեր աշխարհիկ քաղաքացիներից: Այսպիսով, գիտակցության մակարդակը, դա տարբեր ըմբռնման մակարդակներ են, ինչպես քոլեջում աստիճան ստանալը: Ինչքան ավել սովորես, այդքան ավել կիմանաս մինչ աստիճան ստանալը:

Դժվար է բացատրել այն ինչ արստրակտ բնույթ ունի, սակայն ես փորձեցի: Դա որոշակի զգոնություն է: Դժվար է բացատրել զգոնությունը: Երբ դուք բարձրանում եք գիտակցության տարբեր մակարդաներ, բարձր մակարդակներ, ձեր զգոնությունը տարբեր է: Դուք գիտեք ամեն ինչ մեկ այլ կերպ, դուք զգում եք մեկ այլ կերպ: Դուք զգում եք բացարձակ խաղաղություն, ներդաշնակություն, երկնայնություն: Դուք տազնապ չեք ունենում, և ամեն ինչ

ամենօրյա կյանքում պարզ է դառնում ձեզ համար: Դուք գիտեք ինչպես կառավարել, ինչպես լուծել առաջացած խնդիրները: Դա օգտակար է դառնում անգամ ֆիզիկական մակարդակի վրա: Դա ձեր ներքում է, ձեր զգացողության մակարդակում, իսկ դա միայն դուք գիտեք: Դժվար է բացատրել այդ ամենը: Ինչպես ամուսնացած լինուլով միայն դուք գիտեք թե ինչպե՞ս եք սիրում: Ոչ ոք չի կարող ձեր փոխարեն զգալ:

**Հ.** Բազմաժանտակ Ոստիգիչ, շնորհակալություն այն ներընթացումի համար, որոնք դուք մատուցեցիք: Ես կցանկանայի, որ դուք իմ գիտակցության մեջ առկա որոշակի հարցերի պատասխանն էլ տաք, եթե դա հնարավոր է: Ինչպե՞ս է, որ այսօր շատ ուսուցիչներ կան, որոնք հնարավորություն են մեզ տալիս բավականին արագ սովորելու, երբ նախկինում այսպիսի հնարավորություններ ունենալը շատ դժվար էր: Կարո՞ղ եք այդ ուղղությամբ խոսել:

**Ու.** Այո, իհարկե: Քանի որ մեր օրերում կոմունիկացիոն հնարավորությունները շատ մեծ են: Մենք ավելի շատ տեղեկատվություն ունենք Ուսուցիչների մասին, և ոչ թե անցյալ Ուսուցիչների, որոնք արդեն չեն ապրում, կամ որոնց հետ կապ ստեղծելը անհնար է: Իհարկե դա ճիշտ է, որ որոշ Ուսուցիչներ այդքան մատչելի չեն, սակայն դա նրանց



ընտրությունն է, նրանց մատուցելու ցանկությունն է, նրանց կապվածությունն է մարդկանց մեծ բազմությունների հետ: Եվ բոլոր դարերում առկա էին մեկ, երկու, երեք, չորս, հինգ Ոսուցիիչներ: Դա կախված է նրանից, թե այդ ժամանակաշրջանում ինչ խնդիրներ պետք է լուծվեն: Սակայն մենք այսօր Զանգվաային Մամուլի՝ հեռուստատեսության, ռադիոյի, միլլիոնավոր գրքերի հրատարակության շնորհիվ ավելի շատ ենք տեղյակ տարբեր մակարդակների ուսուցիչների մասին:

Նախկինում գիրք գրելու համար հարկավոր էր մի ամբողջ ծառ կտրել, և շերտավորել շատ պրիմիտիվ գործիքներով, որոնք ժամանակի ընթացքում օգտագործման պիտանի չէին դառնում, և պետք էր հարթեցնել քարով այդ փայտը, և հետո փորագրել ամեն մի բառ՝ մեկը մյուսի հետևից: Եվ եթե դուք ցանկանայիք տեղափոխել ավետարանը, ապա ձեզ պետք կգար մի ամբողջ բեռնատար մեքենա, իհարկե եթե լիներ մեքենա այդ ժամանակաշրջանում: Դա է պատճառը, որ մենք այսօր բազմաթիվ ուսուցիչների անուններ գիտենք:

Այո: Այժմ երջանիկ ժամանակաշրջան է՝ դուք կարող եք առևտուր անել և ընտրել ինչ կցանկանաք: Այդ պայմաններում ոչ ոք չի կարող ձեզ խաբել ասելով. “Ես ամենա լավն եմ”: Այո, դուք կարող եք համեմատել և

օգտագործել ձեր իմաստությունը, խոհեմությունը դատելու համար. “Օ~, այս մեկը ավելի լավն է”, կամ “Ինձ նա ավելի շատ դուր եկավ”, “Երեսը սարսափելի է”, “Օհ, այս մեկը տգեղ է”: /Օիժաղ/:

**Հ.** Քանի որ դուք խոսեցիք առևտրի մասին, ապա հնարավոր է, որ Ձեզանից հաղորդակցում ստանա մեկը, որը արդեն հաղորդակցում է ստացել այլ Ուսուցչի մոտ:

**Ու.** Ես կօգնեմ, եթե այդ անձը իսկապես հավատում է, որ ես կարող եմ տանել ավելի բարձր մակարդակներ և ավելի արագ: Այլապես ավելի լավ է մնալ նախկին Ուսուցչի հետ, եթե կապված եք և շատ եք հավատում: Եթե դուք հավատում եք, որ ձեր ուսուցիչը ամենալավն է՝ ապա մի փոխեք նրան: Իսկ եթե դուք ունեք կասկածներ և դեռ չեք ստացել լույսը և ձայնը ապա պետք է փորձեք: Այո, քանի որ Լույսն ու Ձայնը չափման ստանդարտներն են շիրական ուսուցչին գնահատելու համար: Եթե ինչ-որ մեկը չի կարող ձեզ փոխանցել Լույսը և Ձայնը, ապա նա իրական ուսուցիչ չէ՝ կներեք այս ասելու համար: Երկնքի ճանապարհը անցնում է Լույսի և Ձայնի միջով:

Ճիշտ այնպես ինչպես, եթե դուք պատրաստվում եք ջրասուզվել, ապա պետք է ունենաք թթվածնի դիմակ և այլ

հարմարանքներ: Տարբեր գործիքներ գոյություն ունեն տարբեր նպատակների համար: Դա է պատճառը, որ սուրբերին տեսնում եք լուսապսակով: Դա Լույսն է: Երբ դուք օգտագործում եք այս մեթոդը՝ դուք նույն Լույսն եք ճառագայթում, որը Հիսուսի նկարների վրա եք տեսնում, մարդիկ էլ կարող են տեսնել այդ: Եթե նրանք էքստրասենս են, նրանք կարող են տեսնել ձեր Լույսը: Այդ երևույթի հիման վրա են Հիսուսին պատկերել լուսապսակով, Բուդդային՝ շրջապատված լույսով: Եթե դուք բաց եք ապա կարող եք տեսնել Լույսը պրակտիկայով զբաղվող բարձր մակարդակի մարդկանց մոտ: /Ուսուցիչը ցույց տվեց իմաստության աչքը:/ Շատ մարդիկ կարող են տեսնել այդ: Ձեզանից որևէ մեկը կարող է տեսնել թե ո՞վ է նստած այստեղ: Դո՞ւք: Ի՞նչ եք դուք տեսնում:

**Հ.** Ես կարո՞ղ եմ տեսնել աուրաները, աուրաները:

**Ու.** Այո, սակայն աուրաները տարբերվում են Լույսից: Աուրաները տարբեր գույների են՝ երբեմն սև, շականակագույն, սրճագույն, լինում են դեղին կամ կարմիր: Կախված է մարդու խառնվածքից այդ ժամանակաշրջանում: Սակայն եթե դուք տեսնում եք անձին, որն ունի շատ գորեղ հոգևոր աուրա՝ դուք գիտեք, դա տարբեր է: Ճի՞շտ է:

**Հ.** Ես իրականում հարց չունեմ: Ես միայն օգտագործել էի ռադջա յոգա որոշ ծամանակ: Եվ ես կարծում էի ես էլ եմ տեսնում աուրան: Ես ի նկատի ունեմ այդ ժամանակ ես չունեի այդքան գիտելիք, իմացություն:

**Ու.** Եվ դուք չե՞ք տեսնում այժմ: Դուք միայն տեսնում եք հազվադեպ:

**Հ.** Ոչ, ես մեղիտացիա այժմ չեմ անում:

**Ու.** Դա է պատճառը, որ կորցրել եք ձեր ուժը: Պետք է նորից մեղիտացիա անեք: Եթե դուք դեռ հավատում եք այդ ուղուն, դուք պետք է մեղիտացիա անեք: Դա կօգնի ձեզ՝ որոշակիորեն, դա չի վնասի: Լա՞վ:

**Հ.** Ես տեսա Ձեր թռուցիկում, որ գոյություն ունեն հինգ պատվիրաններ: Եթե մարդը հաղորդություն է ընդունել, ապա նա պե՞տք է հետևի այդ պատվիրաններին:

**Ու.** Այո, այո: Գոյություն ունեն Տիեզերական օրենքներ:

**Հ.** Ես չեմ հասկանում “անկանոն սեռական փոխհարաբերությունները”:

**Ու.** Դա նշանակում է՝ եթե դուք ունեք ամուսին մի պահեք երկրորդին: /Ծիծաղ/ Շատ հասարակ է: Պահպանիր կյանքիդ

ընթացքը շատ հասարակ՝ առանց բարդությունների և զգացմունքային ավելորդությունների: Այո,՝ դա առաջացնում է շատ ցավոտ զգացմունքներ ուրիշների համար: Մենք անգամ զգացմունքային վնաս չպետք է պատճառենք ուրիշ մարդկանց: Դա է նշանակում: Մենք փորձում ենք խուսափել կոնֆլիկտներից, փորձում ենք խուսափել զգացմունքային, ֆիզիկական, մտավոր տառապանքներից՝ դա բոլորի համար է և հատկապես մեր սիրած էակների:

Եթե դուք արդեն ունեք մեկին, ապա փորձեք չասել զուգընկերոջը: Երբ դուք հայտնում եք, դա ավելի շատ ցավ է պատճառում: Փորձեք լուծել այդ հանգիստ, և մի խոստովանեք իրեն: Դա արտուրդ է: Դուք արդեն սխալվել եք՝ ինչի՞՞ համար բերել այդ աղբը տուն, որպեսզի ուրիշները հաճու՞յք ստանան դրանից: Եթե ձեր զուգընկերը չգիտի դրա մասին, նա այդքան վատ չի զգում: Իմանալու փաստը ցավ է պատճառում: Այսպիսով մենք փորձում ենք լուծել այն, և այլևս չկրկնել: Ավելի լավ է չասել զուգընկերոջը՝ դա մեծ ցավ կպատճառի նրան, ցավ կպատճառի զուգընկերոջը:

**Հ.** Ես նկատել եմ, որ բազմաթիվ հոգևոր ուսուցիչներ բարձր հումորի զգացում ունեն: Ո՞րն է կապը հումորի զգացումի և հոգևոր պրակտիկայի:

Ու. Ես կարծում եմ, որ նրանք միայն երջանկություն են զգում, հանգստություն և ավելի պարզ են ամեն ինչում: Նրանք կարող են ծիծաղել իրենց և ուրիշների վրա, ծիծաղել կյանքի տարօրինակությունների վրա, երբ այլ մարդիկ լարված են և շատ լուրջ ընդունում ամեն ինչ:

Հոգևոր պրակտիկայից հետո մենք ավելի ազատ ենք դառնում, մենք չենք կենտրոնանում այն ամեն ինչի վրա կատարվում է մեր շուրջը: Եթե մենք վաղը մահանալու լինենք՝ մենք կմահանանք. եթե ապրելու ենք, ապա՝ կապրենք: Եթե մենք կորցնելու ենք ամեն ինչ՝ ապա կկորցնենք ամեն ինչ, եթե մենք ունենալու ենք ամեն ինչ՝ ապա կունենանք ամեն ինչ: Հաղորդակցումից հետո մենք բավականին իմաստություն և հնարավորություն ենք ստանում հոգ տանելու մեր մասին ամեն իրավիճակներում: Մեզ ոչինչ չի վախեցնում: Մենք կորցնում ենք մեր վախերը, մենք կորցնում ենք մեր տագնապալիությունը: Դա է պատճառը որ հանգիստ ենք: Մենք կախվածություն չենք զգում այս աշխարհից: Ինչին էլ հասնենք, կամ ինչ էլ կորցնենք արդեն այդքան մեծ նշանակություն չունի: Եթե մենք շատ բան շահենք ապա այդ միայն մեզ շրջապատող մարդկանց համար է և մենք կառաջարկենք այն, դա մեր սիրած էակների համար է: Հակառակ դեպքում մենք այդքան կարևորություն չենք տա մեզ և մեր կյանքին անցնելով

այդքան փորձությունների ու տառապանքների միջով այն պահպանելու համար: Եթե մենք պահպանենք այն՝ դա շատ լավ է: Դա չի նշանակում, որ մենք ամբողջ օրը պետք է պառկենք բազմոցին և հետո վեր կենանք մեղիտացիա անենք: Սակայն մենք աշխատում ենք նաև:

Օրինակ՝ ես շարունակում եմ աշխատել: Ես նկարում եմ իմ նկարները, իմ ձեռքի գործերը նույնպես օգնում են ապրուստի համար դրամ վաստակել: Եվ ես ոչ ոքից չեմ պահանջում ներդրումներ: Եվ անգամ իմ վաստակը հերիքում է, որ ես ուրիշներին օգնեմ: Ես կարողանում եմ օգնել փախստականներին, արհավիրքների զոհերին և այլն: Ինչո՞ւ մենք պետք է աշխատենք: Բայց մենք ունենք բազմազան տաղանդներ և ունակություններ, և կյանքը հաղորդությունից հետո այնքան թեթև է մեզ համար, մենք գտնում ենք, որ անհանգստանալու կարիք չկա: Մենք ներքուստ բանականորեն հանգիստ ենք: Այդ տեղից է բխում հումորի զգացմունքը: Ես կարծում եմ այսպես է:

Ի՞նչ եք կարծում, ես հումորի զգացում ունե՞մ: / Առողիտորիան. Այ՛ն:/ Ծիծաղ և ծափահարություններ/: Ուրեմն հնարավոր է, որ ես Ուսուցիչ եմ, կամ այդպիսի մի բան: /Ծիծաղ:/ Հուսանք որ այդպես է, ձեր հաջողության

համար, հուսանք որ դուք երկու ժամ չեք կորցրել չլուսավորված մարդ լսելու համար:

Հ . Հարցը վերաբերում է նրան, որ մենք՝ որպես փնտրող հոգիներ, միշտ հարցեր ենք տալիս և միշտ գտնում ենք տեսություններ և պատմություններ՝ ինձ հետաքրքիր է ձեր տեսակետը այդ ամենի մասին: Առաջինը. Ովքե՞ր ենք մենք: Ո՞վ եմ ես: Եվ ինչպե՞ս ենք մենք հայտնվել այստեղ և ինչո՞ւ այստեղից Տուն պետք է գնալ: Ինչպե՞ս եմ ես թողել Տունը և ինչո՞ւ է կարևոր Տուն վերադառնալը: Դուք խոսեցիք Հինգերորդ Աշխարհի մասին, միևնույն ժամանակ նշելով, որ պարտադիր չէ գնալ դրանից վեր: Մակայն եթե կա աշխարհ դրանից վեր, ապա որն է այդ աշխարհի նշանակությունը: Ի՞նչ կապ ունի ինձ հետ, եթե պարտադիր չէ, որ ես գնամ դրանից վեր:

Ու. Սա արդեն հումորի է նմանվում: /Օիձաղ և ծափահարություններ/ Լավ: Վերադառնալով հարցին “Ո՞վ եմ ես” Դուք կարող եք գնալ և հարցնել Ջեն ուսուցչին, որը մոտավորապես Նյու Յորքի նահանգում է գտնվում: Դուք կարող եք դեղին էջերը թերթել և գտնել մեկին: /Օիձաղ/ Ես դրա մասնագետը չեմ: Եվ երկրորդը՝” Ինչո՞ւ եմ ես այստեղ”: Մի գուցե քանի որ դուք ցանկանում եք լինել այստեղ: Այլապես ո՞վ է կարող ստիպել մեզ, եթե մենք Աստծո



երեխաներն ենք: Այսպես կոչված Աստծո երեխաները իր նման են: Այդպես չ՞է: Արքայազնը նման է արքային, որոշ ասպեկտներում կամ ապագա արքայի: Եվ միայն ինչ-որ տեղ լինելու ցանկության դեպքում, նա կգնա այնտեղ: Ամեն դեպքում մենք ունենք ազատ կամք և մենք ենք որոշողները լինել երկնքում, թե այլ տեղ, որտեղ կարող ենք փորձ ձեռք բերել: Երևի թե դուք եք ընտրել այս տեղը ամենասկզբում՝ շատ տարիներ առաջ, ավելի արկածային, ավելի երկյուղալի փորձ ձեռք բերելու: Որոշ մարդիկ սիրում են սարսափի փորձ ունենալ:

Օրինակ՝ արքայազնը հնարավորություն ունի ապրելու պալատներում, սակայն նա կարող է և գնալ ջունգլիներ, քանի որ նա սիրում է բացահայտել բաներ բնության մեջ: Այդպես կարող է լինել: Կարող է մենք ձանձրացել ենք, ամեն ինչ պալատների շեմին պատրաստ վիճակով մատուցվելուց և անելին ենք ցանկանում: Ինչպես թագավորական ընտանիքի անդամները ցանկություն են հայտնում ճաշատեսակ պատրաստել իրենց համար առանց ծառաների օգնության և ներկայության: Նրանք իրենց կեխտոտում են կետչուպով և ձեթով, սակայն հաճույք են ստանում: Թագավորական գործ չէ այդ ամենը, բայց նրանք սիրում են դա:

Օրինակ՝ կան մարդիկ, որոնք ինձ համար վարում են ավտոմեքենա: Որտեղ էլ ես գնամ, կան վարորդներ, որոնք ցանկություն են հայտնում ինձ ուղեկցել: Սակայն մեկ մեկ ես ցանկանում եմ ինքնուրույն վարել իմ փոքրիկ երեանիվը թրայսիքլ՝ առանց գազի, ելեկտրական հոսանքով՝ տասը կիլոմետր է ժամը գնում: Ես սիրում եմ այդպես զբոսնել: Քանի որ ամեն տեղ գնալուց մարդիկ ինձ վրա ուշադրություն են դարձնում, իսկ ես ցանկանում եմ մի այնպիսի տեղում հայտնվել, որտեղ ոչ ոք ինձ չի ճանաչում: Ես շատ ամաչկոտ եմ, բացառությամբ երբ դասախոսում եմ, քանի որ այդ մի տեսակ առօրյա է դարձել սկսած այն ժամանակից երբ մարդիկ ինձ հայտնագործեցին և հանրահայտ դարձրեցին մինչ այժմ: Ես չեմ կարող փախչել շատ հաճախ, սակայն երբեմն դա ինձ հաջողվում է մի երկու-երեք ամսով: Ինչպես ձանձրացած կինը փախչում է իր ամուսնուց: Եվ այսպիսով դա իմ ընտրությունն է:

Հնարավոր է, որ դուք էլ եք ընտրել լինել այստեղ որոշ ժամանակով: Եվ հնարավոր է ժամանակն է Տուն վերադառնալու, քանի որ դուք զգում եք, որ այլևս սովորելու ոչինչ չկա և դուք հոգնել եք ճանապարհորդելուց: Ուզում եք հանգստանալ: Գնացեք Տուն և հանգստացեք, իսկ հետո կտեսնեք՝ ուզո՞ւմ եք մի արկածային ճանապարհորդություն, թե ոչ: Մա է այն ինչ ես կարող եմ ասել այժմ:

Թե ինչո՞ւ դուք պետք է Տուն գնաք: Եվ ինչո՞ւ հինգերորդ և ոչ թե վեցերորդ մակարդակ: Դա ձեզանից է կախված: Հինգերորդից հետո դուք կարող եք գնալ ամեն տեղ, որտեղ կցանկանաք: Գոյություն ունեն բազմաթիվ ավելի բարձր մակարդակներ: Սակայն դա ավելի հարմարավետ է, ավելի չեզոք վայր է մնալու համար: Չափազանց զորեղ էներգետիկներ են ավելի բարձր մակարդակներում, այսպես ասենք: Դուք կարող եք գնալ որոշ ժամանակով, սակայն դուք չեք ցանկանա այնտեղ հանգստանալ:

Օրինակ՝ ձեր տունը հիասքանչ է, սակայն տան որոշ մասերը տրամադրված են պետքարանների համար և դուք չեք ցանկանա հավետյան հանգստանալ այնտեղ, անգամ եթե այդ սենյակները ձեր տնից բարձր են: Թվում է թե այն սարի բարձրունքին պետք է որ լինի ավելի հիասքանչ, սակայն դա հանգստանալու վայր չէ: Կամ ձեր տունը մատակարարող էլեկտրակետում՝ այնտեղ շոգ է և գեներատորի ձայնն է զալիս, և դուք չեք ցանկանա այնտեղ լինել չնայած որ այդ կետը չափազանց օգտակար է ձեր տան համար: Դա է իմաստը:

Գոյություն ունեն Աստծո զանազան արտահայտումներ՝ մենք չենք էլ կարող պատկերանցնել նրանք: Մենք միշտ կարծում ենք որքան բարձր գնանք այդքան ավելի շատ է սերը: Գոյություն ունի ազրեսիվ սեր, ուժեղ սեր, միջին սեր,

չեզոք սեր: Դա կախված է նրանից թե որ սիրուն կարող ենք դիմանալ: Աստված կտա մեզ տարբեր աստիճանների սեր: Այդպես չէ՞: Տարբեր մակարդակներ առաջարկում են սիրո տարբեր աստիճաններ: Երբեմն նա այնքան ուժեղ է, որ մենք զգում ենք որ ընկել ենք խիստ կապերի մեջ:

**Հ.** Ես այնքան ավիրումներ եմ տեսնում շուրջս՝ էկոլոգիայի իմաստով: Դաժանություն կենդանիների նկատմամբ: Ես միայն մտածում եմ, թե ինչպե՞ս եք դուք ընդունում դա, և ինչ կարող եք խորհուրդ տալ այն մարդկանց, որոնք ուզում են ազատվել այս ամենից հոգևոր իմաստով՝ ինչ խորհուրդ կտաք նրանց, որպեսզի նրանք հաղթահարեն շրջապատող իրականությունը և ինչպե՞ս հաղթահարեն այն բոլոր դաժանությունները, որոնք իրագործվում են իրենց շրջապատում: Եվ ի՞նչ եք Դուք մտածում այս աշխարհից վեր գնալը բավական է, որ մենք ճանաչենք թե ի՞նչ ենք թողնում ետևում, թե մենք գտնվում ենք այս օդանավում և ունենք մեր առօրյա պարտականությունները, տառապանքները վերապրելու: Եվ կնպաստի դա արդյո՞ք բարելավմանը:

**Ու.** Կնպաստի: Կնպաստի: Գոնե մեզ համար, մեր գիտակցության, որպեսզի մենք զգանք, որ ինչ-որ աշխատանք ենք անում, անում ենք այն ամենը, ինչ մեր ուժերում է, մեր հարազատների տառապանքը մեղմացնելու համար: Ես էլ եմ

նույնը անում: Այն ինչի մասին հարցնում եք՝ ես անում եմ: Արել եմ, անում եմ և կանեմ:

Ես արդեն ասել եմ, որ այն ինչ մենք վաստակում ենք բաժանվում է տարբեր կազմակերպություններով, կամ ուղարկվում է տարբեր երկրներ, որտեղ արհավիրքներ են լինում: Եվ ես չեի ցանկանա մանրամասն ներկայացնել այդ, բայց քանի որ դուք հարց եք տվել, ապա օրինակ՝ անցյալ տարի մենք օգնել ենք Ֆիլիպիններին: Մենք օգնել ենք Վիետնամի, Չինաստանի ժողովրդին վերականգնվելու ջրհեղեղից հետո: Մենք փորձում ենք օգնել Վիետնամի փախստականներին ՄԱԿ-ի միջոցով: Մենք փորձում ենք: Օգնում ենք նրանց նյութապես, մենք օգնում ենք վերաբնակվելուն, իհարկե ՄԱԿ-ի օրհնությամբ:

Այո, մենք կատարում ենք այդ ամենը ինչի մասին դուք խոսեցիք այն իսկ պատճառով, որ այստեղ լինելու ընթացքում հնարավորինս մաքրենք շրջապատը: Դրա համար ենք օգնում տառապյալներին, օգնում ենք նաև բարոյական ստանդարտների ապահովմանը: Այսինքն, ինչպես հոգեպես, այնպես էլ նյութապես: Այո: Քանի որ կան մարդիկ, որոնք ցանկություն չունեն ստանալ ինձանից հոգևորը: Ուզում են միայն նյութականը: Այսպիսով մենք օգնում ենք նրանց և հոգեպես, և նյութապես: Մենք դա ենք

անում: Այդ պատճառով ես պետք է դրամ վաստակեմ: Ես չեմ ուզում ապրել մարդկանց ներդրումներով:

Բոլոր իմ վանականները և աշակերտները նույնպես պետք է աշխատեն, այնպես ինչպես դուք եք աշխատում: Դրանից զատ մենք օգնում ենք հոգևորի զարգացմանը, օգնում ենք աշխարհի տառապյալների ցավը թեթևացնելուն: Մենք պետք է սա անենք: Ամբողջ օրը՝ մեզանից գոհ, կարիք չկա նստել “սամադիի”-ում: Դա շատ էգոիստական Բուդդա կլինի/լուսավորված անձ/: Մենք այդպիսի Բուդդայի կարիքը չունենք: /Օիծաղ/:

Հ. Դուք խոսեցիք մի մակարդակի մասին, որին հասնողները գիտակցում, են որ ունեն գործություն հենց այդ իրազեկվածությունից բխող: Դուք իրազեկված եք այդ ուժերի առկայության մասին, սակայն դուք չգիտե՞ք որ ինքներդ ունեք: Դուք անգամ կարող ենք զգալ, որ ունեք այն: Ինչպե՞ս կարող եք կապնվել կամ չկապնվել այդ ուժերի հետ: Եթե չեք կապնվում, ապա ինչպե՞ս եք համբերատար նայում թե ի՞նչ է տեղի ունենում: Օրինակ, տեսնում ենք գործընթացը շատ դանդաղ է, աշխարհիկ, երբ դուք գիտենք, որ կարող ենք աղոթել կամ մեկ այլ բան անել ամեն ինչին ավելի արագ և պարզ լուծում տալով: Ինչ է դա նշանակում և ինչպես մեկը կարող է կապնվել օրինությանը համոզված լինելով, որ այն

կիրականանա ճիշտ ուղով: Դուք հասկանո՞ւմ եք, թե ես ինչ ի նկատի ունեմ:

**Ու.** Ես հասկանում եմ: Հասկանում եմ: Դուք ի նկատի ունեք այն փաստը, որ եթե մենք ուժ ունենք, իսկ ամեն ինչ մեր շուրջը գնում է բյուրոկրատական կանոններով, շատ դանդաղ, ինչպե՞ս մենք կարող ենք համբերատարություն ձեռք բերել այդ ամենի հանդեպ: Ճի՞շտ է: Կամ հնարավոր է միայն ադոքթով, կամ հրաշագործությամբ, այսպես մեկ մատով սեխամել և արագացնել գործընթացը: Ճի՞շտ է: Ո՛չ, ես ունեմ համբերատարություն, և մենք պետք աշխատենք այս աշխարհի տեմպերով, որպեսզի ամեն ինչ քառսի չվերածենք: Այո:

Օրինակ՝ երեխան չի կարող վազել: Չնայաց այն բանի, որ դուք շտապում եք, դուք չեք ցանկանա, որ նա վազի և ընկնի: Այսպիսով, մենք պետք է համբերատար լինեք: Անգամ այն պայմաններում, երբ ուժ ունենք վազելու մենք քայլում ենք երեխայի հետ: Դա է պատճառը, որ ես էլ որոշ դեպքերում նյարդային և անհամբերատար եմ դառնում, սակայն ես պետք է սովորեմ լինել համբերատար: Դա է պատճառը, որ ես պետք է գլուխս խոնարհեմ այս կամ այն նախագահի առջև փախստականների համար, զուտ ֆինանսական օգնություն համար: Մենք կտանք այն ամենը ինչ ունենք, մի քանի

միլիոն դոլար, բիլիոններ անգամ: Մենք պետք է բյուրոկրատական համակարգով անցնենք: Կեսարին տուր այն, ինչ Կեսարին է պատկանում:

Ես բարձր չեմ պահի իմ գլուխը կամ մատնացույց անեմ ՄԱԿ-ին, կամ ստիբեպեն նրանց վազել: Ո՛չ, ո՛չ: Մեր գերբնական հրաշագործությունները օգտագործելով մենք կարող ենք բերել արհավիրքների: Ամենը պետք է գնա իր հունով: Բայց մենք կարող ենք բարձրացնել մարդկանց մակարդակը հոգևոր առողջացման միջոցով, հոգևոր իմաստության, ըմբռնման միջոցով: Մենք կարող ենք նրանց մատուցել գիտելիք, որպեսզի նրանք ցանկանան կատարել այդ և համագործակցեն: Դա է ամենալավ ճանապարհը, և ոչ թե հրաշագործություններ անելը: Ես երբեք նպատաուղղված չեմ օգտագործում իմ հրաշագործությունները: Սակայն հրաշքները իրականանում են հոգևոր պրակտիկա օգտագործողների շուրջը: Դա բնական է, սակայն ոչ նպատաուղղված: Չենք փորձում արագացնել երևույթները: Դա լավ չէ: Երեխան չի կարող վազել: Դուք բավարարվա՞ծ եք իմ պատասխանով:

Եթե իմ պատասխաններից որևէ մեկը չի համապատասխանում ձեր հարցին, ապա ասեք և ես կմանրամասնեմ: Սակայն հավատում եմ, որ դուք շատ խելացի



եք, քանի որ տարբեր ազգերի ընտրյալներ եք: Դա է պատճառը, որ ես շատ չեմ մանրամասնում:

Շատ լավ է, որ մենք ՄԱԿ ունենք: Ես պե՛տք է նշեմ դա: Այ՛ն, ա՛յո: Մենք նվազեցնում ենք աշխարհի կոնֆլիկտներից և պատերազմներից շատերը, չնայած լրիվ չենք կարողանում վերացնել: Սակայն ես կարդացել եմ ձեր՝ ՄԱԿ-ի գրքերը: Ամեն ոք Միացյալ Ազգ է: Ես ել եմ հետևում ՄԱԿ-ի գործերին: Եվ ես գնահատում եմ նրանց գործունեությունը և ունակությունը փրկարարություն կատարելու այնտեղ, որտեղ ուրիշ մարդիկ չեն կարող գործել: Լինում է, որ ամբողջ աշխարհի ուժերը չեն կարող օգնել, իսկ ՄԱԿ-ի մեկ կոմիսար կարող է այդ կատարել: Եվ բազմաթիվ այլ գործեր, որոնք վերաբերվում են արհավիրքներին, վերականգնման գործունեությանը և փախստականների հարցերին:

Ես լսել եմ, որ դուք հոգ եք տանում մոտ տասներկու միլիոն փախստականների մասին, այդպես չ՞է՝ դա մեծ պատասխանատվություն է: Դա մեծ աշխատանք է՝ պատերազմները և այլն: Այսպիսով, լա՛վ է, որ մենք ունենք Միացյալ Ազգեր, այո: Դա շա՛տ լավ է:

Հ. Շնորհակալություն Ուսուցիչ Չինգ Հայ, որ Ձեր իմաստությունը մեզ հետ կիսեցիք: Ես մի հարց ունեմ: Դա

ժողովրդների էսկալացիայի և դրան համակցող խնդիրների վերաբերյալ է՝ էկոլոգիայի, ախտոտման և սննդի պայքարի: Կարո՞ղ էիք պարզաբանել աշխարհի բնակչության էսկալացիայի հարցերը: Արդյո՞ք սա համաշխարային կարմա է: Կամ կարո՞ղ է այս ամենը հետագայում ստեղծել համաշխարհային կարմա:

**Ու.** Աշխարհը շատ մարդկանցով բնակեցնելը նույնպես շատ լավ է: Ինչո՞ւ չէ: Ավելի մեծ ամբոխ, ավելի շատ աղմուկ, ավելի շատ ուրախություն: Այդպես չէ՞: /Օիժադ/: Իրականում հարցը նրանում չէ, որ մենք գերբնակված ենք: Մենք հավասարաչափ չենք բաշխված: Մարդիկ հավաքված են աշխարհի մի մասում և չեն էլ ուզում տեղափոխվել մեկ այլ մաս: Դա է ամբողջ պրոբլեմը: Մենք այնքան վայրի հողատարածքներ ունենք, որոնք չեն էլ օգտագործվում: Բազմաթիվ կույս կղզիներ, դաշտավայրեր կանաչ անտառներով և այնտեղ ոչ ոք չկա: Մարդիկ՝ սիրում են հավաքվել Նյու Յորքում օրինակ, /ծիժադ/ քանի որ այստեղ ավելի ուրախ է: Եթե որևէ կառավարություն ստեղծի արտադրություն այնտեղ, տարբեր տեսակի աշխատանք առաջարկի՝ մարդիկ կգնան այնտեղ աշխատելու: Նրանք հավաքվում են այնտեղ, որտեղ ավելի շատ աշխատանք կա և ավելի ապահով է: Եթե անվտանգությունը, ապահովությունը և աշխատանքային հնարավորությունները

ներկայացված լինեն այլ տեղերում, մարդիկ կգնան այնտեղ: Նրանք կգնան անվտանգության և սեփական կյանքի համար: Դա շատ բնական է:

Այսպիսով, պետք չէ վախենալ գերբնակվածությունից: Պետք է լինենք ավելի կազմակերպված և ապահովել աշխարհի մարդկանց անվտանգությունունը ավելի շատ տան և աշխատանքի հնարավորություն տալ: Այդ պայմաններում ամենուր հավասարաչափ կլինի: Մենք երբեք գերբնակված չենք լինի:

Եվ, հարցը սննդամթերքի վերաբերյալ, դուք շատ ավելի լավ պետք է իմանաք, քանի որ Ամերիկայում մենք ունենք լայն տեղեկատվություն աշխարհի պահպանման վերաբերյալ: Բուսական սննդակարգը աշխարհի ռեսուրսների պահպանման իմաստով ամենա լավն է, կարելի է կերակրել ամբողջ Երկրագնդի բնակչությունը, այլապես մենք կորցնում ենք բազմաթիվ բուսական սննդամթերք, էներգիա, էլեկտրականություն, դեղամիջոցներ կենդանիների պահելու համար, այն ժամանակ, երբ կարող ենք ուղղակիորեն կերակրել մարդկանց: Եվ բազմաթիվ Երրորդ աշխարհի բնակիչներ վաճառում են սպիտակուց պարունակող բուսական մթերքը բավականին ցածր գնով: Սակայն դա օգնություն չէ աշխարհի մյուս մասերի

բնակիչների համար: Եթե մենք բաժանենք ամբողջ բուսական մթերքը աշխարհի բնակիչների մեջ, և բուսական սննդակարգը կօգնի դրան, մենք կկերակրենք ոչ միայն մեզ, ոչ միայն կենդանիներին, այլ ամբողջ աշխարհը:

Մի ամսագրում հետազոտության արդյունքներ էին տպագրված, որոնք փաստում էին, որ եթե բնակչությունը անցնի բուսակերության, աշխարհը այլևս քաղցած չի լինի: Մենք պետք է կազմակերպենք այդ: Ես գիտեմ մեկին, ով բրինձի սպիտակուցը դարձնում է սննդամթերք և անգամ կաթ: Մենք խոսել էինք դրա մասին: Նա ասում է, որ ծախսել է մոտ երեք հարյուր հազար դոլլար, և կարող է կերակրել վեց հարյուր հազար մարդ Ցեյլոնում՝ աղկատներին, չինամվածներին, մայրերին և այլ մարդկանց: Դա ֆանտաստիկ է: Հարցը նրանում է, որ այն սպառման ճանապարհը, որը կիրառվում է աշխարհի տարբեր երկրներում դա բնական ռեսուրսների անիմաստ վատնման ճանապարհ է, և ոչ թե Աստված մեզ բերել է այստեղ սովի մատնելու: Իրականում մենք ինքներս ենք սովի մատնվում:

Այսպիսով անհրաժեշտություն կա վերանայելու, վերակառուցելու, և այդ ամենի համար բազմաթիվ երկրների կառավարությունների օրհնության կարիքն ունենք: Նրանք պետք է օրհնեն բացարձակ անկեղծությամբ, մաքրությամբ և

արժանապատվությամբ, մարդկանց,՝ ոչ թե սեփական անձին, ծառաելու ցանկությամբ: Եթե մենք ունենանք այդ օրհնությունը աշխարհի բոլոր երկրների կառավարություններից, ապա մենք խնդիրներ չենք ունենա: Խնդիրներ չենք ունենա:

Մենք պետք է օժտված լինենք առաջնորդությամբ, տնտեսություն կառավարելու և օրենսդրություն ստեղծելու տաղանդով, և բարյացակամ կառավարություն ունենանք: Սակայն դա հնարավոր է ավելի արագ իրականացնել, եթե շատ մարդիկ՝ շատերը կամ բոլորը դառնան հոգևոր: Այդ պայմաններում նրանք կդառնան կազմակերպված: Նրանք կիմանան պատվիրանները: Այնուհետև կհասկանան թե ինչպե՞ս լինել բարյացակամ և մաքուր: Եվ նրանք կիմանան ինչպես օգտագործել սեփական իմաստությունը: Այնուհետև կսկսեն մտածել, թե ինչպես վերակառուցել կյանքը:

**Հ.** Ինձ թվում է, դա շատ դժվար հարց է, քանի որ՝ ինչպես ես եմ հասկանում, հիմնականում շրջապատի ախտոտումը գալիս է արագ աճող բնակչության կյանքի տարածքի պայքարից՝ բնակելի տների, այն ապրելակերպի, որը որդեգրել են 20րդ դարի մարդիկ :

Օրինակ՝ Բրազիլիայի ջունգլիները, բռնությունը, որը կատարվում է այնտեղ տարածքի հանդեպ: Անտառների վերացումը՝ կույս անտառների: Հողատարածք, որն ջրհեղեղի պատճառով ճահճացել է: Սա հնարավոր չէ չկապել գերբնակվածության խնդրի հետ:

**Ու.** Այո, ամեն ինչ համակապակցված է այս աշխարհում: Եվ խնդիրը լուծելու միակ ճանապարհը, դա լուծումն է արմատներից, և ոչ թե տարբեր ճյուղերից: Եվ արմատը՝ դա հոգևոր կայունությունն է: Հասկանո՞ւմ եք: /Ծափահարություններ/

Այն ինչ պետք է անենանք՝ դա հոգևոր տեղեկատվության տարածումն է, ինչը որ գիտենք և հոգևոր կարգապահությունը: Դա է, որ մարդկանց մոտ բացակայում է: Նորմալ բան է միանալ Էլեկտրական մեքենային, մի քիչ լույս ստանալ և որոշակի երաժշտություն, և գտնվել Մամադիիում: Սակայն, եթե դուք չունեք բարոյական կարգապահություն, դուք կարող եք օգտագործել այդ ուժը բացասական ուղղությամբ, չեք կարողանա վերահսկել այն:

Դա է պատճառը, որ այս խմբում մենք պետք է սովորեցնենք առաջին հերթին պատվիրանները: Պատվիրանները կարևոր են: Մենք պետք է իմանանք թե ուր ենք գնում և կարողանանք

կառավարել մեր Ուժը: Ուժը՝ առանց սիրո, առանց կարեկցանքի, առանց արժեքների ճշմարիտ ըմբռնման, անպիտան բան է: Մա կարող է դառնալ սև մոգության չարաշահումը: Այ՛ն: Այդտեղից է գալիս սև մոգությունը:

Այսպիսով դժվար չէ ստանալ լուսավորում, սակայն դժվար է այն պահպանել: Մեր դեպքում, եթե դուք իրականում կազմակերպված և բարոյապես պատրաստված չեք, ապա Ուսուցիչը կվերցնի ձեր ուժի մի մասը, այնպես որ դուք չկարողանաք ի չարս օգտագործել և վնասել հասարակությանը: Դա է տարբերությունը: Ուսուցիչը ունի վերահսկման հնարավորություն: Ուսուցչի Ձորությունը, Ուսուցչի Ձորությունը, պա՛րզ է:

Այո, ես շատ զգացված եմ ձեր բոլոր խելացի հարցերից: Շատ խելացի:

Մարդիկ անում են այդ ամենը, քանի որ իմաստուն չեն՝ նրանք բռնության են ենթարկում հողատարածքները՝ ինչպես դուք ասացիք, կամ անում են ինչ-որ բաներ միայն իմաստություն չունենալու պատճառով: Այո, նրանք այդպես են գործում քանի որ չունեն բավարար հոգևոր իմաստություն: Այո՛, այսպիսով հիմքը իմաստությունն է և հոգևոր պրակտիկան: Լուսավորվե՛ք:

Շնորհակալություն ուշադրության համար: Ամենայն բարիք:

## Հաղորդակցում՝ Քուան Յին Մեթոդ

Ուսուցիչ Չինգ Հայը Քուան Յին մեդիտացիայի մեթոդով հաղորդություն է տալիս անկեղծ մարդկանց, որոնք ձգտում են ճանաչել ճշմարտությունը: Չինական Քուան Յին սիմվոլները նշանակում են ներքին Չայնի խոհեմությունը: Մեթոդը ներառում է ինչպես ներքին Չայնի, այնպես էլ ներքին Լույսի մեդիտացիա: Այս փորձը շարունակ նկարագրվել է ամբողջ աշխարհի կրոնների հոգևոր գրականության մեջ սկսած դեռ անտիկ ժամանակներից:

Օրինակ՝ Քրիստոնեական ավետարանում ասվում է, սկզբումն *էր Բանը և Բանն Աստծո* մոտ *էր և Բանն Աստված էր*: Այդ Բանն /Խոսքը/ ներքին ձայնն է: Այն ունի նաև Լոգոս, Շաբդ, Տաո, Չայնալար կամ **Մելեստիկ երաժշտություն** անվանումները: Ուսուցիչ Չինգ Հայը ասում է, որ այն առկա է ամեն գոյում և պահպանում է ողջ Տիեզերքը: Այդ ներքին Երաժշտությունը կարող է բուժել, կատարել բոլոր ցանկությունները, և բավարարել աշխարհի ծառավը: Այդ



Չայնը Ջորեդ է և ամբողջությամբ Մեր է: Մենք ստեղծված ենք այդ Չայնից և կապը այդ Չայնի հետ մեր սրտերին խաղաղություն և բավարարվածություն է բերում: Այդ ձայնը լսելուց հետո փոխվում է մեր ամբողջ էություն, մեր ներքին վերաբերմունքը աշխարհին լուրջ դրական փոփոխություններ է ապրում:

Ներքին Լույս կամ Աստծո Լույս արտահայտությունները կարող են հանդես գալ, որպես “լուսավորում” բառի հոմանիշ: Նրա ուժգնությունը կարող է տատանվել՝ աննշան փայլատակման մակարդակից մինչ միլիոնավոր արևների փայլատակում: Միայն Ներքին Լույսի և ներքին Չայնի միջոցով ենք կարող ճանաչել Աստծուն:

Քուան Յին մեթոդով հաղորդությունը՝ ոչ էզոտերիկ արարողություն է, և ոչ էլ կրոնական ծիսակատարություն: հաղորդության ժամանակ տրվում են յուրահատուկ ուղղորդումներ Ներքին Չայնի և Ներքին Լույսի մեղիտացիայի վերաբերյալ, իսկ Ուսուցիչ Չինգ Հայը ապահովում է “հոգևոր վերափոխումը”: Երկնային ներկայության փորձառությունը իրականանում է բացարձակ լրության մեջ: Այդ “դուռը” բացելու համար Ուսուցիչ Չինգ Հայի ֆիզիկական ներկայությունը պարտադիր չէ:

Վերափոխումը մեթոդի հիմնական մասն է: Մեթոդն իքնին առանց Ուսուցչի շատ քիչ օգուտ կբերի:

Քանի որ դուք կլսեք Ձայնը և կտեսնեք Լույսը անմիջապես հաղորդակցման ժամանակ այս արարողությունը կոչվում է “անմիջապես լուսավորում” կամ “անհապաղ հաղորդակցում”:

Ուսուցիչ Չինգ Հայը հաղորդության համար ընդունում է տարբեր խավերի և տարբեր կրոնական պատկանելիության մարդկանց: Դուք կարիք չունեք փոխելու ձեր կրոնը կամ արժեքային համակարգը: Ձեզ չեն պարտադրի դառնալ կազմակերպության անդամ, կամ մասնակցել ինչ որ կերպ ձեր ապրելակերպին հարմար չէ:

Այնուամենայնիվ դուք պետք է բուսակեր դառնաք: Կյանքի ողջ ընթացքում բուսակեր լինելը անհրաժեշտ պայման է հաղորդության համար:

Հաղորդությունը անց է կացվում անվճար:

Ամենօրյա մեղիտացիան Քուան Յին մեթոդով և հինգ պատվիրանների կատարումը հաղորդակցումից հետո միակ անհրաժեշտ պայմանն է: Պատվիրանները կողմնորոշչենք են, որոնք կօգնեն վնաս չպատճառել ոչ ձեզ, ոչ էլ կյանք

ունեցող այլ էակներին: Այդ ապրելաոճը կխորացնի ձեր սկզբնական լուսավորման փորձը և թույլ կտա հասնել Աստվածային աշխարհի ամենաբարձր մակարդակներին: Առանց ամենօրյա պրակտիկայի դուք կմոռանաք լուսավորման փորձը և հետզհետե կվերադառնաք գիտակցության նորմալ մակարդակի:

Ուսուցիչ Չինգ Հայի նպատակն է սովորեցնել լինել ինքնաբավ: Այդ պատճառով Նա սովորեցնում է մի մեթոդ, որն յուրաքանչյուրը կարող է օգտագործել ինքնուրույն, առանց ինչ-որ գերբնական ֆենոմենների: Նա չի փնտրում հետևորդներ, հավատացյալներ, չի ցանկանում հիմնել կազմակերպություն հաստատուն անդամավճարներով: Նա չի ընդունում դրամ կամ նվիրատվություն՝ կարիք էլ չկա առաջարկելու նրան:

Նա ընդունում է ձեր անկեղծությունը առօրյա կյանքում և ձեր ամենօրյա մեղիտացիան, որը կտանի ձեզ դեպի սուրբ կյանք:

## Հինգ պատվիրաններ

1. Ձերձ մնալ որևէ կենդանի էակին վնասելուց \*
2. Ձերձ մնալ խոսելուց այն ինչը ճշմարիտ չէ
3. Ձերձ մնալ վերցրնելուց այն ինչ ձեզ չի պատկանում
4. Ձերձ մնալ սեռական անկանոն վարքագծից
5. Ձերձ մնալ թմրանյութեր օգտագործելուց \*\*

\*Այս ենթադրում է խիստ բուսական սննդակարգ՝ առանց մսի, ձկան, ձվի, կաթնամթերքի

\*\*Այս ընդգրկում է ոգելից խմիչքներ, թմրանյութեր, ծխախոտ, խաղամոլություն, պոռնկագրություն, չափազանց բռնություն պարունակող ֆիլմեր, գրականություն կամ խաղատեսաերիզներ:

Կատարյալ սուրբ անձը՝ իրականում կատարյալ մարդկային էակ է։ Կատարյալ մարդկային էակը՝ կատարյալ սուրբ է։ Այժմ մենք միայն կլիսով չափ ենք մարդկային էակներ։ Մեր գործողությունները անհամարձակ են, մեր գործողությունները պայմանավորված են մեր եսասիրությամբ։ Մենք չենք հավատում, որ Աստված ամեն ինչ ստեղծել է մեր հաճույքի համար, փորձ ձեռք բերելու համար։ Մենք առանձնացրել ենք մեղքն ու բարեգործությունը։ Մենք ամեն ինչից մի մեծ բան ենք սարքում, և համապատասխանաբար, մեղադրում ենք մեզ և ուրիշներին։ Մենք տառապում ենք Աստծո գործունեության մեր իսկ ստեղծված սահմանափակումներից։ Հասկանում ե՞ք՝

Իրականում Աստված մեր ներքում է և մենք ենք, որ սահմանափակում ենք իրեն։ Մենք սիրում ենք հաճույք ստանալ և խաղալ, բայց մենք չգիտենք թե ինչպե՞ս։ Մենք միայն ասում ենք ուրիշներին. «Դուք պե՛տք է այսպես անեք», իսկ ինքներս մեզ՝ ասում. «Իսկ ինչու հենց ես պետք է անեմ այսպես, ես պարտավոր չեմ։ Եվ ինչու հենց ես պետք է լինեմ բուսակեր»։ Իսկ ես գիտեմ. «Ես բուսակեր եմ, քանի որ Աստված իմ ներքում ցանկանում է այդ։»

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայ

«Երբ մեր գործերը, խոսքերը և մտքերը, գեթ մեկ վայրկյանով մաքուր են, բոլոր սրբերը, աստվածներն ու պահապան հրեշտակները օգնում են մեզ։ Այդ վայրկյանին ամբողջ Տիեզերքն է մեզ պատկանում և օգնում մեզ, և գահն է այնտեղ մեզ սպասում թագավորելու համար։»

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայ

## Քուսակերության առավելությունները

Քուսակերությունը ողջ կյանքի ընթացքում պայման է հանդիսանում Քուան Յին մեթոդով հաղորդակցվելու համար: Այս սննդակարգը թույլ է տալիս սնվել միայն բուսական աղբյուրներից, այլ սննդամթերք՝ ներառյալ ձուն, չպետք է օգտագործվի: Դրա համար բազմաթիվ պատճառներ կան, սակայն հիմնականը նա է, որ պետք է հետևել Առաջին Պատվիրանին՝ Ձերձ մնալ որևէ կենդանի էակին վնասելուց: *Մի՛ սպանիր:*

Չսպանելը կամ կենդանիներին վնաս չհասցնելը անկասկած կարևոր է կենդանիների համար: Ավելի քիչ ակնհայտ է այն փաստը, որ կենդանիներին վնաս չհասցնելը հավասարաչափ օգուտ է մեզ համար: Ինչո՞ւ: Կարմայի օրենքից ելնելով: *Ինչ որ ցանես, այն կհնձես:* Երբ դուք սպանում եք, կամ պատճառ եք դառնում, որ որիշները սպանեն ձեր մսի պահանջմունքները բավարարելու համար, դուք կարմայի մակարդակի վրա պարտք եք ստեղծում, որն վաղ թե ուշ պետք է մարվի:

Այսպիսով բուսակերությունը՝ ուղղակիորեն մի նվեր է, որն մենք ինքներս մեզ ենք մատուցում: Մենք ավելի լավ ենք զգում, մեր կյանքի որակը բարելավվում է կարմիկ

պարտքերի նվազման հետ մեկ տեղ, և մեր առջև բացվում են դռներ մեր ներքին, նոր, նուրբ և երկնային հուզական աշխարհի առջև: Այդ փոքր գինը, որը մենք վճառում ենք բավականին առժեքավոր է դառնում:

Հոգևոր մակարդակի բացատրությունները մսակերության դեմ արդեն կարևոր հանգամանք են հանդիսանում որոշ մարդկանց համար, սակայն բուսակեր լինելու այլ հանգամանքներ էլ գոյություն ունեն: Բոլոր այդ փաստերը հիմնված են առողջ տրամաբանության վրա: Դրանք վերաբերվում են անձնական առողջության հարցերին և սննդին, էկոլոգիային և շրջակա միջավայրին, էթիկական հարցերին և կենդանիների տառապանքին, և համաշխարհային սովի հարցերին:

## **Առողջությունը և սնունդը**

Մարդու զարգացմանը վերաբերող հետազոտությունները ցույց են տալիս, որ մեր նախնիները բուսակեր էին իրենց բնույթով: Մարդու մարմնի կառուցվածքը հարմարեցված չէ մսակերության համար: Դր.Գ.Ս. Հանթինգենը՝ Կոլումբիայի համալսարանից համեմատական անատոմիայի հետազոտությունների հիման վրա գրված էսսեյում ապացուցում է այդ: Նա ուշադրություն է դարձնում այն փաստի վրա, որ մսակեր կենդանիների ինչպես մեծ, այնպես էլ փոքր աղիները կարճ են, բացի դրանից նրանց մեծ

աղիները հարթ են և ուղիղ: Հակառակ դրան՝ բուսակեր կենդանիների փոքր և մեծ աղիները երկար են: Բուսական հյուսվածքների բացակայության և պրոտեինի բարձր արկայության պայմաններում մսակեր կենդանիներին երկար ժամանակ չի պահանջվում մարսողությունը ապահովելու, դա է պատճառը, որ մսակեր կենդանիների ներքին օրգանները բուսակերներից կարճ են:

Մարդկանց, ինչպես նաև այլ բուսակեր կենդանիների մոտ, փոքր և մեծ աղիները երկար են: Մեր աղիների երկարությունը կազմում է ութ ու կես մետր: Փոքր աղին մի քանի անգամ ծալվում է, պատերը ծռություն ունեն և հարթ չեն: Քանի որ մեր աղիները մսակեր կենդանիների աղիներից երկար են միսը ավելի երկար է մնում աղիներում: Հետևաբար, միսը այնտեղ փչանում է և թունավոր նյութեր է արտադրում: Ենթադրվում է, որ հենց այդ թունավոր նյութերն են, որ առաջացնում են ուղիղ աղիի քաղցկեղ: Ավելին՝ մեծանում է լյարդի ծանրաբեռնվածությունը, որի հիմանական գործառույթն է հանդիսանում թունավոր նյութերից մարմինը ազատելը: Դա կարող է առաջացնել լյարդի ցերոզ, և անգամ քաղցկեղ:

Միսը նաև պարունակում է մեծ քանակությամբ ուրոկինոզային պրոտեին և միզանյութ, ինչը ազդում է երիկամների նորմալ գործունեության վրա, և կարող է



անգամ երիկամները շարքից հանել: Բիֆշտեքսի ամեն մի ֆունտում պարունակվում է տասնչորս գրամ ուրոկինոզա: Եթե կենդանի բջիջը տեղադրենք ուրոկինոզայի պրոտեյինի լուծույթի մեջ, ապա մենք կտեսնենք, որ նրանց նյութափոխականությունը խախտվում է: Ավելին՝ միսը չի պարունակում ցելուլոզա, կամ «ֆայբեր» ինչը իր հերթին բերում է փորկապության: Հայտնի է, որ փորկապությունը, կարող է բերել քաղծկեղի և հեմոռոյի առաջացմանը:

Խոլեստերինի և ճարպի բարձր պարունակությունը մսամթերքներում առաջացնում է սրտանոթային հիվանդություններ: Սրտանոթային հիվանդությունները մահաճության առաջին պատճառն են հանդիսանում ԱՄՆ - ում, իսկ այժմ նաև Ֆորմոզայում:

Քաղցկեղը՝ մահացության բերող երկրորդ պատճառն է: Փորձերը ցույց են տվել, որ մսի խորովումը և տապակումը ստեղծում է մի քիմիական միացություն /մեթիլխոլատրեն/, որն ուժեղ կանցերոզն է :

Մարդկանց մեծամասնությունը կարծում է, որ միսը մաքուր և անվնաս է, որ բոլոր կենդանիները ստուգվում են: Իրականում մորթի ենթարկված կենդանիների թիվը այնքան մեծ է, որ հնարավոր չէ ստուգել այդքանը, շատ դժվար է ստուգել կան արդյոք քաղցկեղի բջիջներ այս կամ այն մսի կտորում, էլ չենք խոսում ամբողջ կենդանու մասին:

Այսօր մասրտադրության մեջ ընդունված է մի կողմ նետել գլուխը, եթե խնդիր կա գլխի հետ, կամ բուրդը և այլն: Նետվում են միայն տեսանելի վատ մասերը, մնացածը գնում է վաճառքի :

Հայտնի բուսակեր՝ դոկտոր Ջ.Կելոզը ասում էր. « Երբ մենք սնվում ենք բուսական սնունդով, հարկ չկա մտածել, թե ինչ հիվանդության հետևանքով է մահացել այդ ճաշատեսակը: Այդ միտքը հաճելի է դարձնում ճաշկերույթը:»

Դրանից զատ կա մեկ այլ մտահոգություն: Հակաբիոտիկները, ինչպես նաև այլ դեղամիջոցները՝ ստերոիդները և աճի հորմոնները, որոնք ավելացվում են կենդանիների կերի մեջ, կամ ներարկվում են անողային համակարգ: Կան տվյալներ, որ այդ կենդանիներով սնվող մարդիկ ընդունում են նաև այդ դեղամիջոցները: Հավանական է, որ մսամթերքում առկա հակաբիոտիկները իջեցնում են մարդկանց կողմից օգտագործվող դեղամիջոցների արդյունավետությունը:

Ոմանք կարծում են, թե բուսական սնունդը բավարար չէ առողջությունը պահպանելու համար: Ամերիկյան վիրաբուժության մասնագետ դր.Միլերը քառասուն տարվա աշխատանքային փորձ ունի Ֆարմոգայում: Նա հիմնել է մի հիվանդանոց, որտեղ ամբողջ սնունդը՝ ինչպես անձնակազմի, այնպես էլ հիվանդների, բուսական էր: Նա

գրում է. «Այն դեղամիջոցները, որոնք այսօր մենք ունենք անկասկած զարգացում են ապրել և կարող են բուժել հիվանդությունը: Մտունդն է, որ կարող է պահպանել այն:» Նա ուշադրություն է դարձնում այն փաստի վրա, որ «Բուսական սնունդը սնուցման ավելի ուղղակի աղբյուր է քան միսը: Մարդիկ ուտում են կենդանիներին, սակայն այդ կենդանիների սնվելու աղբյուրը բուսական է: Կենդանիների կյանքի տևողությունը հիմնականում կարճ է և կենդանիները ունեն գրեթե բոլոր այն հիվանդությունները, որոնք ունի մարդը: Հավանականությունը մեծ է, որ մարդկանց գրեթե բոլոր հիվանդությունները գալիս են հիվանդ կենդանիների մարմինը ուտելուց: Այսպիսով՝ «ինչո՞ւ չսնվել ուղղակիորեն բույսերով:» Դր. Միլերը ասում է, որ լավ առողջություն պահպանելու համար մենք միայն հացահատկի, լոբեղենի և բանջարեղենի կարիքը ունենք մեր սննդակարգում:

Շատերը համարում են, որ կենդանական սպիտակուցը գերազանցում է բուսական սպիտակուցին, քանի որ առաջինը համարվում է լիարժեք, իսկ երկրորդը՝ ոչ լիարժեք: Ճշմարտությունը կայանում է նրանում, որ որոշ բույսերի պրոտեինը ի սկզբանե լիարժեք է, իսկ այլ, ոչ լիարժեք սպիտակուց պարունակող բույսերի համադրությունից մենք նույնպես կարող ենք ստանալ լիարժեք սպիտակուց:

1988թ. Մարտին ամերիկյան դիետոլոգների ասոցիացիան հայտարարեց. “ԱԴԱ-ի դիրքորոշումը կայանում է նրանում, որ բուսական սննդամթերքը առողջարար է և բավարարում է առողջ սնվելու պահանջներին, եթե այն օգտագործվում է համապատասխանորեն պլանավորված:”

Ժամանակակից վարկածներից մեկը կայանում է նրանում, որ մսակերները բուսակերներից ավելի ուժեղ են: Սակայն Յեյլի համալսարանի պրոֆեսոր՝ Ռոբերտ Ֆիշերը փորձ է դրել 32 բուսակերների և 15 մսակերների հետ, որի հետևանքում ստացել է, որ բուսակերների դիմադրողականությունը շատ ավելի բարձր է քան մսակերներինը: Նա խնդրել էր, որպեսզի մարդիկ ձեռքերը առաջ մեկնած պահեն ինչքան հնարավոր է երկար: Տասնհինգ մսակերներից միայն երկուսը կարողացան դիմանալ տասնհինգից երեսուն րոպպե: Երեսուն երկու բուսակերներից երեքը պահեցին տասնհինգից երեսուն րոպպե, տասնհինգը՝ երեսուն րոպպից ավելին, ինն՝ մեկ ժամից ավել, չորսը՝ երկու ժամից ավել, և մեկ բուսակեր կարողացավ ձեռքերը մեկնած պահել երեք ժամից ավել:

Բազմաթիվ սպորտսմեններ՝ վազողներ, երկարատև դիստանցիաներ վազելուց առաջ օգտագործում են բուսական սնունդ, հատկապես մրցումներից առաջ: Բուսական սննդակարգի փորձագետ՝ դոկտոր Բարբարա Մուրը,

քսանյոթ ժամվա ընթացքում հարյուր մղոնանոց վազք է կատարել: Հիսուն վեց ամյա կինը գերազանցել է երիտասարդ տղամարդկանց կողմից հաստատագրված բոլոր ռեկորդները: «Ես ուզում եմ օրինակ ծառայել ապացուցելով, որ այն մարդիկ որոնք օգտագործում են բուսական սնունդ հաճույք են ստանում սեփական ուժեղ մարմնից, պարզ գիտակցությունից և մաքուր կյանքից:»

Արդյո՞ք ստանում է բուսակերը բավարար պրոտեին: *Առողջության համաշխարային կազմակերպությունը* խորհուրդ է տալիս, որ օրեկան ռացիոնի կալորիականության 4.5 տոկոսը բաղկացած լինի սպիտակուցից: Հացահատիկի բաղադրությունը 17տոկոս սպիտակուցը է պարունակում, բրոկոլին՝ 45տոկոս, բրինձը՝ 8տոկոս: Դժվար չէ ունենալ սպիտակուցով հարուստ սննդակարգ առանց միս ուտելու: Եթե հաշվի առնենք հավելյալ առավելությունները՝ բարձր ճարպի պարունակությամբ ռացիոնից բխող բազմաթիվ հիվանդություններից՝ սրտանոդային և քաղցկեղ, խուսափելը, ապա պարզ երևում է, որ բուսակերությունը շատ լավ ընտրություն է:

Այսպիսով, արդեն հաստատված է փոխկապվածությունը չափից ավելի միս և այլ կենդանական աղբյուրից ստացված սննդի, որտեղ բարձր է որոշակի ճարպերի պարունակությունը և սրտանոդային հիվանդությունների,

կրծքի, հաստադու քաղցկեղի միջև: Այլ հիվանդություններ ցածր ճարպի պարունակությամբ սննդակարգով կանխարգելվում են, իսկ որոշ դեպքերում նաև բուժվում: Դրանք են՝ երիկամների քարերը, պրոստատայի քաղցկեղը, շաքարախտը, արտորիտները, պանկրեատիտի քաղցկեղը, ստամոքսի քաղցկեղը, հիպոգլեկեմիան, օստեոպորոզը, հեմորոյը, աստման և այլն :

Գոյություն չունի առողջության համար ավելի բարձր ռիսկ քան մտով սնվելը, իհարկե ծխելուց զատ:

## **Էկոլոգիան և միջավայրը**

Անասնաբուծությունը՝ միս ստանալու նպատակով, ունի իր հետևանքները: Այն նպաստում է անտառների վերացմանը, համընդանուր ջերմայմանը, ջրի ախտոտմանը, ջրի պաշարների նվազեցմանը, հողատարածքների անապատեցմանը, էներգետիկ աղբյուրների նսեմացմանը և համաշխարհային սովի զարգացմանը: Հողատարածքների, ջրի, էներգիայի և մարդկային ջանքերի օգտագործումը մասրտադրության նպատակով, երկրագնդի ռեսուրսների օգտագործման ամենաարդյունավետ ճանապարհը չէ:

1960-ականներից սկսած Կենտրոնական Ամերիկայի կույս անտառների 25 տոկոսը վառված և մաքրված են խոշոր եղջերավոր կենդանիների համար արոտավայր ստեղծելու

նպատակով: Չափված է, որ ամեն չորս ունցիա համբուրգերի համար օգտագործվում է 55 քառակուսի մետր տրոպիկական կույս անտառներ: Դրանից զատ անասնաբուծությունը արտադրում է ազատ գազեր, որոնք էլ համընդանուր ջերմայմանը և ջրի ախտոտման առաջնային պատճառներից մեկն է հանդիսանում, հաշվի առնենք, որ ամեն մի ֆունտ մսի արտադրության համար պահանջվում է 2464 գալոն ջուր:

Այն պայմաններում, երբ մի ֆունտ լոլիկ արտադրելու համար պահանջվում է ընդամենը 29 գալոն ջուր և 139 գալոն ջրով կարելի է արտադրել մի ֆունտ հացահատիկ: Միացյալ Նահանգներում ջրի պաշարների մոտավորապես կեսը ծախսվում է անասնաբուծության համար:

Շատ ավելի շատ մարդ կարող է սնվել, եթե այն ռեսուրսները որոնք օգտագործվում են կենդանիների կերը ստանալու համար, ուղղակիորեն օգտագործվեն աշխարհի բնակչությանը սննդամթերքով ապահովելու նպատակով: Մի ակր հողատարածքը, որը օգտագործվում է բրոկկոլի աճեցնելու համար տալիս է տաս անգամ ավելի սպիտակուց, կալորիաներ, քան մի ակր տարածքը, որը զբաղեցված է անասնապահության համար: Բազմաթիվ այդպիսի վիճակագրական տվյալներ կան: Համաշխարհային ռեսուրսները շատ ավելի արդյունավետ կօգտագործվեն, եթե

անասնաբուծության համար նախատեսված տարածքները օգտագործվեն մարդկանց կերակրելու նպատակով:

Բուսակերությունը հնարավորություն կտա ավելի թեթև ապրել երկրագնդի վրա: Ի լրումն, ստանալով միայն այն ինչի պահանջը դուք ունեք և նվազեցնելով ավելորդը, դուք ավելի լավ կզգաք ձեզ իմանալով, որ կենդանի էակ չի մահանում ամեն անգամ երբ դուք սնվում եք.

## **Համաշխարհային սովը**

Սովից և թերսնուցումից տառապում են մոտավորապես մեկ միլիոն մարդ: Տարեկան քառասուն հազար մարդ է մահանում սովից և շատերը երեխաներ են: Դրանից զատ, հացահատիկների մեկ երրորդը, ուղղակիորեն մարդկանց կերակրելու փոխարեն, օգտագործվում է կենդանիների կերակրելու նպատակով: Միացյալ Նահանգներում, անասնաբուծության ոլորտում օգտագործվում է բոլոր հացահատիկների 70 տոկոսը: Եթե մենք դրանով կերակրեինք մարդկանց և ոչ թե կենդանիներին, ապա ոչ ոք սովի չէր մատնվի:



## Կենդանիների տառապանքը

Արդյո՞ք տեղյակ եք, որ Միացյալ Նահանգներում ամեն օր կոտորվում է ամելի քան 100 000 կով:

Կենդանիները արևմտյան երկրներում մեծամասնությամբ աճեցվում են “գործարանային պայմաններում”: Այդ գործարանները ստեղծված են մինիմալ ծախսերով մաքսիմալ քանակով կենդանիներ բուծելու համար: Կենդանիները համախմբված են, տձևացված և նրանց վերաբերվում են, ինչպես մեքենաների, որոնք վերափոխում են կերակրամթերքը մարմնի: Սա այն իրականությունն է, որն մենք երբեք չենք տեսնի մեր աչքերով: Ասում են, որ. “Գեթ մեկ այցելությունը սպանդանոց կդարձնի ձեզ բուսակեր ամբողջ կյանքում:”

Լեվ Տոլստոյը ասում էր. “Այնքան ժամանակ, ինչքան կան սպանդանոցներ կլինեն նաև ճակատամարտեր: Բուսական սննդակարգը՝ դա հումանիզմի քննությունն է:” Չնայած մեզանից շատերը ակտիվորեն չեն մասնակցում սպանությանը, սակայն հասարակության օգնությամբ մենք զարգացրել ենք միս ուտելու սովորությունը առանց պատկերացման թե ինչ է կատարվում կենդանիների հետ, որոնց մենք ուտում ենք:

## Սրբերի և այլոց առաքելությունը

Պատմության ամենավաղ ժամանակներից մենք կարող ենք տեսնել, որ բանջարեղենը մարդկանց բնական սնունդն էր: Վաղ հունական և հրեական դիցաբանությունը փաստում է, որ մարդիկ ի սկզբանե կերել են մրգեր: Հին Եգիպտացի եկեղեցականները երբեք միս չեն կերել: Բազմաթիվ հունական փիլիսոփաներ, ինչպիսիք են՝ Պլատոնը, Դիոգենը և Սոկրատեսը, խորհուրդ էին տալիս բուսական սնունդ:

Հնդկաստանում՝ Շակիմունի Բուդդան շեշտադրում էր Ահիմսայի կարևորությունը՝ կենդանի էակներին վնաս չպատճառելու սկզբունքը: Նա նախազգուշացնում էր իր հետևորդներին չօգտագործել միս, հակառակ դեպքում կենդանի էակները կվախենան իրենցից: Բուդդան արել էր հետևյալ դիտարկումը. «Մսակերությունը դա ուղղակի սովորություն է: Ամենասկզբում մենք չենք ծնվել այդ ցանկությամբ: Մսակերները կտրում են կապը Աստծո Օրհնության ներքին սերմերի հետ: Մսակերները սպանում են միմիանց և ուտում են միմիանց... Մա է կյանքը.ես կուտեմ քեզ, իսկ մյուս կյանքում՝ դու կուտես ինձ... և շարունակական այդպես: Ինչպե՞ս նրանք կարող են դուրս գալ այդ Երեք Արքայություններից

/Երևակայական/ : »

Բազմաթիվ վաղ թափաստներ, վաղ քրիստոնյաներ և հրեաներ բուսակեր էին: Դա նշված է Սուրբ Աստվածաշնչում: Աստուած ասաց. «Ահա ձեզ տուեցի ողջ երկրի վրայ տարածուած սերմանելի բոլոր բոյսերի սերմերը և իրենց մէջ պտուղ սերմանելու սերմ պարունակող բոլոր ծառերը: Դրանք թող ձեզ համար սնունդ լինեն, իսկ բոլոր կանաչ խոտերըրի բոլոր գազանների, երկնքի բոլոր թռչունների և երկրի վրայ սողացող բոլոր սողունների՝ բոլոր կենդանիների համար թող լինեն կեր» (Մննդոց 1:29) Մյուս օրինակը Աստվածաշնչից, որն արգելում է մսի օգտագործումը՝ «Կենսատու արիւն պարունակող միս չուտէք, քանզի ես էլ ձեր կենսատու արիւնը կը պահանջեմ, բոլոր գազանների, ինչպէս նաեւ մարդու միջոցով կը պահանջեմ այն» (Մննդոց 9:4) Աստված ասեց. «Իմ ինչի՞ն են պէտք ձեր բազմաթիւ գոհերը, - ասում է Տէրը,-ես կշտացել եմ ձեր խոյերի ողջակէզներից. ձեր գառների ճարպը, ցուլերի ու նոխազների արիւնը չէ, որ ուզում եմ, եւ ոչ էլ այն, որ գաք ու կանգնէք իմ առաջ: Ո՞վ խնդրեց դա ձեզնից. մի՛ շարունակէք կոխտուել իմ գաւիթները: Եթէ ազնիւ ալիւրի հաց մատուցէք ինձ՝ զուր է լինելու. ձեր խնկերն էլ են պիղծ են ինձ համար. ձեր

ամսամուտները, շաբաթները եւ տօնական մեծ օրը եւս անընդունելի են ինձ.<sup>14</sup> ձեր պահեցողութիւնն ու հանգիստը, ձեր ամսամուտներն ու տօները ասեց իմ հոգին: Կշտացել եմ ձեզնից, այլեւս չեմ ների ձեր մեղքերը:<sup>15</sup> Երբ աղօթքի համար դէպի վեր բարձրացնէք ձեր ձեռքերը, երես եմ դարձնելու ձեզանից, եւ եթէ բազմապատկէք ձեր աղօթքները, չեմ լսելու ձեզ, որովհետեւ ձեր ձեռքերը լի են արիւնով:<sup>16</sup> Լուացուեցէ՛ք, մաքրուեցէ՛ք, իմ աչքի առաջ ձեր չար արարքները թօթափեցէ՛ք ձեզնից, վե՛րջ տուէք ձեր չարագործութիւններին:(Եսայի 1:11:16) Լաւ է չուտել միս եւ չխմել գինի, ոչ էլ անել մի բան, որով քո եղբայրը գայթակղուում է կամ սայթաքում կամ տկարանում:» (Հռոմէացիներ 14:21)

Վերջերս պատմաբանները հայտնաբերել են բազմաթիվ անտիկ գրքեր, որոնք նոր լույս են գցել Հիսուսի կյանքի և նրա ուսմունքի վրա: Հիսուսը ասում էր. «Մարդիկ, որոնք ուտում են կենդանիների մարմինը դառնում են իրենց համար գերեզմանոց: Անկեղծ եմ ձեզ ասում, մարդը, որն սպանում է՝ սպանված կլինի: Այն մարդը, որն սպանում է կենդանի էակ և ուտում է նրանց միսը՝ ուտում է մահացած մարդու մարմինը: »

Հնդկական կրոնը նույնպես արգելում է մարմին ուտել: Այնտեղ ասվում է. «Մարդիկ չեն կարող ուտել մարմին առանց սպանելու: Անձը, որն վնաս է պատճառում սուրբ էակներին երբեք չի օրհնվի Աստծո կողմից: Այսպիսով, խուսափե՛ք մարմին ուտելուց: /Հինդույի պատվիրան/»

Իսլամի սուրբ գրքի՝ Ղորանի մեջ, արգելվում է ուտել սպանված կենդանիների արյունն ու մարմինը:

Հանրահայտ Չինական Ջեն վարպետ՝ Հան Շան Տզուն պոեմ է գրել, որտեղ շատ խիստ է արտահայտվում մարմին ուտելու դեմ: «Գնա արագ շուկա, գնիր միս և կերակրիր քո կնոջը և երեխաներին: Սակայն ինչո՞ւ նրանց կյանքը պետք է խլել ձերը ապահովելու համար: Դա երբեք չի բերի Երկնային միասնությանը, սակայն դու կդառնաս դժոխքի ներկայացուցիչը»:

Բազմաթիվ հայտնի փիլիսոփաներ, գիտնականներ, ճանաչված գիտնականներ, մարզիկներ, գրողներ, նկարիչներ եղել են կամ այսօր էլ բուսակերներ են: Հետևյալ մարդիկ ոգեշնչությամբ ընդունել են բուսակերությունը: Թվարկենք մի քանի անուններ. Շակուամունի Բուդա, Հիսուս Քրիստոս, Մոհամեդ, Ցոնգ Խապա, Արիստոտել, Վերգիլիոս, Հորացի, Պլատոն, Օվիդիոս, Պետրարք, Պյութագորաս,

Սոկրատես, Վիլյամ Շեքսպիր, Վոլտեր, Ռաբինդրանաթ Թագոր, Լև Տոլստոյ, Սիր Իսահակ Լյուտոն, Չարլզ Դարվին, Ալբերտ Էյնշտեյն, Ալբերտ Շվեյցեր, Նիկոլա Տեսլա, Լեոնարդո դա Վինչի, Բենջամին Ֆրանկլին, Մահաթմա Գանդի, Աբդուլ Կալամ, Ջանեգ Դրնովսեկ, Մարտինա Նավրատիլովա (վիզան, թենիս), Կարլ Լյուիս, Պաավո Նուրմի, Եդվին Մոսես, Ջորջիա Ֆոմանտի, Թոբի Մազյուր (վիզան), Նաթալի Պորտման, Լեոնա Լյուիս, Մայքլ Ջեքսոն, Բրայան Գրին, Ջոն Ռոբինս:

Ալբերտ Էյնշտեյնը ասում էր. “Ես կարծում եմ, որ բուսակերության շնորհիվ տեղի ունեցող փոփոխությունները և մաքրման գործընթացը, շատ օգտակար են մարդ Էակի համար: Այդ իսկ պատճառով բուսակերությունը մարդկանց համար միշտ էլ ավելի դրական է և խաղաղ ընտրություն է:” Սա՝ ողջ պատմության ընթացքում, բազմաթիվ ողջամիտ և իմաստուն մարդկանց ընդհանուր խորհուրդն է:

## Ուսուցիչը պատասխանում է հարցերին

Հ. Կենդանիներով սնվելը՝ կենդանի էակներին սպանելն է, սակայն բանջարեղենի կլանումը արդյո՞ք նույնպես սպանել չէ:

Ու. Բույսերով սնվելու դեպքում նույնպես առկա է սպանության տարր և դա էլ կարող է ստեղծել որոշակի կարմիկ անհարմարություններ, սակայն ազդեցությունը նվազագույն է: Եթե ինչ-որ մեկը օրեկան երկուս ու կես ժամ օգտագործում է Քուան Յին մեթոդը, ապա նա կարող է խուսափել այդ կարմիկ ազդեցությունից: Քանի որ մենք պետք է սնվենք գոյատևելու համար, ապա մենք ընտրում ենք սնունդ, որն ունի նվազագույն գիտակցության մակարդակ: Բույսերը բաղկացած են 90 տոկոս ջրից և քանի որ դա է նրանց գիտակցության մակարդակը դժվար թե նրանք զգան ինչ-որ տառապանք: Ավելին, բանջարեղենով սնվելիս մենք չենք կտրում նրանց արմատները, և օգնում ենք նրանց վերարտադրությանը կտրելով որոշ մասերը և տերևները: Վերջնական արդյունքը կարող է օգուտ բերել բույսին: Այդ պատճառով գյուղատնտեսները ասում են, որ բույսերի որոշ մասերի կտրտելը օգնում է նրանց աճել ավելի առողջ:

Այս ամենը ավելի ակնհայտ է, երբ մենք խոսում ենք

մրգերի մասին: Երբ միրգը հասնում է, նա գրավում է մարդուն և առաջարկում ուտել այն՝ սեփական բուրմունքով, հիասքանչ գույնով և ախորժալի համով: Միայն այդ միջոցով է, որ մրգերը կարող են լայնորեն տարածել սերմերը: Եթե մենք չվերցնենք և չուտենք նրանց, միրգը կդառնա գերհասած, նրա սերմը կընկնի ծառի հովի տակ և աճ տեղի չի ունենա, այնտեղ էլ կմահանա: Այսպիսով, բանջարեղեն և միրգ ուտելը բնական տենդենց է, որն իրենց բոլորովին չի բերում տառապանք:

**Հ.** Մարդիկ հիմնականում կարծում են, որ բուսակերները ավելի կարճահասակ և նիհար են, իսկ մսակերները ավելի բարձրահասակ և ավելի մեծամարմին են:

**Ու.** Բուսակերները պարտադիր չէ որ լինեն կարճահասակ և նիհար: Եթե նրանց սնունդը բալանասավորված է, նրանք էլ կարող են լինել բարձրահասակ և ուժեղ: Ինչպես գիտեք, բոլոր մեծամարմին կենդանիները՝ փիղը, կովը, ընձուխտը, գետաձին, ձին և այլն սնվում են միայն բանջարեղենով և մրգերով: Նրանք ավելի ուժեղ են քան մսակերները, նրանք շատ բարեացակամ և հոգատար դիրք ունեն մարդկանց նկատմամբ: Սակայն մսակեր կենդանիները



ծնվում են շատ դաժան և չեն ծառայում մարդկանց: Եթե մարդը շատ է ուտում կենդանիներ, ապա ձեռք է բերում կենդանական բնագոյ և որակներ: Մասկեր մարդիկ պարտադիր չէ, որ լինեն բարձրահասակ և ուժեղ, սակայն նրանց կյանքի միջին տևողությունը շատ կարճ է: Էսկիմոսները հիմնականում մասկեր են, սակայն կարելի է ասել, որ նրանք բարձրահասակ և ուժեղ են: Երկարակյա՞ց են նրանք: Ինձ թվում է այս ամենը շատ պարզ է:

**Հ.** Կարո՞ղ են բուսակերները ուտել ձու:

**Ու.** Ոչ: Երբ ձու ենք ուտում, նորից սպանում ենք: Որոշ մարդիկ ասում են, թե կոմերցիոն շուկայի ձուն բեղմնավորված չէ, հետևաբար այն ուտելը սպանել չէ: Սա միայն առաջին հայացքից է այդպես: Ձուն բեղմնավորված չէ քանի, որ անբնական ճանապարհով բեղմնավորման համապատասխան պայմանները վերացրած են և ձուն չի կարող շարունակել իր բնական հավ դառնալու ճանապարհը: Անգամ այն պայմաններում, երբ այդ զարգացումը տեղի չի ունեցել, այն նորից իր մեջ պարունակում է անհրաժեշտ կյանքի ուժ: Մենք գիտենք, որ ձուն իր մեջ կյանքի ուժ ունի, ինչո՞ւ ենք մենք կարծում, որ որոշակի տիպի բջիջները միայն պետք է բեղմնավորվեն: Որոշ մարդիկ նշում են,

Թե ձուն իր մեջ պարունակում է մարդու համար անհրաժեշտ հիմնական սնունդը՝ սպիտակուց և ֆոսֆոր: Սակայն սպիտակուցը առկա է լոբազգիներում, իսկ ֆոսֆորը տարբեր բանջարեղեններում, ինչպիսին է կարտոֆիլը:

Մենք գիտենք, որ հին ժամանակներից մինչ այսօր բազմաթիվ հեղինակավոր եկեղեցականներ չեն ուտում միս կամ ձու, և ունեն բարձր կյանքի տևողություն: Օրինակ՝ Ոստիցիչ Յինգ Գուանգը ճաշի ժամանակ կերել է մի աման բանջարեղեն կամ բրինձ և ութսուն տարուց ավել է ապրել: Ավելին, ձուն պարունակում է խոլեստերին, որն սրտանոթային հիվանդությունների հիմնական պատճառն է: Սրտանոթային հիվանդությունները, թիվ առաջին մահացու հիվանդություններն են Ֆարմոզայում և Միացյալ Նահանգներում: Զարմանալի չէ, որ հիմնական հիվանդները ձվով սնվողներն են:

**Հ.** Մարդը զբաղված է կենդանաբուծությամբ՝ պահում-մեծացնում խոզերին, խոշոր եղջերավորներին, հավերին, սագերին և այլն: Ինչո՞ւ մենք չենք կարող ուտել նրանց:

**Ու.** Այսի՞նքն: Ծնողները պահում-մեծացնում են իրենց երեխաներին: Արդյո՞ք ծնողները իրավունք ունեն ուտել

սեփական երեխաներին: Բոլոր կենդանի էակները ապրելու իրավունք ունեն, և ոչ ոք իրավունք չունի նրանց զրկելու այդ իրավունքից: Եթե մենք դիտարկենք Հոնգ Կոնգի օրենսդրությունը, ապա անգամ սեփական անձին սպանելը իրավունքին դեմ է: Ապա որքա՞ն ավելի հակաօրինական է ուրիշներին սպանելը:

**Հ.** Կենդանիները ծնվել են, որպեսզի մարդիկ ուտեն նրանց: Եթե մենք չուտենք, ապա նրանք կլցնեն աշխարհը: Ճի՞շտ է:

**Ու.** Սա անհեթեթ գաղափար է: Մինչ կենդանի էակին սպանելը հարցրել էք նրանց ուզո՞ւմ են սպանված և որպես սնունդ օգտագործված լինեն ձեր կողմից, թե ոչ: Բոլոր կենդանի էակները ցանկություն ունեն ապրելու և վախենում են մահանալուց: Մենք չենք ուզում խժոված լինել վագրի կողմից, ապա ինչո՞ւ կենդանիները պետք է մարդու սնունդ դառնան: Մարդ էակը ապրում է երկրագնդի վրա մի քանի տասնյակ հազարավոր տարիներ, սակայն մինչ մարդ արարածի առաջանալը բազմաթիվ կենդանիներ արդեն գոյություն ունեին: Արդյ՞նք նրանք գերբնակեցրել են Երկրագունդը: Կենդանի էակները պահպանում են բնական էկոլոգիական հավասարակշռությունը: Երբ տարածքը փոքր է, սնվելու հնարավորությունն էլ քիչ՝

բնակչությունը կտրուկ նվազում է: Դա պահպանում է բնակչության թիվը համապատասխան մակարդակի վրա:

**Հ.** Ինչո՞ւ ես պետք է լինեմ բուսակեր:

**Ու.** Ես բուսակեր եմ, քանի որ Աստված իմ ներսում ուզում է դա: Հասկացա՞ք: Մսակերությունը չեմ ընդունում՝ չեմ ուզում ինքս սպանված լինել, դա տիեզերական սկզբունքներից դեմ է, և մենք ինքներս չենք ուզում գողացված լինենք: Հիմա, եթե մենք անում ենք դա ուրիշների հանդեպ, ապա մենք գործում ենք մեր դեմ, և մեզ էլ տառապանք ենք պատճառում: Այն ամենը, ինչ դուք անում եք ուրիշների հանդեպ, ձեզ տառապանք է պատճառելու: Դուք չեք կարող կծել և խփել ինքներդ ձեզ: Չպետք է սպանեք, որովհետև դա կյանքի սկզբունքի դեմ է: Հասկանո՞ւմ եք: Դա մեզ տառապանք կբերի, և մենք պետք չէ որ այդպես վարվենք: Ինչն է դա չի նշանակում, որ մենք կսահմանափակենք մեզ: Դա նշանակում է, որ մենք կտարածենք մեր կյանքը տարբեր տեսակի կյանքերում: Մեր կյանքը չի ավարտվի այս մարմնով, բայց կտարածվի կենդանիների և այլ կենդանի էակների վրա: Դա կդարձնի մեզ ավելի գորեղ, հզոր, երրջանիկ և անսահման: Եղա՞մ:

Հ. Կարո՞ղ եք խոսել բուսակերության և նրա մասին, թե դա ինչպիսի ազդեցություն կունենա համաշխարհային խաղաղության վրա:

**Ու.** Այո: Պատերազմները հիմնականում տնտեսական հողի վրա են սկսվում: Պետության տնտեսական դժվարությունները դառնում են ավելի հրատապ, երբ սով է տիրում՝ սննդամթերքի պակաս, կամ համաչափ բաշխվածություն չկա տարբեր պետությունների միջև: Եթե ժամանակ կորցնեք թերթերը կարդալու և հետազոտեք բուսակերության վերաբերյալ փաստերը, ապա դուք շատ լավ կպատկերացնեք դա: Խոշոր եղջերավորների և այլ կենդանիների բուծումը, միս արտադրելու նպատակով, չի նպաստում տնտեսության տարբեր ոլորտների զարգացմանը: Այն սով է ստեղծում ամբողջ աշխարհում՝ համենայն դեպս Երրորդ Աշխարհի երկրներում:

Դա միայն ես չեմ փաստում, այդ հետազոտությունը կատարել է մի ամերիկացի և հետազոտության շուրջ գրել է գիրք: Դուք կարող եք գնալ գրքի խանութ և կարդալ բուսակերության վերաբերյալ և սննդամթերքի մշակման հետազոտությունների մասին: Դուք կարող եք կարդալ՝ «Սննդակարգ նոր Ամերիկայի համար» գիրքը, որն գրված է Ջոնս Ռոբինսոնի կողմից: Շատ

հանրաճանաչ պաղպաղակ արտադրող, միլիոնատեր: Նա թողել է այդ ամենը, որպեսզի բուսակեր դառնա և բուսակերության մասին գրել է գիրք, ի հակառակ իր ընտանեկան ավանդույթների և բիզնեսի: Նա կորցրեց շատ մեծ գումար, հեղինակություն և բիզնես, սակայն նա արեց դա հանուն ճշմարտության: Կարծում եմ այդ գիրքը շատ լավն է: Գոյություն ունեն բազմաթիվ այլ գրքեր և ամսագրեր, որոնք կարող են տեղեկություններ տալ բուսակերության վերաբերյալ, և նրա մասին, թե ինչպիսի ազդեցություն այն կարող է ունենալ համաշխարհային խաղաղություն ստեղծելու գործում:

Այսպիսով, մենք խլում ենք մեր իսկ սննդամթերքը կենդանիներին կերակրելու նպատակով: Դուք գիտե՞ք թե ինչքան սպիտակուց, դեղամիջոց, ջուր, մարդկային ռեսուրսներ, ավտոմեքենաներ, բեռնատարներ, ճանապարհների շինվածքներ և հարյուրավոր հազարակր հողատարացք է օգտագործվում մինչ կովը դառնում է ուտելու պիտանի: Հասկանո՞ւմ եք: Այս ռեսուրսները կարող են հավասարապես մատակարարվել թերի զարգացած երկրներում, այնուհետ կարող ենք լուծել սովի խնդիրը: Այսպիսով, այն պայմաններում երբ մի երկիր մթերքի կարիք է ունենում, աճում է այլ երկիր ներխուժման հավանականությունը սեփական մարդկանց փրկելու

նպատակով: Այդ ամենը ստեղծել է բացասական պատճառահետևանքային շղթա: Հասկանալի՞ է:

**Ինչ որ ցանես, այն կհնձես:** Եթե մենք սպանում ենք ինչ-որ մեկին սննդամթերքի վերածելու համար, ապա հետագայում մեզ էլ կսպանեն սննդամթերքի համար մեկ այլ կերպ, մյուս սերունդում: Դա տխուր փաստ է: Մենք այնքան խելացի ենք, այնքան քաղաքակիրթ և, միևնույն ժամանակ, մեզանից շատերը չգիտեն հարևան երկրների տառապանքների պատճառը: Սա մեր սովորությունների, մեր քմահաճույքների և սննդակարգից կախվածության պատճառով է:

Մեկ մարմնի համար հոգ տանելու համար, մենք սպանում ենք այդքան էակներ և թույլ տալիս, որ սովից կոտորվեն բազմաթիվ մարդիկ: Մենք դեռ չենք խոսում կենդանիների մասին: Հասկանո՞ւմ եք: Հետագայում մեղքի զգացմունքը՝ գիտակցաբար թե անգիտակցաբար, կիջեցնի մեր գիտակցության մակարդակը: Դա մեզ կստիպի տառապել քաղցկեղից, տուբերկուլյոզից և այլ անբուժելի հիվանդություններից, ներառյալ ՄԻԱՎ-ը: Հարցրեք ինքներդ ձեզ, թե ինչո՞ւ է ձեր պետությունը՝ ԱՄՆ-ն ամենաշատը տառապում: Աշխարհում ամենաբարձր քաղցկեղի տոկոսն ԱՄՆ-ում է, քանի որ ամերիկացիները ամենաշատն են օգտագործում

տավարի միսը: Նրանք ուտում են ավելի շատ միս, քան որևէ այլ երկիր: Հարցրեք ինքներդ ձեզ թե ինչո՞ւ Չինաստանում կամ այլ կոմունիստական երկրներում քաղցկեղի մակարդակը այդքան բարձր չէ: Նրանք չեն օգտագործում այդքան միս: Հասկանո՞ւմ եք: Դրա մասին են խոսում հետազոտության արդյունքները, և ոչ թե ես: Պա՞րզ է: Ինձ մի՛ մեղադրեք:

**Հ.** Որո՞նք են մեր բուսակեր լինելու հոգևոր առավելությունները:

**Ու.** Ես ուրախ եմ, այդ հարցադրման համար, դա նշանակում է, որ դուք կենտրոնացել եք, կամ մտածում եք միայն հոգևոր ձեռքբերումների մասին: Մարդիկ, բուսակերության մասին մտածելով, հիմնականում մտահոգված են առողջության, սննդակարգի և կեցվածքի մասին: Բուսակերության հոգևոր կողմերը բխում են նրանից, որ այն մաքուր է և բռնություն չի պարունակում:

**Մի՛ սպանիր:** Երբ Աստված պատվիրեց մեզ, Նա չասեց մի սպանիր մարդ արարածին, նա ասաց, մի՛ սպանիր որևէ արարածի: Արդյո՞ք իր ասածը չէ, որ նա ստեղծել է բոլոր կենդանիներին ընկերակցելու, օգնելու մեզ: Արդյո՞ք Նա չէ տվել կենդանիներին մեր խնամքի տակ: Նա ասաց հոգ տար նրանց մասին և ղեկավարիր նրանց:



Երբ դու ղեկավարում ես քո ենթականերին, արդյո՞ք դու սպանում և ուտում ես նրանց: Դու կդառնաս թագավոր առանց ոչ մի ենթակայի: Այսպիսով դուք հասկանո՞ւմ եք ինչ է Աստված ենթադրում: Մենք պետք է այդ կատարենք: Կարիք չկա հարցադրում կատարելու: Նա խոսում է շատ հստակ, սակայն ով է հասկանում Աստծոն բացի Աստծոց:

Այժմ դուք պետք է դառնաք Աստված, որպեսզի հասկանաք Աստծոն: Ես հրավիրում եմ ձեզ դառնալ նորից Աստծո պես: Աստծոն աղոթելը, չի նշանակում երկրպագել նրան, դա նշանակում է, որ ինքներդ Աստված եք դառնում: Դուք հասկանում եք, որ դուք և Աստված մեկ եք: **Ես և իմ Հայրը մեկ ենք**, այսպես չէ՞ր ասել Հիսուսը: Եթե նա ասել էր, որ Նա և իր Հայրը մեկ է, ապա մենք և Իր Հայրը նույնպես մեկ ենք, քանի որ մենք էլ ենք Աստծո զավակները: **Հովհ. 14.12** Հիսուսը ասում է «...գործերը, որ Ես անում եմ, ինքն էլ պիտի անի, և դրանցից ավելի մեծ գործեր պիտի անի...»: Այսպիսով, ո՞վ գիտի մենք անգամ կարող ենք ավելին իրականացնել:

Ինչի՞ համար աղոթել Աստծոն, եթե մենք ոչինչ չգիտենք նրա մասին: Ինչի՞ համար կույր հավատալ: Առաջին հերթին մեք պետք է իմանանք թե ում ենք երկրպագում, այնպես ինչպես մենք պետք է ճանաչենք այն աղջկան,

ում հետ պատրաստվում ենք ամուսնանալ: Այսօր, դա ավանդույթ է՝ մենք չենք ամուսնանում, եթե մինչ այդ որոշ ժամանակ չենք հանդիպում: Ապա ինչո՞ւ մենք պետք է աղոթենք Աստծոն, կույր հավատքով: Մենք իրավունք ունենք պահանջելու, որ Աստված հայտնվի մեր առջև, և ճանաչելի դարձնի իրեն: Մենք իրավունք ունենք ընտրելու, թե որ Աստծոն կցանկանանք հետևել:

Այսպիսով դուք տեսնում եք, որ ավետարանը շատ հստակ է՝ մենք պե՛տք է բուսակեր լինենք: Բոլոր առողջական պատճառներից ելնելով մենք պե՛տք է լինենք բուսակեր: Բոլոր տնտեսական պատճառներով՝ մենք պե՛տք է լինենք բուսակեր: Սիրո զգացմունք ունենալու համար՝ մենք պե՛տք է լինենք բուսակեր: Ինչպես նաև աշխարհը փրկելու համար՝ մենք պե՛տք է լինենք բուսակեր:

Հետազոտություններից մեկում նշված է՝ եթե արևմտյան ժողովուրդը, ամերիկացիները շաբաթական մեկ անգամ սնվեն բուսականությամբ, ապա մենք կկարողանանք փրկել տասնվեց միլլիոն սոված մարդ: Դարձի՛ր հերոս, դարձի՛ր բուսակեր: Անգամ եթե դուք իմ հետևորդները չդառնաք, չօգտագործեք նույն մեթոդը՝ խնդրում եմ եղեք բուսակեր ձեր իսկ փրկության համար, աշխարհի փրկության համար:

Հ. Եթե բոլորը սնվեն բույսերով, կատեղծի արդյ՞՞ոք դա սննդի պակաս:

Ու. Ոչ: Հողատարածքի օգտագործումը ձավարեղեն աճեցնելու համար կտա քառասուն անգամ ավելի մթերք, քան նույն հողակտորի օգտագործումը անասնակեր աճեցնելու համար: Ամեն մի ակր հողակտորից բույսերը տալիս են 800 000 կալորիայի էներգիա, և եթե նույն բույսերը օգտագործվեն կենդանաբուծության համար, որպես կեր, ապա կենդանական մթերքը կտա միայն 200 կալորիայի էներգիա: Ինչը նշանակում է, որ ընթացքում կորցնում ենք 600 000 կալորիա: Այսպիսով, բուսակերությունը ակնհայտորեն մսակերությունից արդյունավետ է:

Հ. Արդյ՞՞ոք ձուկ օգտագործելը նորմալ է բուսակերների համար:

Ու. Դա նորմալ է եթե դուք ուզում եք ուտել: Սակայն եթե դուք ուզում եք բուսակեր լինել, ապա ձուկը բանջարեղեն չէ:

Հ. Որոշ մարդիկ ասում են, թե ավելի կարևոր է լիներ բարի սիրտ ունեցող մարդ, իսկ դրա համար պարտադիր չէ լինել բուսակեր: Դա ինչ-որ իմաստ ունի՞:

**Ու.** Եթե ինչ-որ մեկը իսկապես բարի սիրտ ունեցող մարդ է, ապա ինչո՞ւ է նա ուտում մեկ այլ էակի մարմին: Տեսնելով, թե ինչքան են նրանք տառապում, նա պե՛տք է կարողանա զսպել մսամթերք օգտագործելուց: Մարմին ուտելը անխղճություն է, ինչպե՞ս կարող է բարի սիրտ ունեցող մարդը անել դա:

Ուսուցիչ Լիեն Չիհթ մեկ անգամ ասել է. ***“Մպանիր նրա մարմինը, և կեր նրա միսը: Այս աշխարհում չկա ավելի դաժան, անբարեացակամ և չար քան այդ մարդը:”*** Ինչպե՞ս կարող է չարը հոչակի, որ ինքը բարի սիրտ ունի:

Մենսիոսը նույնպես ասել է. ***“Եթե դուք տեսնեք նրան կենդանի, դուք դժվար կարողանաք տեսնել նրան մահացող, և եթե դուք լսեք նրա տնքոցները դուք չեք կարողանա ուտել նրա միսը, այսպիսով իրական ջենթլմենը հեռու է իրեն պահում խոհանոցից:”***

Մարդկային գիտակցությունը ավելի բարձր է քան կենդանիներինը, և մենք կարող ենք օգտագործել փամփուշտ, թույլ չտալով նրանց պաշտպանվել, և նրանք մահանում են ատելությամբ: Այն մարդը, որն իրականացնում է այդ՝ փոքրիկ և անօգնական կենդանիների հանդեպ, իրավունք չունի ջենթլմեն կոչվելու: Երբ կենդանիները սպանվում են, նրանք

հոգևարքի մեջ են գտնվում, վախի և սարսափի մեջ: Դա նպաստում է տոքսինների արտադրմանը, որոնք իրենց հերթին՝ պարունակվելով նրանց մսի մեջ, վնաս են պատճառում նրանց, ով ուտում է այն: Քանի որ կենդանիների վիբրացիաների արագությունը ավելի ցածր է քան մարդկանցը, ապա դա ազդում է մեր վիբրացիաների վրա, և խափանում է իմաստության զարգացման ընթացքը:

**Հ.** Արդյո՞ք դա նորմալ է լինել, այսպես կոչված ‘հարմար բուսակերներ’: Հարմար բուսակերները, այն մարդիկ են որոնք շատ խիստ չեն խուսափում միս ուտելուց: /Նրանք կարող են ուտել ընդհանուր մսաբանջարեղային ճաշատեսակից դուրս բերված բանջարեղենը:/

**Ու.** Ոչ: Օրինակ՝ եթե դուք մտցնեք ուտելիքը վարակված հեղուկի մեջ և հետո դուրս հանեք, ի՞նչ եք կարծում այն վարակված կլինի, թե ոչ: Մահապարհինիրվանա Մուտրայում, Մահակասուապան հարցնում է Բուդդային. “Երբ մենք խնդրում ենք և մեզ տալիս են բանջարեղենը մսի հետ խառնված, կարո՞ղ ենք արդյոք ուտել այդ: Բուդդան պատասխանում է. «Պետք է մաքրել այն ջրով և առանձնացնել բանջարեղենը մսից, հետո կարող եք ուտել»:

Այս վերոնշյալ երկխոսությունից կարող ենք հասկանալ,

որ չի կարելի անգամ ուտել բանջարեղենը, որն խառնված է եղել մսի հետ, եթե չմաքրենք այն ջրով, էլ չասենք, առանձին ուտել միս: Սա շատ կարևոր է տեսնել, որ Բուդդան և նրա հետևորդները պահպանում են բուսակերությունը: Ինչևէ, որոշ մարդիկ չարախոսում են, ասելով թե Բուդդան “հարմար բուսակեր էր”, և նա ուտում էր այն ինչ տալիս էին իրեն: Նա ուտո՞ւմ էր միս: Դա անհեթեթություն է: Նրանք, ով այդպես են ներկայացնում շատ քիչ են կարդացել Գրությունը, կամ կարդացածից շատ քիչ են հասկացել:

Հնդկաստանում բնակչության ավելի քան իննսուն տոկոսը բուսակեր է: Եվ երբ տեսնում են դեղին շորերով եկեղեցականներին, ապա նրանք գիտեն, որ պետք է առաջարկեն բուսական ուտելիք, էլ չասենք նրա մասին, որ հիմնականում մարդիկ միս էլ չունեն, որ մատուցեն:

Հ.Վադուց, ես լսել էի, մեկ այլ Ոստուցիչ ասել էր. “Բուդդան կերել է խոզի տոտիկներ, ստացել է աղիների խանգարում և մահացել է:” Դա ճիշտ է:

Ու. Բացարձակ ո՛չ: Բուդդան մահացել է, քանի որ նա կերել էր ինչ-որ տեսակի սունկ: Եթե թարգմանենք Բրահմայի լեզվից, այդ տեսակ սնկի անունն է “խոզի տոտիկ”, սակայն դա իսկական խոզի տոտիկ չէ: Նույնպես կա որոշակի միրգ՝ “լոնգան” /չինեբենից

բառացիորեն նշանակում է «վիշապի աչք»/: Կան բազմաթիվ բույսեր, որոնց անվանումը հնչողությամբ նման չէ բուսականի՝ ինչպես «վիշապի աչքը», սակայն իրականում բուսական են: Այդ սունկը Բրահմայի լեզվով կոչվում է «խոզի տոտիկ» կամ «խոզի ուրախություն»: Երկուսն էլ կապված են խոզի հետ: Այդպիսի սունկը դժվար էր գտնել Հին Հնդկաստանում և մեծ դեղիկատես էր համարվում, և մարդիկ այդ սունկը մատուցել էին Բուդդային ծիսակատարությունից հետո: Այդ սունկը հնարավոր չէ տեսնել հողի երեսին: Նա աճում է հողի տակ: Մարդիկ փնտրում են այդ սունկը ծեր խոզի օգնությամբ, որն այդ սունկի սիրահար է: Խոզերը գտնում են այդ սունկը հոտով, և եթե գտնում են, ապա ոտքերով փորում են և ուտում: Դրա համար էլ այդ տեսակի սունկը կոչվում է «խոզերի ուրախություն» կամ «խոզի տոտիկ»: Քանի որ համապատասխանորեն չի թարգմանվել, և քանի որ մարդիկ իրականում չեն հասկացել զուգաբանությունը, մյուս սերունդը արդեն ստացել է սխալ տեղեկատվություն և մեղադրել է Բուդդային մսակերության մեջ: Մա իրականում շատ տխուր փաստ է:

**Հ.** Որոշ միս սիրողներ ասում են, թե նրանք գնում են միսը խանութից, և սեփական ձեռքերով չեն սպանում, այդ պատճառով էլ, խնդիր չէ նրանց միս ուտելը: Դուք

կարծում եք, որ դա ճիշտ է:

**Ու.** Դա սարսափելի սխալ է: Դուք պետք է իմանաք, որ մսավաճառները սպանում են կենդանի էակներին, միայն այն պատճառով, որ մարդիկ ուտում են: Լանկավատարա Սուրբայում, Բուդդան ասում է. ***Եթե ոչ ոք միս չուտի, սպանություններ տեղի չեն ունենա: Այսպիսով միս ուտելը և կենդանի էակների սպանելը նույն մեղքն է:*** Այդքան կենդանիներ սպանելու պատճառով են տեղի ունենում բնական և մարդածին արհավիրքներ: Պատերազմները նույնպես կենդանիների սպանությունների պատճառով են:

**Հ.** Ոմանք ասում են, որ, իհարկե, բույսերը չեն արտադրում թունավոր նյութեր, ինչպիսիք են ուրիան և ուրիկոզան, սակայն մրգեր և բանջարեղեններ աճեցնողները օգտագործում են պեստիցիդներ, որոնք նույնպես վտանգավոր են առողջության համար: Այդպե՞ս չէ:

**Ու.** Եթե գյուղատնտեսները օգտագործում են պեստիցիդներ և այլ թունավոր նյութեր, ինչպիսիք են ԴԴՏ-ն, ապա դա կարող է բերել քաղցկեղի, չբերության կամ լյարդի հիվանդությունների: Այդպիսի թունավոր նյութերը ինչպիսին է ԴԴՏ-ն դիֆուզվում են ճարպի, և սովորաբար պահեստավորվում են կենդանիների



ճարպում: Միս ուտելիս դուք ընդունում եք բարձր պարունակությամբ պեպտիցիդներ և այլ թունավոր նյութեր, որոնք պահեստավորվել են կենդանիների մարմնում նրանց աճի ընթացքում: Դա կարող է լինել երեսուն անգամ ավելին, քան մրգերում, բանջարեղեններում կամ ձավարեղենում: Մենք կարող ենք մաքրել այն պեպտիցիդները որոնցով պատված են մրգերը, սակայն մենք չենք կարող դուրս հանել այն պեպտիցիդները, որոնք պահեստավորվել են կենդանիների մարմնում: Քանի որ պեպտիցիդները աճողական հատկություն ունեն տեղի է ունենում պահեստավորման գործընթացը: Այդ շղթայի մեջ ամենատուժվածները սպառողներն են:

Այովայի համալսարանում կատարված փորձերը ցույց տվեցին, որ մարդկանց մարմնի մեջ հայտնաբերված պեպտիցիդները հիմնականում միս օգտագործելու արդյունք են: Պարզվել է, որ պեպտիցիդների քանակը բուսակերների մարմնում կիսով չափ քիչ է քան մսակերների մարմնում: Պեպտիցիդներից զատ այնտեղ կա մեկ այլ թունավոր նյութ: Կենդանիներին բուծելու ընթացքում նրանց սնունդը հիմնականում բաղկացած է արագ աճ կամ մսի գույնը, համը, պահպանումը ապահովող քիմիական նյութերն են:

Օրինակ՝ կոնսերվանտները որոնք արտադրված են նիտրատներից շատ թունավոր են: 1971թ. հուլիսի 18-ին "Նյու-Յորք Թայմս" թերթը հայտարարել է մսի մեջ պարունակվող ամենամեծ թաքնված վնասի՝ սաղմոնի բակտերիաների, պեստիցիդների, պահպանիչ նյութերի, հորմոնների, հակաբիոտիկների և այլ քիմիական նյութերը մասին: Դրանից գատ, կենդանիները ստանում են վակցինաներ, որոնք կարող են մնալ նրանց մարմնում: Այս առումով՝ մրգերում, բանջարեղեններում, ընկույզում, լոբազգիներում և եգիպտացորենում, գտնվող սպիտակուցը շատ ավելի մաքուր է քան մսի մեջ պարունակվողը, որն ունի 56 տոկոս ջրում չլուծվող անմաքրություններ: Հետազոտությունը ցույց է տվել, որ այդ՝ մարդու կողմից ստեղծված, լրացումները կարող են բերել քաղցկեղի, այլ հիվանդությունների կամ դեֆորմացված պտուղի ձևավորմանը: Լոբազգիներից դուք կարող եք ստանալ սպիտակուց, իսկ մրգերից և բանջարեղենից վիտամիններ և միներալներ:

## Բուսակերությունը՝ ջրի գլոբալ ճգնաժամի ամենալավ լուծում

Ջուրը երկրագնդի բոլոր էակների գոյատևման հիմքն է: Ջրային ռեսուրսների գերաժախսը հրատապ խնդիր է և, ինչպես նշում են Ստոկհոլմյան Միջազգային Ջրի ինստիտուտում /ՍՋՄԻ/, այդ կարևոր ռեսուրսի առկայությունը ապագա սերունդների համար վտանգված է:

Ստորև տրված են 2004թ. Օգոստոսի 16-20 տեղի ունեցած ՍՋՄԻ-ի տարեկան Համաշխարային Ջրի Շաբաթ կոնֆերանսում գրանցված հիմնական փաստերը.

↳ Մի քանի տասնամյակների ընթացքում, մթերքի արտադրության բարձրացման հետ մեկտեղ փոխվել է բնակչության ծավալի զարգացումը: Այսօր պարզապես ավելի շատ ջուր է օգտագործվում սննդամթերքի արտադրության համար:

↳ Մսամթերքը, ստացվում է ձավարեղենի օգտագործման շնորհիվ, և ամեն կգ մսի արտադրության համար պահանջվում է 10000-ից մինչև 15000կգ ջուր:

↳ Հացահատիկը պահանջում է 400-3000 կգ ջուր արտադրված ամեն կգ դիմաց:

խ Օգտագործվող ջրի ավելի քան 90 տոկոսը գնում է սննդամթերք ստեղծելու:

խ Այնպիսի երկրներ, ինչպիսին է Ավստրալիան, որտեղ ջուրը արդեն չի հերիքում արտահանում է ջուրը մսի ձևով:

խ Զարգացող երկրներում, մսակերները օգտագործում են 5000լ ջուր, համեմատած բուսակերների՝ 1000-2000լ /Գուարդիան 8/23/2004/

Բացի դրանից, նշվում է, արդեն ոչ թե ՍՋՄԻ-ի աղբյուրից, որ Ամազոնի աճող մաքրված հողատարածքները օգտագործվում են սոյա աճեցնելու համար, որն օգտագործվում է կենդանիներին կերակրելու նպատակով: Ավելի օգտակար կլիներ ուղղակիորեն կերակրել մարդկանց:

Ինչպես նշում են բազմաթիվ հետևորդներ՝ Ոստուցիչը խոսում է շրջապատի և մսարտադրության հարցերի շուրջ Իր “Բուսակերության առավելությունները” դասախոսության մեջ, որն լուսաբանված է “Անհապաղ լուսավորման բանալին” գրքույկում: “Կենդանիների բուծումը մսամթերքի համար ունի իր հետևանքները: Դա բերում է կույս անտառների վերացմանը, գլոբալ տաքացմանը, ջրի քանակի նվազեցմանը,

անապատեցմանը, էներգետիկ ռեսուրսների պակասին և համաշխարհային սովին: Հողատարածքների, ջրի, էներգիայի և մարդկային ռեսուրսների օգտագործումը միս արտադրելու համար՝ էֆեկտիվ ուղի չէ Երկրագնդի ռեսուրսների օգտագործման իմաստով:

Այսպիսով, որպեսզի զգալիորեն նվազեցնել ջրի համընդհանուր օգտագործումը, մարդկությունը կարիք ունի աշխարհը կերակրելու նոր մոտեցում ձևավորել, և բուսակերությունը համապատասխանում է այդ պահանջին:

### ***Համապատասխան հարցերի համար այցելեք.***

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

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

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

Հաշվի առեք, որ

1 չափ մատուցվող տավարի միսը կլանում է 1200 գալոն ջուր

1 չափ մատուցվող հավը՝ 350 գալոն

1 կոմպլեքսային բուսական ճաշատեսակի՝ տոֆու, բրինձ և բանջարեղեն, մատուցման համար՝ 98 գալոն ջուր:

Աղբյուրը՝

[http://www.suprememastertv.com/tw/water-shortage-&-pollution/?wr\\_id=574#v](http://www.suprememastertv.com/tw/water-shortage-&-pollution/?wr_id=574#v)

## Լավ լուրեր բուսակերների համար

### Հիմնական բուսական սպիտակուցը

Բուսական սննդակարգը շատ կարևոր է ոչ միայն մեր հոգևոր պրակտիկայի համար, այլ նաև շատ առողջարար է: Ինչևէ, մենք հատուկ ուշադրություն դարձնենք բուսական սննդակարգին՝ պահանջվող բուսական պրոտեինին, համոզված լինելով, որ ամեն ինչ ներդաշնակ է և մարդը ստանում է անհրաժեշտ պրոտեինը:

Երկու տեսակի պրոտեին գոյություն ունի՝ բուսական և կենդանական: Սոյան, սիսերը և ոլորը՝ բուսական պրոտեինի աղբյուր են: Օգտագործել բուսական սննդակարգ դեռ չի նշանակում օգտագործել միայն տապակած բանջարեղեն: Պրոտեինը պետք է ընդգրկվի անհրաժեշտ պահանջումները բավարարելու համար:

Դ-ր Միլլերը բուսակեր էր ամբողջ կյանքի ընթացքում: Նա բժիշկ էր և քառասուն տարի շարունակ զբաղվում էր Չինական Հանրապետության աղբատների բուժմամբ: Նա համոզված է, որ ամուր առողջություն պահպանելու համար մեր սննդակարգում միայն հացահատիկների, լոբեղենի, մրգերի և բանջարեղենի կարիք ունենք: Դ-ր. Միլլերի համաձայն. "Լոբեղենի կաթնաշորը՝ դա 'միս է'

առանց ոսկորների”:

“Քանի որ սոյան շատ սննդարար է, ենթադրվում է, որ եթե մարդիկ սնվեն մեկ տիպի կերակրատեսակով և դա լինի սոյան, ապա նրանք ավելի երկար կապրեն:”

Բուսական կերակրատեսակներ պատրաստելը նույնն է, իչ մսի պարունակությամբ ուտելիքները, բացառությամբ այն բանի, որ մսի փոխարեն օգտագործվում են բուսական հավի կամ բուսական մսի կտորներ: Օրինակ՝ “կտրատած մսով և կանաչիով սոտեն” կամ “ձվով ապուր” մենք կարող ենք փոխարինել և պատրաստել “կտրատած բուսական մսով և կանաչեղենով ապուր” կամ “ապուր լոբեղենի կաթնաշոռով”:

Եթե դուք գտնվում եք այն երկրներում, որտեղ բուսական պրոտեինը մատչելի չէ, ապա դուք կարող եք կապնվել Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայի Միջազգային Ասոցիացիայի տեղական կենտրոնի հետ և մենք կտրամադրենք ինֆորմացիա հիմնական միջոցների և բուսական ռեստորանների վերաբերյալ:

Եթե ուզում եք հասկանալ, թե ինչպես պատրաստել բուսական սնունդ, ապա դուք կարող եք ծանոթանալ “Գերագույն խոհանոց” գրքին, որը հրատարակվել է Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայի Ասոցիացիայի կողմից,

կամ մեկ այլ բուսական խոհանոցի գրքի հետ:

**Բուսական ռեստորանների տեղաբաշխման մասին տեղեկություն ունենալու նպատակով կարող եք այցելել հետևյալ կայքերը.**

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

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

Այստեղ դուք կգտնեք որոշ բուսական ռեստորանների և բուսական սննունդ մատակարարող կազմակերպությունների ցուցակը:

**Բուսական Ռեստորաններ ամբողջ Աշխարհում /գործում են մեր ասոցիացիայի անդամների նախաձեռնությամբ/**

---

---

## NORTH AMERICA

---

---

CANADA – Vancouver

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

Vancouver, BC, V5Z 1E9

Tel: 1-604-569-3196

[vancouver@lovinghut.ca](mailto:vancouver@lovinghut.ca)

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

Doronto

Loving Hut International Vegan

Restaurant

953 Enlinton Ave West

Toronto, Ontario M6C 2C4

Tel: 416-782-4449/916-0880

[toronto@lovinghut.ca](mailto:toronto@lovinghut.ca)

[lovinghuttoronto@gmail.com](mailto:lovinghuttoronto@gmail.com)

U.S.A.

Arizona

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

(W.Union Hill Store)

3515-A W. Union Hills

Drive, Glendale AZ 85308.

Tel: 1-602-9780393



phoenix@lovinghut.us

546 West Broadway

### California – Alhambra

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

(W. Main St Store)

621 W. Main Street. Alhambra,  
CA 90801

Tel: 1-626-2892684 Fax: 1-775-  
6288037

### California – Los Angeles

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

(Orange County - Huntington Beach)

19891 Brookhurst Street  
Huntington Beach, CA 92646

Tel: 1-714-962-6449

(Orange County - Ladera)

27522 Antonio Pkwy., Ste P2  
Ladera Ranch, CA 92694

Tel: 1-949-365-1077

(Orange County - Orange)

237 S. Tustin St., Orange, CA  
92888

Tel: 1-714-464-0544

(Orange County - Upland)

903-b Foothill Blvd, Upland, CA  
91786

### California – San Diego

Loving Hut International Vegan  
Restaurant (San  
Diego)

1905 El Cajon Blvd., San Diego,  
CA 92104

Tel: 1-619-683-9490

### California – Palo Alto

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

165 University Ave, Palo Alto, CA  
94301

Tel: 1-650-3215588

### California – San Francisco

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

(Stockton St Store)

1365 Stockton St., San Francisco, CA  
94133.

Tel: 1-415-3622199

### California – San Jose

Supreme Master Ching Hai  
International

Association Vegetarian House  
520 East Santa Clara Street,  
San Jose CA 95112

Tel: 1-408-292-3798

info@vegetarianhouse.us  
http://Godsdirectcontact.com/veg  
etarian/

Loving Hut International Vegan  
Restaurant (Milpitas Store)

516 Barber Lane, Milpitas, CA 95035.  
USA

Tel: 1-408-9430250

email: info@lovinghut.us  
www.lovinghut.us

□ Loving Hut International Vegan  
Restaurant (Oakridge Mall)

925 Blossom Hill Rd. San Jose CA  
95123-1294

Tel: 1-408-229 2795

### Massachusetts – Boston

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

415 Chandler Street Worcester, MA  
01602

Tel: (508) 459-0367 / Fax: (508) 459-  
0784

bostonbuddhahut@yahoo.com

### New York

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

348 7th Ave, New York NY 10001

Tel: 1-212-760-1900 (1902)

newyorkcity@lovinghut.us

### Texas – Houston

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

(Houston Store)

2825 S. Kirkwood Drive Houston  
Texas 77082

Tel: 1-281- 531-8882

### Georgia

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

(Norcross Store)

6385 Spalding Drive, Suite E,

Norcross, GA. 30092

Tel: 1-678-421-9191

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

(Kennesaw)

2700 Town Center Drive,  
Suite 136, Kennesaw, GA 30144  
Tel: 1-770-429-0666

### Washington

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

(Seattle)

1228 South Jackson St,  
Seattle, WA 98144,

Tel: 1-206-726-8669

seattle@lovinghut.us

### Illinois

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

(Chicago)

5812 N Broadway St. Chicago, IL  
60660

Tel: 1-773-275-8797

### Florida

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

(Orlando)

2101 E. Colonial Drive. Orlando, FL  
32803.

Tel: 1-407- 894 5673

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

(Cape Coral)

1918 Del Prado Blvd S. #3 Cape  
Coral, FL

Tel: 1-(239) 424-8

capecoral@lovinghut.us

New - Jersey

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

538 State Route 10,  
Ledgewood, NJ 07852,  
Tel: 1-862-251-4611

Tel.: +43 699 12659473

<http://www.lovinghut.co.at>

---

---

SOUTH AMERICA

---

---

PANAMA

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

Entrada de Gorgona Via  
Interamericana Distrito de Chame,  
Provincia de Panama  
Tel: 507-240-5621

GERMANY – Munich

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

Calenberger Str. 11, 30169 Hannover,  
Germany

Tel.: 49 176 24486837

<http://www.lovinghut.de/hannover>

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

Margreider Platz 4, 85521 Ottobrunn,  
Germany

Tel.: 49 89 61180617

<http://www.lovinghut.de/muenchen>

---

---

EUROPE

---

---

AUSTRIA

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

Neubauguertel 38/5, A-1070 Vienna,  
Austria  
Tel.: 43 1 2939182

<http://www.lovinghut.at>

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

Favoritenstr. 156, A-1100 Vienna,  
Austria

FRANCE – Paris

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

92, boulevard Beaumarchais  
75011 - PARIS - France

Tel : 33-1-48064384

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

SPAIN – Malaga

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

Calle Conde Altea, 44, Bajo,  
46005 Valencia, Spain

Tel: 34-96-3744-361

<http://lovinghut.es>

UNITED KINGDOM – London

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

CZECH REPUBLIC

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
Truhlariska 20  
110 00 Praha 1  
Tel:420-775 999376  
[www.lovinghut.cz](http://www.lovinghut.cz)  
[info@lovinghut.cz](mailto:info@lovinghut.cz)

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
Londynska 35  
Praha 2 - Vinohrady  
[info@vegfood.cz](mailto:info@vegfood.cz)  
[www.vegfood.cz](http://www.vegfood.cz)  
Tel:420 222 515 006/ 721 255 253

---

---

OCEANIA

---

---

AUSTRALIA

Brisbane

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
Shop 2, 1420 Logan Rd, Mount  
Gravatt Tel:  
Tel:617-3219-4118  
[http://mtgravatt.lovinghut.com.a  
u/](http://mtgravatt.lovinghut.com.au/)

[lovinghutbrisbane@gmail.com](mailto:lovinghutbrisbane@gmail.com)  
Tel: 61-2-9728-7052

FORMOSA/TAIWAN R.O.C.

Taipei

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
Huaining Branch, Taipei  
No.44, Huaining St., Jhongheng  
District, Taipei City 100, Formosa  
(R.O.C.)  
Tel:886-2-2311-9399 / Fax:02-  
2311-3999

□Yuanman Branch, Taipei

No.3-1, Cingdao E. Rd.,  
Jhongheng District, Taipei City  
100  
TEL: 886-2-2391-3553/ 2391-3913

□Guangfu Branch, Taipei

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

□NTU Branch, Taipei

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

□Chung Hsiao ,Taipei

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

□ Taipei Songde Store

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

□ Taipei Neihu Store

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

□ Jing Ping, Chung Ho

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

□ Taishan Branch, Taipei

198, Sec.2, Mingjih Rd.,  
Taishan Township, Taipei County  
243  
Tel: 886-2-85315689

□ Yumin Branch, Banciao

No.109, Yumin St., Banciao City,  
Taipei  
Tel: 886-2-22582257

□ Sung Feng Yin Branch, Hsi Chih

No.26, Sec. 2, Sintai 5th Rd.,  
Sijhih City, Taipei County 22175,  
Tel: 886-2-2641-5059

Yilan

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
Xinyue Branch, Yilan  
4F., No.6, Lane 38, Sec. 2,

Minquan Rd., Yilan City, Yilan  
County 260  
Tel: 886-3-9332992/ 935-6545

Xiyue Branch, Luodung  
No.156-1, Gongheng Rd.,  
Luodong Township, Yilan County  
265  
Tel: 886-39-573533

□ Chao Yang Branch, Yilan

115, Taishan Rd., Yilan City,  
Yilan County 26052,  
(03) 932-6724

Hualien

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

Taoyuan

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

□ Huanjhong Branch, Taoyuan

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

Taichung

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

## Changhua

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

## □Datong Branch, Yuanlin

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

## Nantou

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

## Chiayi

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
Chueiyang Branch, Chiayi

No.396, Chueiyang Rd., West  
District, Chiayi City 600  
Tel: 886-5-2289079/ 228-9077

## Tainan

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

## □Madou Branch, Tainan

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

## Kaohsiung

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
Zhanchien Branch, Kaohsiung  
No. 283, Chung Shan 1st Rd.,  
Sin Sing District, Kaohsiung City  
Tel: 886-7-285-6895 / Fax: 07-  
285-7836

## Pingtung

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
Ansin Branch, Pingtung  
No.130, Ansin 4th Side Lane,  
Pingtung City, Pingtung County  
900  
Tel: 886-8-7225577 /721-4700

## Taitung

Loving Hut International Vegan

Restaurant

XinSheng Branch, Taitung  
No.259, XinSheng Rd., Taitung  
City 950  
Tel: 886-89-350915 /352-792

Hualien

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
No.30, Datong St., Hualien City,  
Hualien County 97049,  
(038) 352-559

HONG KONG

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
(Kowloon Store)  
Shop 242-5, G/F, Amoy Plaza 2,  
77 Ngau Tau Kok Road, Hong  
Kong  
Tel: (852) 2751 1321  
<http://www.lovinghut.com/hk/index.htm>

Kowloon

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
245 Amoy Plaza Phase 2,  
77 Ngau Tau Kok Road, Kowloon,  
Hong Kong  
Tel: 852-27511321

Wan Chai Store

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
Shops B&C, G/F, The Hennessy,  
256 Hennessy Road, Wan Chai,  
Hong Kong  
Tel: 852-2574 3248

JAPAN

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
2F,6-15, Yotsuya Sanchoume  
Shinjyuku - ku, Tokyo 160-0004  
Tel: 81 -03-6807-9625

KOREA

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
(Yeongdong)  
691-1, Gyesan-ri, Yeongdong-eup,  
Yeongdong-gun,  
Chungcheongbuk-do,  
Tel: 043-743-7597

(Wonju)

1100-5, Dangye-dong, Wonju-si,  
Gangwon-do, Korea  
Tel: 033-743-5393

(Pusan University)

418-1, Jangjeon-dong,  
Geumjeong-gu, Busan, Korea  
Tel: 051-518-0115

(Seoul - Yangjae)

Twin Tower Building 101, 275-4,  
Yangjae-dong, Seocho-gu, Seoul,  
Korea  
Tel: 070-8614-7953

(Daegu - Sinmae)

587-4, Sinmae-dong, Suseong-gu,  
Daegu,  
Tel: 053-793-4451

Education University Store (Daegu)  
1794-7, Daemyeong 2-dong,  
Daegu Nam-gu,  
053-622-7230

(Gaepo-dong, SM)  
1229-10, Gaepo-dong, Gangnam-gu, Seoul  
Tel: 02-576-9637, 8

□Yangjae Store

Twin Tower Building 101, 275-4,  
Yangjae-dong, Seocho-gu, Seoul,  
070-8614-7953

□Sinchon Store

33-10, Changcheon-dong,  
Seodaemun-gu,  
02-333-8088

□Achasan Store

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

(Jeonju)

295-24, Seosin-dong, Wansan-gu,  
Jeonju-city, Jeonbuk

Tel: 063-274-7025

(Ansan)

688-3, GoJanDong DanWonGu  
AnSan-city, KyungGiDo

Tel: 010 9822 5184

(Ok-dong Store)

788-1, Ok-dong, Andong-si,

Gyeongsangbuk-do, Korea

054-841-5393

Munheung Store (Gwangju)

1002-1, Munheung-dong, Buk-gu,

Gwangju, Korea. Post code: 500-110  
062-265-5727

Convention Center Store (Daejeon)

Convention center, 4-19, Doryong-dong,  
Yuseong-gu, Daejeon.

042-533-9951

City Hall Store (Jeju)

1767-27, Ido 2-dong, Jeju-si, Jeju-do  
Korea

064-751-3335

(Ulsan Store)

758-2, Dal-dong Nam-gu, Ulsan,  
Korea

052-267-7173

Seomyeon Store (Busan)

197-1, Bujeon-dong, Busanjin-gu,  
Busan,

051-808 7718

Gangnam-gu

229-10, Poi-dong, Gangnam-gu,

Seoul

Tel: 82-2-576-9637 / Fax: 82-2-575-9562

<http://www.smvege.co.kr/>

(Andong)

158-5 Dongmun-dong, Andong,  
Korea

Tel: 82-54-841-9244

Sintanjin

Seokbong-dong, Daedeok-gu,  
Daejeon, Korea

Tel: 042-934-6647

Samcheon



691-4, Samcheondong 1-ga,  
Jeonju-si, Wansan-gu, Jeollabuk-  
do  
Tel: 063-229-6656

Hannam  
2F, 657-92, Hannam-dong,  
Yongsan-gu, Seoul  
Tel: 02-3217-2153

Jinbuk  
1151-13 Jinbuk-Dong, Deokjin-  
Gu, Jeonju-City, Jeonbuk-Do,  
Korea  
Tel: 063 255-6636

Dongnae  
350-1, Myeongnyun-dong,  
Dongnae-gu, Busan, Korea  
Tel: 051-557-5858

Jinju  
440-2, Sinan-dong, Jinju-si,  
Gyeongsangnam-do  
Tel: 055-748-9476

Onyang  
1406, Oncheon-dong, Asan-si,  
Chungcheongnam-do  
041-549-1638

PyeongHwa  
893-1, 2-Ga, Pyeonghwa-Dong,  
Wansan-Gu, Jeonju-City,  
Jeonbuk-Do, Korea  
063-226-7388

CheongGye  
103, 986-3, CheongGye-Dong,  
Uiwang-City, KyungGi-Do,  
Korea  
031-423-5203

JoEun  
101, 801-11, Seosin-Dong,  
Wansan-Gu, Jeonju-City,

Jeonbuk-Do, Korea  
063-255-5589

SuNae(Coffee Shop)  
63-1, Sunae-Dong, Bundang-Gu,  
Seongnam-City, KyungGi-Do,  
Korea  
031-713-0211

JukJeon  
1F, 1199-8, Bojeong-Dong,  
Kiheng-Gu, Yongin-City,  
KyungGi-Do, Korea  
031-889-4860, 070-7583-0051

## INDONESIA

### Bali

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
Pertokoan Sudirman Agung B 12-  
A Jl. PB Sudirman  
Tel: 62-361-241-035  
Fax: 62-361-255368  
E-mail: light99@telkom.net

### Jakarta

Loving Hut International Vegan  
Restaurant  
The Plaza Semanggi, Lt. 3A, No.  
3A

Kawasan Bisnis Granadha  
Jl. Jend Sudirman Kav. 50, Jakarta  
- 12930  
Tel. +62 - 21 - 2553 9369  
<http://lovinghut.co.id/peta.shtml>  
(Kemang Store)  
Jl. Kemang Raya No. 130E, Kemang -  
Jakarta Selatan  
(819) 1218 6088

## Medan

(Medan Store)

Putri Hijau St/ Guru Patimpus St  
No.1 - OPG, Deli Plaza Shopping  
Centre. Medan,

Tel: 62 (61) 4563411

## Yogyakarta

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

Tamansari Foodcourt, Ambarrukmo  
Plaza Lt. 3 Jl. Laksda  
Adisucipto, Yogyakarta  
0274 4331254

## MALAYSIA -Kuala Lumpur

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

Petaling Jaya

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

## Johor Bahru

Unit 1, Ground Floor, Block F,  
Plaza Sentosa, Johor Bahru, Johor  
Tel: 012-712 1744/Fax: 03-8064  
2138

S: +6016 261 8276

Email:

[contact@LovingHutMalaysia.com](mailto:contact@LovingHutMalaysia.com)

Web:

[www.LovingHutMalaysia.com](http://www.LovingHutMalaysia.com)

## THAILAND

Bangkok

257 Charoennakhon Road,  
Ground Floor Shop 11 Samrae,  
Thonburi, Bangkok 10600,  
Thailand

Tel: (+66)24769781 /

(+66)24766220

[info@LovingHutThailand.co.th](mailto:info@LovingHutThailand.co.th)

[www.lovinghutthailand.com](http://www.lovinghutthailand.com)

Pawet

199/71 Soi 70/1 On-Nut,  
Sinakarin Rd., Pawet 10240,  
Thailand

Tel: (+66)27210320 /

(+66)83497709

## SINGAPORE

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

Raffles Institution

1 Raffles Institution Lane, S 575954

Tel: 65- 63538830

Marsiling School

12, Marsiling Road, Singapore

739110 Fax: 68946156

Tel: 65- 68941413

Jalan Bukit Merah

Block 161, Unit 01-3725 Bukit Merah  
Central. Singapore 150161

Tel: 65-63774354

ParkLane Store

35 Selegie Road, #01-07 Parklane  
Shopping Mall. Singapore 188307

Tel: 65- 63380962

## MONGOLIA

Loving Hut International Vegan  
Restaurant

Khan-Uul, Ulaanbaatar Branch  
2nd Floor, Mongol Nekhmel Co  
Ltd, 2nd Khoroo, Khan-Uul  
District, Ulaanbaatar,  
Tel: +(976)11341896,  
(976)98080512

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

□Food College, Ulaanbaatar Branch  
Student Dormitory of Food  
College, 2nd Khoroo, Khan-Uul  
District, Ulaanbaatar,  
Tel: +(976)99114373,

(976)99237898

□Bayangol, Ulaanbaatar Branch  
Bichi Khoroolol, Bayangol  
District, Ulaanbaatar, Mongolia  
Tel: +(976)91912063,  
(976)95940781

Tel: +(976)11341896, (976)98080512

□Chingeteilt, Ulaanbaatar Branch  
3th Floor, Mars Trademarket, 2nd  
Khoroo, Chingeteilt District,  
Ulaanbaatar, Mongolia

Tel: +(976)91912063, (976)95940781

□Food College, Ulaanbaatar Branch  
Student Dormitory of Food College,  
2nd Khoroo, Khan-Uul District,  
Ulaanbaatar,

Tel: +(976)99114373, (976)99237898

□Bayangol, Ulaanbaatar Branch  
Bichi Khoroolol, Bayangol District,  
Ulaanbaatar, Mongolia

Tel: +(976)91912063, (976)95940781

Երբ Ուսուցչի սերը իջավ իմ հոգու վրա

Ես վերածնվեցի երիտասարդ.  
Միայն մի հարցրու պատճառը.  
Պատճառը ՄԻՐՈ տրամաբանությունը չէ:

Ես բոլոր էակների  
Ներկայացուցիչն եմ  
Ազատ արտահայտում եմ  
Նրանց վշտերը և ցավը  
Կյանք կյանքի հետևից դեռ պտտվող մահվան անիվի  
մեջ:  
Ադոթի՛ր, Կարեկցող Ուսուցիչ  
Շտապի՛ր: Ավարտին մոտեցրու:

Քո օրհնությունը տուր բոլորին և բազմազաններին,  
Վատին և լավին,  
Գեղեցիկին և տգեղին  
Անկեղծին և անարժանին,  
Միանման:

Օ, Ուսուցիչ  
Ես երբեք չեմ գտնի խոսքեր Քեզ մեծարելու:  
Քո սերը պահպանում եմ իմ ներսում  
Եվ քնում եմ նրա հետ ամեն գիշեր:

Լուսկյաց արթունքներ  
Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայ

## Հրատարակություններ

Մեր հոգևոր մակարդակը բարձրացնելու և առօրյա կյանքն ոգեշնչելու նպատակով Գերագույն Ոսուցիչ Չինգ Հայի Ուսմունքը մատչելի է տեսահոլովակների, ձայներիզների և գրքերի ձևով:

Դրանից զատ հրատարակված գրքերը, տեսա և ձայնաերիզները, Ուսուցչի ուսմունքի բազմազան հավաքածուները տեղադրված են Ինտերնետ կայքում անվճար: Օրինակ՝ որոշ կայքերի գործառույթն է ցուցադրել վերջին հրատարակությունները Նորությունների ամսագրից /տես՝ “Quan Yin Web Sites” բաժինը ներկայացված ստորև/: Օնլայն հրատարակումների այլ գործառույթներից է ծանոթացնել Ուսուցչի ոգեշնչող աֆորիզմներին և բանաստեղծություններին, ինչպես նաև դասախոսություններին տեսա և ձայնա ֆայլերի տեսքով:

Մեկ այլ լայն տարածում գտած հրատարակություններից է՝ Ուսուցչին ներկայացնող գրքի օրինակը, ավելի քան 80 լեզվով: Գրքի օրինակը ձեռք բերելու համար խնդրում ենք այցելել հետևյալ կայքերը.

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

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

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

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

## Գրքեր

The Key of Immediate Enlightenment: A collection of The Supreme Master Ching Hai's lectures. Available in Aulacese (1-15), Chinese (1-10), English (1-5), French (1-2), Finnish (1), German (1-2), Hungarian (1), Indonesian (1-5), Japanese(1-4), Korean (1-11), Mongolian (1,6), Portuguese(1-2), Polish(1-2), Spanish (1-3), Swedish (1), Thai (1-6) and Tibetan(1).

The Key of Immediate Enlightenment - Questions and Answers:

A collection of questions and answers from Master's lectures. Available in Aulacese (1-4), Chinese (1-3), Bulgarian, Czech, English (1-2), French, German, Hungarian, Indonesian (1-3), Japanese, Korean (1-4), Portuguese, Polish and Russian (1).

The Key of Immediate Enlightenment - Special Edition/1993 World Lecture Tour:

A six- volume collection of The Supreme Master Ching Hai's lectures during the 1993 World Lecture Tour. Available in English and Chinese.

The Key of Immediate Enlightenment — Special Edition/7-Day Retreat:

A collection of Master's lectures in 1992 during a 7-day retreat in San Di Mun, Formosa. Available in English and Aulacese.

Letters Between Master and Spiritual Practitioners:

Available in English (1), Chinese (1-3), Aulacese (1-2), Spanish (1)

The Key of Immediate Enlightenment — My Wondrous Experiences with Master

Available in Aulacese (1-2), Chinese (1-2)

Master Tells Stories:

Available in English, Chinese, Spanish, Aulacese, Korean, Japanese and Thai.

Coloring Our Lives: A collection of quotes and spiritual teachings by Master.

Available in Aulacese, Chinese and English.

God Takes Care of Everything —

Illustrated Tales of Wisdom from The Supreme Master Ching Hai:

Available in Aulacese, Chinese, English, French, Japanese and Korean.

The Supreme Master Ching Hai's Enlightening Humor – Your Halo Is Too Tight!

Available in Chinese and English.

Secrets to Effortless Spiritual Practice

Available in Aulacese, Chinese and English.

God's Direct Contact —The Way to Reach Peace: A collection of The Supreme Master

Ching Hai's lectures during Her 1999 European Lecture Tour. Available in Chinese and English.

Of God and Humans — Insights from Bible Stories

This special anthology includes thirteen Bible narratives, uniquely retold by Master on various occasions. Available in Chinese and English.

The Realization of Health — Returning to the Natural and Righteous Way of Living.

Available in Chinese and English.

I Have Come to Take You Home: A collection of quotes and spiritual teachings by

Master. Available in Arabic, Aulacese, Bulgarian, Czech, Chinese, English, French, German, Greek, Hungarian, Indonesian, Italian, Korean, Mongolian, Polish, Spanish, Turkish, Romanian and Russian.

Aphorisms: Gems of eternal wisdom from Master.

Available in English/Chinese, Spanish/Portuguese, French/German and Korean.

The Supreme Kitchen(1) - International Vegetarian Cuisine: A collection of culinary delicacies from all parts of the world recommended by fellow practitioners.

Available in English/Chinese, Aulacese and Japanese.

The Supreme Kitchen (2) - Home Taste Selections:

Combined volume of English /Chinese

One World... of Peace through Music: A collection of interviews and musical compositions from a Benefit Concert in Los Angeles, California.

Combined volume of English/Aulacese/Chinese.

A Collection of Art Creation by The Supreme Master Ching Hai:

Available in English, Chinese.

S.M. Celestial Clothes (6):

Available in a combined language edition of English/Chinese.

The Dogs in My Life (1-2): This two-volume book set of 500 pages is a fabulous real-life set of doggy tales published by Master about Her canine companions. Available in Aulacese, Chinese, English, German, Japanese, Korean, Spanish, Polish.

The Birds in My Life: In this beautifully illustrated picture-story book, Master Ching Hai shows us the secret to unlocking the animals' inner world. Available in Aulacese, Chinese, English, French, German, Korean, Mongolian, Russian, Indonesian.

The Noble Wilds: Lovingly composed and photographed by Master Herself, this book is filled with beautiful poetry and breathtaking pictures. In this intimate journal-like story, Master speaks of Her lakeside explorations and reveals to us the inborn noble qualities of our animals friends. Available Aulacese, Chinese, English, French, German.

Celestial Art: Celestial Art is a distinguished volume in which the author interprets artistic creation from a spiritual perspective to reflect Truth, virtue, and the beauty of Heaven. As readers are invited into the boundless world of Supreme Master Ching Hai's art and uplifted through its resonance with the divine, they will be profoundly touched by the deep emotions of a poet, the subtle touches of a painter, the unique ideas of a designer, and the romantic heart of a musician. Above all, one is blessedly introduced to the wisdom and compassion of a great spiritual teacher. Available in Chinese, English.

From Crisis to Peace: Available in English, Chinese, Spanish, Indonesian, Russian and Korean.

Thoughts on Life and Consciousness

A book written by Dr. Janez. Available in Chinese



## Չայնա և տեսաներիզներ

Ուսուցչի տեսահոլովակների դիտելը կարող է փոխել մեր աշխարհայացքը և հիշեցնել մեր իրական Ես-ի մասին: Իմաստությունը, որը հաճախ հումորի տեսքով է հնչում, Նրա բառերը և շարժումները տալիս են մեզ ջերմություն և ուրախություն բերում մեր սրտերին: Ավելին՝ այս դասախոսությունների և հաղորդակցում ստացած աշակերտների հետ զրույցների ձայներիզի տարբերակը, կվերածի ամեն աշխատանք հաճելի փորձի:

Հնարավոր սկավառակների փոքր տեսականին կներկայացվի ստորև: Ավելի շատ տեղեկություն ստանալու համար այս և ուրիշ սկավառակների մասին խնդրում ենք այցելել “Obtaining Publications” մասը:

A Prayer for World Peace: Lecture in Ljubljana, Slovenia.

Be Your Own Master: Group Meditation in AT, USA.

The Invisible Passageway: Lecture in Durban, South Africa.

The Importance of Human Dignity: Group Meditation in NJ, USA.

Connecting Yourself with God: Lecture in Lisbon, Portugal.

How to Love Your Enemy: Group Meditation in Santiman, Formosa.

Return to the Innocence of Childhood: Lecture in Stockholm, Sweden.

The Way to Find the Treasure Within: Group Meditation in Chiang Mai, Thailand.

Together We Can Choose a Bright Destiny: Lecture in Warsaw, Poland.

The Choices of Each Soul: Group Meditation in LA, USA.

Walk the Way of Love: Group Meditation in London, England

Let Others Believe God the Way They Want: Group Meditation in LA, USA

## Երաժշտական սկավարակներ և կոմպակտ դիսկեր

Ուսուցչի երաժշտական ժառանգությունը ընդգրկում է Բուդդիստական վանկարկում /չանթինգ/, քանաստեղծություններ և օրիգինալ կոմպոզիցիաներ, որոնք հնչում են ավանդական չինական երաժշտական գործիքավորմամբ, հնչում են այնպիսի գործիքներ ինչպիսիք են՝ սիթաուր և մանդոլինան:

Այդ երաժշտական կոմպոզիցիաներից շատերը հնարավոր է ձեռք բերել սկավառակների /կասետների/ և կոմպակտ դիսկերի տեսքով: Ավելի շատ տեղեկություններ ստանալու համար այցելեք “Obtaining Publications” սեկցիան:

Buddhist Chanting: CDs1, 2, 3. (Meditation Chanting)

Holy Chanting: Hallelujah

Collection of Music Composed by Master: (CDs1-9) Original compositions played on dulcimer, harp, piano, Chinese zither, digital piano, and more.

### DVDs

Code	Title	Place
184	The Truth About The World – Maitreya Buddha & Six Children	Hsihu, Formosa

240	Leading The World Into A New Era	Hsihu, Formosa
260	The Mystery of The World Beyond	UN., U.S.A.
356	Let God Serve Through Us	U.N. Geneva, Switzerland
389	Songs & Compositions of The Supreme Master Ching Hai – MTV	
396	Forgive Yourself	CA., U.S.A.
401	The Mystery of Cause and Effect	Bangkok, Thailand
444	Rely on Yourself (1, 2)	Hawaii, U.S.A.
467	The Suffering of This World Comes From Our Ignorance	Singapore
474	We Are Always Together	Paris, France
493	Appreciate The Value of Initiation	Hamburg, Germany
497	We Are Always Together	Hamburg, Germany

501	The Way of Family Harmony	Hsihu, Formosa
512	How To Practice In The Complicated Society	Hsihu, Formosa
513	The Best Way To Beautify Yourself	Hsihu, Formosa
518	Shiva's 112 Ways of Concentration (I)	Hsihu Center, Formosa
549	The Mark of A Great Saint	Phnom Penh, Cambodia
560	Each Soul Is The Master	Raising Center, Cambodia
562	The God Consciousness Is in Everything	Raising Center, Cambodia
571	The True Manifestation of A Living Master	Hyatt Hotel, Long Beach, CA, U.S.A.
582	Be Determined On the Spiritual Path	Australia
588	Master's Pilgrimage to the Himalayas (Part 1, 2)	LA Center, U.S.A.
600	The Real Meaning of Ahimsa	Pune, India

602	Our Child Nature is God	LA Center, U.S.A.
603	Entering The Blissful Union of God	Singapore
604	Spiritual Life and Professional Ethics	Washington D.C., U.S.A
	The Purpose of Enlightenment	Washington D.C.,
608	The Methods of Spiritual Improvement	Washington D.C., U.S.A.
611	Eternal Care From A True Master	Washington D.C., U.S.A.
618	Sacred Romance	Young Dong Center, Sangju, Korea
620	The True Master Power	Young Dong Center, Sangju, Korea
622	Bringing Perfection Into This World	Young Dong Center, Sangju, Korea
626	The Choices of Each Soul	LA Center, U.S.A.
638	Bring Out the Best in Yourself	Florida Center, U.S.A.

642	Divine Love Is the Only True Love	Los Angeles, U.S.A.
645	Connecting Yourself with God	Lisbon, Portugal
648	The Way to End Wars	Edinburgh, Scotland
656	Spirituality Shines in Adversities	Dublin, Ireland
662	Face Life With Courage	London, England
668	The Invisible Passage Way	Durban, South Africa
665a	Pacifying The Mind	Istanbul, Turke
667	Be a Torchbearer for God	Johannesburg, S. Africa
670	Our Perfect Nature	Florida Center, U.S.A
671	To Be Englightened	Tel Aviv, Israel
673	Transcend Emotions	Cape Town, South Africa
674	Walking In Love And Laughter	Cape Town, S. Africa

676	Parliament of the World's Religions	Cape Town, S. Africa
677	The Smile of an Angel	Bangkok, Thailand
680	Beyond the Emptiness of Existence	Bangkok, Thailand
681	The Heart of A Child	Bangkok, Thailand
685	Concentration On Work: A Way of Spiritual Practice	Bangkok, Thailand
688	Love Is The True Essence of Life	Malaysia
689	Enlightenment and Ignorance	Nepal
690	True Happiness Is Recognizing Our True Nature	Hong Kong
691	Illusion Is A Reflection of Reality	Manila, Philippines
692	Listening Inwardly To Our Self-Nature	Taoyuan, Formosa
693	Wisdom & Concentration	Tokyo, Japan
694	Life Continues Forever	Seoul, Korea
695	A Spiritual & Intellectual Interchange	Formosa

	A Conference at the Academia Sinica	
696	Freedom Beyond The Body & Mind	Young Tong, Korea
701	To Impart The Great Teaching	Yong Dong, Korea
703	The Inner Telepathy with a Master	Young Dong, Korea
705	Waking Up from the Dream	Seoul Center, Korea
709	An Evening with the Stars	Los Angeles, CA, U.S.A.
710	Celebrating Master's Birthday (Part I , II)	Young Dong, Korea
711	The Hotel Called Life	Fresno, California, U.S.A.
712	The Divine Intelligence of Animals	Florida Center, U.S.A.
716	A Natural Way to Love God	Florida Center,U.S.A.
718	Love is Always Good	Florida Center,U.S.A.
719	Overcoming Bad Habits	Florida Center. U.S.A.
721	The Wisdom Eye	Florida Center, U.S.A.



726	A Selfless Motive	Florida Center. U.S.A.
728	The Blessing of a Loving Thought	Florida Center, U.S.A.
729	Greatness Is Following Your Ideals	Florida Center, U.S.A.
730	Communicating with Love	Florida , U.S.A
731	The Strength of Many Hearts	Florida Center, U.S.A
732	The Power of Positive Thinking	Florida Center, U.S.A.
734	The Touch of a Master	Florida Center, U.S.A.
735	The Courage To Change	Florida Center, U.S.A.
733	To Live with A Noble Purpose	Florida Center, U.S.A.
736	The Illusionary Game of Life	Florida Center, U.S.A.
737	To Practice with Ease	Florida Center, U.S.A.
739	Master's Transformation Body	Florida Center, U.S.A.
740	Learning to Live in Harmony	Florida Center, U.S.A

741	The Millennium Eve Performance	Bangkok, Thailand
742	Elevating the World with Spiritual Practice	Hsihu, Formosa; Hong Kong and China
743	Buddha's Sadness (MTV)	U.S.A. & Au Lac
744	Since I've Loved You (MTV)	U.S.A. & Au Lac
745	Contributing to This World	Los Angeles , & Houston, U.S.A., Singapore Center
746	Our Loved Ones Go to Heaven	Toronto Center, EU Retreat in Hungary
747	Children of the Dragon and Fairy	Florida Center, U.S.A.
748	The Beginning of Humility	Seoul, Korea, San Francisco, USA
751	Non-Regressing Bodhisattvas	Hsihu, Formosa
752	A Meeting of Love	
753	Love for All Beings	Indiana Center, USA.

		& Vienna Center, Austria
754	The Ladder of Spiritual Enlightenment	Florida Center U.S.A.
755	The Laughing Saints	Florida Center U.S.A.
757	The Truth of Masters' Realm	Florida Center U.S.A.
756	The Value of Being Honest	Florida Center U.S.A.
758	The Power to Transmit Enlightenment	Florida Center U.S.A.
759	Au Lac in Ancient Times	Houston, Texas, U.S.A.
760	The Real Heroes	Stanton, CA, U.S.A.
761	The Song of Love	Hungary Center
762	Dealing with Karma	Mexico City Center, Mexico / San Jose Center, Costa Rica
763	Self-Discipline in Spiritual Practice	Boston, USA /Jakarta, Indonesia, Hamburg , Germany

766	Attending Retreats with a Pure Motive	Florida Center, U.S.A.
767	The Role of A Master	Florida Center, U.S.A.
768	Life is More Simple When You Listen to God	Florida Center, U.S.A.
771	A Youth's Passion	
772	Laughing Through Life	
773	Unconditional Devotion	
774	Positive Thoughts Lead to a Peaceful World	Pattaya, Thailand
775	One Person Can Make A Big Difference	Pattaya, Thailand
776	Love will Move Mountains Blessings will Level the Oceans	Pattaya, Thailand
778	Spiritual Progress Is Reflected in Daily Life	Pattaya, Thailand
777	Gratitude Brings Glory to the World	Pattaya, Thailand
779	Springtime Folk Songs	Hsihu, Formosa
780	The Dogs and the Birds in My Life	

781	Always Keep a Pure and Contented Heart	Hsihu, Formosa
782	The Merits of Turning back to Goodness	Hsihu, Formosa
783	All Through the Night God is Calling Us	Hsihu, Formosa
784	Live and Let Live	Hsihu, Formosa
785	Remember God in Our Heart, and Our Fate Will Improve	Hsihu, Formosa
793	A Simple and Noble Life	Paris Center, France
794	High Noble-Quality Countries	Paris Center, France
795	Laughter is Good for You	Paris Center, France
796	The Guardian Angels God Bestows Upon Humans	Paris, France
797	God's Will is Done Through the Master	Paris, France
798	The Best Way to Communicate with Animals	Taipei, Formosa
Sun	Art and Spirituality (Collections)	Formosa

TV		
TV1	Walk the Way of a Living Saint	
TV4	Love Beyond Boundaries	
800	The Noble Wilds	
801	An Ancient Love	
804	The Infinite Blessings of Meditation	Paris, France
807	Keeping Faith in Difficult Times	Paris, France
808	Food for the Soul	Paris, France
809	The Heart of Renunciation	Paris, France
810	Heaven's Loving Support	Paris, France
827	Go All Out to Resolve the Ecocrisis	Klagenfurt, Austria
828	Changing the World with Love	Klagenfurt, Austria...etc.
833	Celestial Art (Part I) – Hsihu Center	Hsihu Center, Formosa

834	Celestial Art (Part II) – Heavenly Beauty	
835	Supreme Master Ching Hai on the Environment: Part 1- Eden on Earth through Veganism Part 2- Spreading the Vegan Solution	Surrey, UK / Seattle, USA
836	Supreme Master Ching Hai on the Environment: Veganism is the Solution to Save the World	London, United Kingdom
837	2008 Critical Moments to Save the Earth: What Can I Do?	Formosa
838	Heart-Touch Tour of the Supreme Master Ching Hai: Eden on Earth Arts Gallery Exhibition	Formosa
841	Climate Change International Conference – Supreme Master Ching Hai with Hollywood Celebrities	Hollywood, California, USA
843	SOS: Stop Global Warming Seminar	Tokyo, Japan
844	Videoconference with Supreme Master Ching Hai: Premiere of “The Birds in My Life”	Thailand & Germany
845	Supreme Master TV’s 2nd Anniversary: A Cultural Celebration Honoring All Life	Los Angeles, CA, U.S.A.

846	“Stop Global Warming: Act Now” Conference	Bangkok, Thailand
847	Supreme Master Ching Hai on the Environment: Be Veg: Change Our Destiny, Save the Planet	Korea
848	Supreme Master Ching Hai on the Environment: Live Our Lives with Conscience & Love	Penghu, Formosa
849	Supreme Master Ching Hai on the Environment: Compassion Begets Compassion	Sydney, Australia
850	Purity of Heart Can Create Many Miracles	France
854	Media Interviews with Supreme Master Ching Hai: - James Bean of Spiritual Awakening Radio - Bob Lebensold of Environmentally Sound Radio - Ms. Andrea Bonnie of Irish Independent Newspaper	New York, U.S.A / Ireland

Աուդիո սկավառակներ, MP3, CD և DVD-ներ Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայի դասախոսություններով, երաժշտությամբ և համերգներով այժմ մատչելի է Արաբերեն, Հայերեն,



Բուլգարերեն, Կամբոջերեն, Չիներեն, Խորվատերեն, Չեխերեն, Անգլերեն, Ֆիներեն, Ֆրանսերեն, Գերմաներեն, Հուներեն, Հունգարերեն, Ինդոնեզերեն, Իրալերեն, Ճապոներեն, Մալերեն, Մանդարիներեն, Սօնգոլերեն, Նեպալերեն, Նորվեգերեն, Պարսկերեն, Լեհերեն, Պորտուգալերեն, Ռուսերեն, Սլովեներեն, Իսպաներեն, Շվեդերեն, Թայերեն, Թուրքերեն և Զլուերեն: Կատալոգները կարող են ուղարկվել հայտերից հետո: Մենք ողջունում ենք բոլոր ուղղակիորեն ուղարկած հայտերը:

### **Հրատարակումների ձեռք բերումը**

Բոլոր հրատարակությունները առաջարկվում են մոտավոր գներով: Եթե դուք ցանկանում եք գնել կամ պատվիրել հրատարակումներ, ապա խնդրում ենք առաջին հերթին դիմելք ձեր տեղական կենտրոն կամ “կապող” անձին: Հնարավոր հրատարակումների շարքի հետ ծանոթանալու համար դիմելք տեղական կենտրոն, այցելելք հետևյալ կայքերը.

<http://smchbooks.com/new-c/cover/cover.htm>

<http://magazine.godsdirectcontact.net/>

Դրանից գատ, օնլայն Նորությունների թերթը կարող է տրամադրել տեղեկատվություն վերջին տպագրությունների և ձայներիգների

մասին: Ռեթրիթներում արկա ցուցահանդեսների վայրը գերագանց տեղ է Ուսուցչի գրքերը, ձայներիզները, նկարները և զարթերը ձեռք բերելու:

Անհրաժեշտության դեպքում կարող եք ողղակիորեն պատվիրել Ֆորմոզայից (P.O.Box 9, Hsiu, Miaoli, Formosa, ROC). Մանրամասն կատալոգը նույնպես մատչելի է հայտերի ձևով:

## QUAN YIN WWW ԿԱՅՔԵՐ

God's direct contact–The Supreme Master Ching Hai International Association's global Internet:

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

Քուան Յին տեղեկատու վեբ կայքեր մուտքը հասանելի է ամբողջ աշխարհում բազմաթիվ լեզուներով, հնարավոր է նաև օգտվել 24-ժամյա հեռուստաձրագրերից՝ ճանապարհորդություն գեղագիտական ոլորտներ: Դուք կարող եք ստանալ կամ բաժանորդագրվել Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայի “Նորություններ” խորագրով շաբթին, որն առկա է

eBook ֆորմատով կամ տպելու ենթակա ձևաչափով: Անհապաղ լուսավորության բանալին բուկլետի օրինակը նույնպես մատչելի է:

“Գտեք Ձեր սեփական հավիտենական գանձը և դուք կկարողանաք օգտվել այդ անսպառ աղբյուրից: Դա անսահման օրհնություն է: Ես ոչ մի խոսք չունեմ գովազդելու այն: Կարող եմ միայն գովաբանել հուսալով, որ կհավատաք իմ գովասանքի խոսքերին, և իմ էներգիան ինչ-որ կերպ ազդեցություն կթողնի և կբարձրացնի ձեզ, որպեսզի դուք էլ ունենաք այդ ուրախության զգացմունքը՝ դրանից հետո դուք կհավատաք: Հաղորդակցումից հետո դուք հիրավի կհասկանաք իմ խոսքերի իմաստը: Ես չեմ կարող որևէ կերպ փոխանցել այն Մեծ Օրհնությունը, որն Աստված ուղարկել է ինձ և իրավունք տվել անվճար և առանց պայմանների տարածել այն:”

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայ

Մենք վերցնում ենք որոշակի կարմա այլ մարդկանցից նաեւով նրանց վրա, մտածելով նրանց մասին, կիսելով գիրք կամ սնունդ, և այլն: Այսպես ենք մենք օրինում մարդկանց և նվազեցնում նրանց կարման: Ահա թե ինչու մենք պետք է կիրառենք պրակտիկան՝ Լույսն տարածելու և խավարը ցրելու: Օրինված են նրանք, ով տալիս է մեզ իրենց կարմայի մի մասը: Մենք երջանիկ ենք օգնել նրանց:

Գերագույն Ուսուցիչ Չինգ Հայ

Մարդկային լեզվով մենք անընդմեջ անհեթեթություններ ենք խոսում: Մենք միշտ ամեն ինչի մասին պետք է չաչանակություն անենք: Մենք պետք է համեմատենք, գնահատենք, նույնացնենք, անուն տանք ամեն ինչին: Սակայն, Բացառիկությունը, եթե դա իրական Բացառիկություն է, անգամ խոսք չի կարող լինել այդ ամենի մասին: Դուք չեք կարող խոսել դրա մասին: Դուք չեք կարող պատմել դրա մասին: Դուք չեք կարող անգամ մտածել դրա մասին: Դուք չեք կարող պատկերացնել դա: Այնտեղ ոչինչ չկա: Հասկանո՞ւմ եք:

## Ինչպե՞ս կապնվել մեզ հետ

### The Supreme Master Ching Hai International Association

P. O. Box 9, Hsihu Miaoli 36899, Formosa, ROC

P.O.Box 730247, San Jose, CA 95173-0247, U.S.A.

\* In the following list are those among the good nations in which basic or greater freedom of faith is respected. If there is no contact person in your area, please contact our headquarters or our office nearest to you.

The contents of our worldwide liaison practitioners list may change sometimes; for the latest information, please visit:

<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/cp/index.htm> (English)

#### AFRICA

##### BENIN

- Cotonou / Mr. Yedjenou Georges / 229-93076861 / smchwisdom@gmail.com
- Cotonou / Mr. Yedjenou Sylvestre / 229-21380404 / yedsylves@gmail.com
- Cotonou / Mrs. Hounwanou Sessito Lucie / 229 93427641, 229 95910948 / smchlove@gmail.com
- Porto-Novo / Mr. Hounhoui Mahougbe Didier / 229- 90 93 29 99 / smportonovo@yahoo.fr

##### BURKINA FASO

Ouagadougou / Mr. YAMEOGO Honore / 226-70 62 34 58 / honoreyam@yahoo.fr

##### CAMEROON

Douala / Mr. Daniel Xie / 237-3-3437232 / smcameroon@gmail.com  
Douala / Mr. Thomas KWABILA / 237-99-15-05-73 / thomaskwa@yahoo.fr

##### DEM. REP. OF THE CONGO

Kinshasa / Center / 243-810583010 / blessedcongo@yahoo.fr  
Kinshasa / Mr. Mbau Ndombe Abraham / 243-811433473

GABON

Libreville / Mr. Mouity Ludovic Bernardin / 241-07162358 / ludovicmouity@yahoo.fr

GHANA

Accra / Mr. Amuzu Kwei Samuel / 233-277607-528 / smghanac@yahoo.com

Accra / Mr. Emmanuel Koomson / 233-244170-230

Ivory Coast / Abidjan / Mr. Yao Koua Kou / 255-01246302 / etienneyao82@yahoo.fr

KENYA

Nairobi / Center / 254-020-8010897

MAURITIUS

Port Louis / Mr. Janesh KISTOO / 230-9454527 / janesh7@orange.mu

NIGERIA

Yenagoa / Ms. Harry Juliana / 234-8134480142 / brayila@yahoo.com

REP. OF THE CONGO

Brazzaville Center / 242-5694029, 242-5791640 / goldenagecongo@yahoo.fr

R.S. AFRICA

Cape Town / Center / 27-83-952-5744 / capetowncentre@yahoo.com

Johannesburg / Mr. Tyrone Incendiario / 27 83 468 7001 / tyronein@jhb.stormnet.co.za

\* TANZANIA

Center / 255-7773-54776 / vegantogther@gmail.com

TOGO

Kpalime / Mr. Dossouvi Koffi / 228-905 42 76, 228-955 31 24 / jdossouvi@fr@yahoo.fr

\* Kpalime / Mr. Late Komi Mensa / 228-441 09 48 / smkpalimetogo@gmail.com

\* Lome / Mr. GBENYON Kuakuvi Kouakou / 228-902 72 07 / kgbenyon@yahoo.fr

\* Lome / Mr. GERALDO Misbaou / 228-022 78 44 / mmylg@yahoo.fr

UGANDA

Kampala / Ms. Kigoonya Rosalyn / 256-772-675436 / kigoonyarosalyn@yahoo.com

AMERICA

ARGENTINA

Buenos Aires / Mr. Pablo Baez / 54-11-4381-9666/ hailovemaster@hotmail.com

BRAZIL

Belem / Ms. Cleci de Brito Neves / 55-9188019288 / contato.belem@yahoo.com.br

Goiania / Mr. Eusmar Rodrigues Martins / 55-62-96016636 / goianiacenter@gmail.com

Recife / Recife Center / recifecenter@gmail.com

Recife / Ms. Maria Vasconcelos de Oliveira / 55-81-3326-9048 / vasconcelosdeoliveira.maria@gmail.com

San Paulo / Center / 55-11-5904-3083, 55-11-5579-1180

San Paulo / Liaison office / 55-11-5083-7227 / sp@contatodiretocondeus.org

San Paulo / Mrs. Marcia Mantovaninni / 55-11-3083-5459

CANADA

Edmonton / Mr. Tuan Anh Phan / 1-780-235-7578 / minokimba999@yahoo.ca

London / Center / Mr. Bill Barton / 1-519-4952215 / bbarto2162@rogers.com

Montreal / Center / 1-514-764-4317 / smchmontreal@sympatico.ca

Montreal / Mr. Terry Terrian / 1-514-764-3534 / tterrian@yahoo.com

Ottawa / Center / ottawacenter@gmail.com

Ottawa / Ms. Sonal Pathak / 1-819-770-5516 / sjpathak36@hotmail.com

Toronto / Center / 1-416-503-0515

Toronto / Mr. Calvin Nhat Nguyen / 1-647-802-3459 / atpeace.nhat@gmail.com

Vancouver / Center / Vancouver.Center@gmail.com

Vancouver / Mr. Gary Chen / 1-604-710-7896 / gcheaven@gmail.com

Vancouver / Mrs. Lisa Hollingberry / 1-604-725-8687 / noblelife@ymail.com

CHILE

La Serena / Mr. Ruben Augusto Bonilla Araus / 56-92967880 / ruboar@hotmail.com

Santiago / Center / 56-2-6385901 / chilecenter1@yahoo.com

Santiago / Mrs. Jacqueline Barrientos / 56-2-3147786 / jackybarrientos@gmail.com

COLOMBIA

Bogota Center / Ms. Yudy Liceth Guzman perdomo / 57-3003932587 / 57-1-2030051 /

lucykuanyin@gmail.com

COSTA RICA

• San Jose / Center / 506 22681045

• San Jose / Ms. Silvana Angela Lopes Rossi / 506-8836-2848 / centro.med.costarica@gmail.com

\* ECUADOR:

• Loja / Mr. Alan LEE / 653-9722 0387 / alantblee@gmail.com

• Loja / Mrs. Merrillyn LEE / 653-9722 0387 / merrilyntylee@gmail.com

\* El Salvador

• San Salvador / Ms. Carolina del Carmen Rivera / 503- 7790-6258 / fenixcarolina@yahoo.com

HONDURAS

Tegucigalpa / Mrs. Ondina Corrales Flores / 504-222-7733 / luzysonidoenhonduras@yahoo.com

MEXICO

• Mexicali / Ms. Sonia Valenzuela / 1-928-317-8535 / mexicali.center@hotmail.com

• Mexico State / Ms. Laura Lopez Aviles / 52 55 58521256, 52 55 13974330/ texcenter@gmail.com

• Monterrey / Mr. Humberto Martinez / 521-81-1500 6818 / martinezrdzh@gmail.com

NICARAGUA

Managua / Center / 505-248-3651 / pastora7iglesia@yahoo.com

PANAMA

Panama / Center / 507-236-7495

Panama / Mr. César Ravel Sanjur Barrera / 507-6747-7122 / ravelsanjur@gmail.com

PARAGUAY

Asuncion / Ms. Emilce Cespedes Gimenez / 595-981-836314 / emilce\_cespedes@hotmail.com

Ciudad del Este / Mr. & Mrs. Italo Acosta / 595-61-578571, 595-983614592 / Italoacostaa@hotmail.com

PERU

Cusco / Ms. Angelica Garcia Yañez / 51-19-96138612 / agyrom@hotmail.com

Lima / Ms. Maria Isabel, Tuesta Angulo / 51-1-995264571 / maritue\_pe@yahoo.com

Trujillo / Ms. Maria Andrea Paredes Lopez / 51-44224908 / paloma\_qyin@yahoo.com

SURINAME

Mrs. Nian Li .Chen / 597-8664577 / nianli.2006@yahoo.com.cn

Uruguay:

Montevideo / Mr. Esteban Ceron / 598-2-305 9288 / estceron@yahoo.com

VENEZUELA

Maracaibo / Ms. Dianela Carola Diaz Fereira / 58-4168605497 / dianela33@yahoo.es

USA

Arizona

Arizona Center / 1-602-264-3480

Mr. Elie Firzli / 1-602 692 5035 / pelikan@cox.net

Arkansas

Ms. Cynthia Hudson / 1-479-981-1858 / arkansascenter1es@cox.net

California

Fresno / Ms. Frances Lozano / 1-559-765-7140 / estudios62301@yahoo.com

Los Angeles / Center / 1-714-924-5327 / smch.lacusa93@yahoo.com

Los Angeles / Ms. Chiem, Mai Le / 1-714-924-5327 / maitchiem@gmail.com

San Diego / Mr. Dau Van Ngo / 1-858-573-2345 / daungo@yahoo.com

Sacramento / Mr. Thi Thai Le / 1-916-799-7768 / thaivegi@yahoo.com

Sacramento / Mr. Tuan Minh Le / 1-916-226-9197 / tuanins@yahoo.com

San Francisco / Mr. Blaise Scavullo / 1-510-965-3647 / blaise.scavullo@gmail.com  
San Jose / Ms. Crystal Silmi / 1-510-421-2095 / crystalsilmi@gmail.com  
San Jose / Mr. Jingwu Zhang/ 1-408-505-5824 / jingwuzhang@hotmail.com  
San Jose / Ms. Mai Thanh Phan / 1-408-603-5037 / smthanhmai@gmail.com

Colorado

Mrs. Rachel Marzano / 1-720-229-0446 / Rachel@rippleeffectdesign.com

Florida

Jacksonville / Mr. David Tran / 1-904-285-0265 / jaxcenter@gmail.com  
Cape Coral / Mr. Long Huynh / 1-239-593-1541 / cccflsaints@gmail.com  
Fort Lauderdale / Mr. Henry Lu / 1-772-318-9100 / yiyohlu@gmail.com  
Orlando / Mr. Johnny Scott-Meza / 1-407-529-7829 / scottmezajohnny@yahoo.com

Georgia

Mrs. Mireille Whritenour / 1-770-856-5421 / georgiacenter@hotmail.com

Hawaii

Mr. Neil Trong Phan / 1-808-398-4693 / neilphan@gmail.com

Illinois

Ms. HaRim Lee / 1-773-351-5957 / sm.illinois@gmail.com

Indiana

Ms. Josephine Poelinitz / 1-317-842-8119 / josiepoe@sbcglobal.net

Kentucky

Frankfort / Center / kycenter2000@yahoo.com

Louisville / Mr. Lei Wang / 1-502-644-2804 / wanglei300@gmail.com

Louisiana

Mr. John L. Fontenot / 1-504-914-3236 / jlfontenot@hotmail.com

Maryland

Ms. Joy Su / 1-443-812-2681 / joyxiaominsu@gmail.com

Mr. Pete Theodoropoulos / 1-410-667-4428 / petetheo1111@hotmail.com

Massachusetts

Boston / Center / 1-978-528-6113 / bostoncenter2008@yahoo.com

Boston / Ms. Allison C. Joyal / 1-401-769-5948 / joyalallison@yahoo.com

Boston / Mrs. MyDung Truong / 1-617-480-2450 / mdtruong51@yahoo.com

Boston / Ms. Li-Yu Chen / 1-781-228-1941 / Lywlotus@yahoo.com.tw

Michigan

Ms. Jeanne Minier / 1-517-543-2341 / michigancenterusa@gmail.com

Minnesota

Mr. & Mrs. Hoang Ta / 1-952-226-4203 8 / yolanta66@yahoo.com

Missouri

Ms. Mary Ella Steck / 1-573-230-3843 / maryellasmvt@gmail.com

New Mexico

Mrs. Nga Truong / 1-505-256-3104 / ntruongnm@yahoo.com

New Jersey

New Jersey Center / 1-973-209-1651 / NJCenter@gmail.com

Mr. Hero Zhou / 1-973 - 960 6248 / yb\_zhou@hotmail.com

Ms. Lynn McGee / 1-973-864-7633 / lynn.mcgee@yahoo.com

Ms. Yu Linda Zhang / 1-732-752-6829 / Linda2010@gmail.com

New York

Ms. Heidi Murdock / 1-631-905-6783 / heidimurdock@yahoo.com

Ms. Woan-Hwa Renee Sytwu / 1-973-462-8867 / rsytwu.nycenter@gmail.com

North Carolina



Mr. Fred Lawing / 1-704-614-4397 / northcarolinacenter@hotmail.com

Ohio

Ohio Center / centerohio@gmail.com

Mr. Aaron Suttchenko / 1-513-470-1787 / aaron@loveforce.net

Oklahoma

Mrs. Tran, Thao / 1-918-292-8884 / smtu2007@cox.net

Oregon:

Mrs. Xuan Cheng / 1 - 541 - 9054073 / xuan.cheng2008@gmail.com

Pennsylvania

Philadelphia / Mrs. Thao Le / 1-717 432 0720 / thaocppa@yahoo.com

•Pittsburgh / Mr. Trung Kieu / 1-408 786 4856 / pittsburghcp@gmail.com

South Carolina

Mr. Michael Stephen Blake / 1-407-474-3492 / smch\_southcarolina@yahoo.com

Texas

Austin / Center / 1-512-396-3471 / jjdawu@yahoo.com

Austin / Mr. Hien Nguyen / 1-512-249-9313 / hienng@yahoo.com

Dallas / Center / 1-214-339-9004 / DallasCenter@yahoo.com

Dallas / Mr. Tom Vennum / 1-360-223-0855 / tom\_vennum@yahoo.com

Dallas / Mr. Quang Nhat Vuong / 1-469-363-0896 / imquangvuong@yahoo.com

Dallas / Ms. Xiaoyun Liao / 1-214-280-0621 / Sharon\_xyhiao@yahoo.com

Houston / Center / 1-281-955-5782

Houston / Mrs. Ariane Liao / 1-713-774-5234 / aikipiano@yahoo.com

Houston / Ms. Judy Peng / 1-281-7944464 / fengjiaulin@gmail.com

Houston / Mrs. Van Le Ngoc / 1-832-964-4980 / phivanlove@yahoo.com

San Antonio / Mr. Adam Gomez / 1-210-313-5023 / adamgomez@hotmail.com

Virginia

Washington DC / Center / VaCenterUSA@gmail.com

Virginia / Mrs. Elaine Yu / 1- 703 533 1787, 1-571-2787457 / eyu1217@gmail.com

Washington

Seattle / Mr. Hoang Nguyen / 1-206-393-2852 / smch.seattle@gmail.com

Wisconsin

Madison / Ms. Thu Lieu Thi Dang / 1-608-844-4480 / wi.bevegan@yahoo.com

PUERTO RICO

Mr. Michael E. Jeffers / 1-787-231-0878 / prcenter@live.com

Mrs. Sonia Alfaro Jaco / 1-787-512-0286 / prcenter@live.com

## ASIA

AZERBAIJAN

Baku / Mr. Ahmad Shahidov / 994-55 205 65 65 / ahmad\_shahidov@hotmail.com

\* CAMBODIA

CENTER / 855-16829811 / STARSOENG@YAHOO.COM

FORMOSA

Taipei / Center / 886-2-2706-6168 / tpe.light@gmail.com

Taipei / Mr. Lee, Ming-Chien / 886-988134955 / newhalo@gmail.com

Miaoli / Mr. Chang, Jung Yao / 886-918917032 / smyaoyu@gmail.com

Kaohsiung / Mrs. Su Hsueh, Fang-Hsiu / 886-911-765211 / show0911765@yahoo.com.tw

HONG KONG

Hong Kong / Center / 852-27495534

Hong Kong / Liaison office / 852-26378257 / sm\_hongkong@yahoo.com

INDONESIA

Bali / Center / 62-361-231-040 / smch\_bali@yahoo.com  
Bali / Mr. I Nyoman Widyasa / 62-81558068909 / qomink2006@yahoo.com  
Jakarta / Center / 62-21-6319066 / smch.jkt@gmail.com  
Jakarta / Ms. Faye Yowargana / 62-815-9982537 / fayebright@gmail.com  
Malang / Mr. Rudy Setiawan / 62-81-8330375 / rudy\_zhang@yahoo.com  
Medan / Center / 62-61-4514656 / smch\_medan@hotmail.com  
Medan / Ms. Erika Wijaya Ng / 62-85664065425 / universalove333@gmail.com  
Surabaya / Center / 62-31-3810166  
Surabaya / Ms. Sri Riki Rejeki / 62-818316181 / tabitha.hanna@gmail.com  
Yogyakarta / Mr. Udjang Harjanto / 62-274-897161 / udjang.harjanto@yahoo.com  
ISRAEL  
Tel Aviv / Mrs. Talya Tal / 972-50-8511720 / tal.talya@gmail.com  
JAPAN  
Gunma / Ms. Ritsuko Takahashi / 81-90-1605-6863 / rita@rainbow.plala.or.jp  
Tokyo / Mrs. Hyakutake Toshiko / 81-90-4923-1199 / binta100@gmail.com  
Tokyo / Mrs. Yoshii Masae / 81-90-6542-6922 / smchflute@gmail.com  
Tokyo / Mrs. Sato Rie / 81-80-5654-1688 / riesato302@yahoo.co.jp  
Osaka / Center / smchtoosaka@gmail.com  
Osaka / Mr. Le Khac Duong / 81-90-6064-7469 / leduongjp@yahoo.com  
JORDAN  
Mr. Jafar Marwan Irshaidat / 962 7 95119993 / estaphuam@hotmail.com  
INDIA  
Mumbai / Bipin Thosani / 91-9833086680 / bipinthosani@gmail.com  
KOREA  
Andong / Mr. Jo Young Lae / 82-10-3366-5709 / andoekd@hanmail.net  
Andong / Mr. Kim Jin Hee / 82-10-4855-6855 / kjh5606kr@yahoo.co.kr  
Busan / Center / 82-51-334-9204 / chinghaibusan@gmail.com  
Busan / Mr. Byun Whan Yoong / 82- 010-6657-9736 / byunwhan@gmail.com  
Daegu / Center / 82-53-743-4450 / chinghaidaegu@hanmail.net  
Daegu / Mr. Hong, Sung-tae / 82-11-530-5254 / hongst33@naver.com  
Daejeon / Center / 82-42-625-4801 / smdaejeon@yahoo.co.kr  
Daejeon / Mrs. Kim, Sun Je / 82-17-425-2390 / ksj571222@naver.com  
Gwang-Ju / Center / 82-62-525-7607 / smgwangju@naver.com  
Gwang-Ju / Mr. Lee Min Gyu / 82-116092243 / mglee2243@naver.com  
Gwang-Ju / Mr. Hong Soon / 82-10-6662-8212 / hs5779@paran.com  
Incheon / Center / 82-32-579-5351 / lightundinchon@yahoo.co.kr  
Incheon / Ms. Kong, Mee-Hee / 82-16-475-5303 / kmeehee2000@yahoo.co.kr  
Jeonju / Center / 82-63-274-7553 / shc5824@hanmail.net  
Jeonju / Mr. Choi Beyong Sun / 82-11-9715-9394 / buda1996@hanmail.net  
Sang Ju / Mr. Kim Jung Ki / 82-10-4782-7040 / jksiri@hanmail.net  
Seoul / Center / 82-2-5772158 / goldenseoul@yahoo.co.kr  
Seoul / Mr. Kang Jin Tae / 82-11-263-3563 / samwoncokr@daum.net  
Ulsan / Mrs. Lee Mai Soon / 82-52-265-4766, 82-10-5142-4766 / soon605@hotmail.com  
Wonju / Mr. Cheong, Kwang Hoon / 82-19-369-2509 / chongkhun@naver.com  
Wonju / Mrs. Kim, Chin Suk / 82-10-4715-2509 / chinskim@hanmail.net  
Youngdong / Center / 82-54-5325821 / houmri21@yahoo.co.kr  
LAOS  
Vientiane / Mr. Thongphet Sithammavong / 85620-5700785 / tpsithammavong@hotmail.com  
MACAU  
Macau / Center / 853-28532231 / mcdivlove@yahoo.com.hk  
Macau / Liaison Office / 853-28532995  
MALAYSIA  
Alor Setar / Ms. Chin Chai Yean / 60-19-4118298 / jellyyeen@yahoo.com

Johor Bahru / Mr. Wang Ah Sang / 60-16-7220779 / wangahsang@yahoo.com  
Kuala Lumpur / Center / 60-3-2145 3904  
Kuala Lumpur / Ms. Too Choon Lian / 60-17-342 2238 / dottoo22@gmail.com  
Kuala Lumpur / Ms. Chung Lee Woon / 60-12-275 0196 / lwoon.chung@yahoo.com  
Penang / Center / 60-4-2285853 / pgsmsch@gmail.com  
Penang / Ms. Yeap Boey Khim / 60-16-4563129 / oceanlove08@gmail.com  
Perak / Ms. Chong Sin Foong / 6012-5173312, 605-288-2342 / sinvege85@yahoo.com

MONGOLIA

Ulaanbaatar / Mrs. Gereltuya Gombosuren / 976-99984038/ gaanggeeg@yahoo.com  
Ulaanbaatar / Mr. Bayarbat Rentsendorj / 976-99774277 / quanyin\_mongolia@yahoo.com  
Khotol / Mr. Chinsukh Uuter / 976-99110446 / khotolcenter@yahoo.com  
Khotol / Ms. Tsenddorj Tserendorj / 976-99370917 / tsendee\_hutul@yahoo.com

MYANMAR

Ms. Thin Thin Lwin / 95-42-24373 / 95-9-8550401 / thinthinlwin28@gmail.com

NEPAL

Kathmandu / Mr. Amit Karki / 977-9841023500 / amitmanav@yahoo.com

PHILIPPINES

Manila / Center / 63-391-2378/ phi.loveocean.mnl@gmail.com  
Manila / Ms. Rosean Villones / 63-9266403063 / rosean\_204@yahoo.com

SINGAPORE

Singapore / Center / 65-6741-7001 / chinghai@singnet.com.sg  
Singapore / Mr. Foo Tack Ming / 65-9137 1800 / ftmnlw164@singnet.com.sg

SRI LANKA

- Colombo / Mr. Sampath Ananda Senadeera / 94-33-2227671
- Colombo / Center / 94-11-2412115, 94-772-984912 / smchnirvana@gmail.com

SYRIA

Mr. Hisham Abou Ayash / 963-11 6114435 / drhishamo@gmail.com

THAILAND

Bangkok / Center / 66-2-674-2690 / bkcc66@gmail.com  
Bangkok / Mrs. Wanpen Kanchanaprapin / 66-81- 641-0312 / wanpensm@gmail.com  
Bangkok / Mr. Chusak Osonprasop / 66-081-4816500 / mummykat@hotmail.com  
Bangkok / Mrs. Ratchanan Jintana / 66-081-7515227 / bkccpcr@gmail.com  
Chiang Mai / Mr. Li Yaolong / 66-84616 2846 / yaolongli@gmail.com  
Songkhla / Mrs. Roongtiwa Angkarplaong / 66-45-633-159, 66-84-891-3009

TURKEY

Ankara / Mrs. Sule Nesrin Alper / 90-5325180146 / snalp@hotmail.com

UAE

Abu Dhabi / Mr. Dhiraj D. Radadiya / 971-50-3118499 / dradadiya@yahoo.com

EUROPE

AUSTRIA

- Vienna / Center / 43-699 1000 5738 / wiencenter@gmail.com
- Vienna / Liaison Office / 43-650-8420794 / ngocdany@yahoo.com

BELGIUM

Brussels / Mrs. LUU, Kim Yen / 32-2-479-1546 / kimyen.luu@mail.be

BULGARIA

- Sofia / Ms. Dilyana Mileva / 359-886-549 599 / mileva74@gmail.com
- Plovdiv / Ms. Radoslava Nikova / 359 889 514 604 / quanyinplovdiv@gmail.com

CROATIA

Ms. Dorotea Žic / 385-98-378165 / tebudd@gmail.com

CZECH

• Prague / Center / 420-261-263-031 / czech-center@spojenisbohem.cz

• Prague / Mr. Nguyen Tuan Dung / 420-608124709 / czech-center@spojenisbohem.cz

FINLAND

• Helsinki / Ms. Astrid Murumagi / 358-50-596-2315 / helsinkicenter@yahoo.com

• Helsinki / Mr. Tri Dung Tran / 358-40-7542586 / dungparatiisi888@hotmail.com

FRANCE

• Alsace / center / Mr. HENRION Arnaud / 33-3-89-77 0607 / allmightylove@gmail.com

• Montpellier / Mr. Sylvestrone Thomas / 33-4-67650093 / ocean-amour@wanadoo.fr

• Paris / Center / 33-1-4300-6282

• Paris / Mr. DAUBICHON Philippe / 33-622 25 05 20 / PhDaubichon@gmail.com

GERMANY

Berlin / Mrs. Anja Hable / 49-179-7976653 / berlin-center@gmx.de

• Duisburg / Ms. Tran, Thi Hoang Mai / 49-2162-8907108 / mai\_tran70@yahoo.de

• Freiburg Breisgau / Ms. Elisabeth Mueller / 49-7634-2566 / elmueart@t-online.de

• Hamburg / Ms. Dan Li / 49-40-81992117 / lidanli@gmx.de

• Munchen / Mr. Nguyen, Thanh Ha / 49-89-353098 / ha\_nguyensm@yahoo.de

GREECE

• Athens / Mr. John Makris / 30-210 8660784 / johnmackris@yahoo.co.uk

HUNGARY

• Budapest Center / 36-1-363-3896 / budapestcenter@gmail.com

• Budapest / Mr. Gabor Soha / 36-20-221-5040 / gabor.soha@gmail.com

• Budapest / Mrs. Aurelia Haprai / 36-20-2400259 / doraur@gmail.com

ICELAND

Ms. Nguyen Thi Lien/ 354 - 5811962 / reykjavik\_center@yahoo.com

ITALY

Pescara / Mrs. Bettina ADANK / 39-333-617-8600 / bettina.adank@gmail.com

Pescara / Ms. Anna CALAMITA / +39-85-6922 454 / Anna.calamita@yahoo.it

Bologna / Mrs. Nancy Dong Giacomozzi / 39-320-341-0380 / QuanYinBologna@gmail.com

IRELAND

Dublin / Mrs. Hsu, Hua-Chin / 353-1-4865852 / smch\_dublin@yahoo.co.uk

Dublin / Ms. Kathleen Hogan / 353-87-2259619 / dublinquanyin@gmail.com

NORWAY

Oslo / Ms. Eva Tellefsen / 47 98832801 / evtell@frisurf.no

POLAND

• Szczecin / Ms. Joanna Likierska / 48-608 662 682 / quanyin\_asia@interia.pl

• Warsaw / Ms. Malgorzata Mitura / 48-724 115 369 / malgorzata.mitura@gmail.com

PORTUGAL

• Lisbon / Mrs. Zenaide Alves Bonfim / 351 212216877 / z.bonfim@yahoo.com.br

ROMANIA

Bucharest / Ms. Daniela Ungureanu / 358-443338893 / bucharestqy@yahoo.com

RUSSIA

Moscow / Mr. Oleg Dmitriev / 79165763796 / moscowcenter@mail.ru

SERBIA

Belgrade / Ms. Maja Mijatović / 381642748820 / majazemun@yahoo.com

SLOVAKIA

Zilina / Mr. Roman Sulovec / 421-903100216 / roman.sulovec@spojeniesbohom.sk  
SLOVENIA

Celje / Mr. Damjan Kovačič / 38640236433 / qy4ever@yahoo.com  
Ljubljana / Center / 386-1-518 25 42 / quanyinslo@gmail.com  
Ljubljana / Mr. Benjamin Borišek / 386-70834649 / forevershinelove@gmail.com  
Maribor / Mr. Igor Gaber / 38641592120 / igorgaber@mail386.com  
SPAIN

Madrid / Mrs. Maria Jose Lobo Cardaba / 34 675389788 / mjoselobo2004@yahoo.es  
Malaga / Mr. Joaquin Jose Pretel Lopez / 34-646843489 / joprelo@hotmail.com  
Valencia / Vegetarian House / 34-96-3744361  
Valencia / Mrs. Wenqin Zhu / 34-963301778, 34-695953889 / valenciachinghai@yahoo.es  
Valencia / Mr. Jose Luis Orduna Huertas / 34-653941617 / joselorduna@gmail.com  
SWEDEN:

Malmö / Mrs. Helen Tielman / 46-70-5719057 / qysouthsweden@gmail.com  
Stockholm / Ms. Elizabeth Dabrowska Hagman / 46-76-84 80978 / elizabeth.dhagman@telia.com  
Uppsala / Ms. Youwei Wang / 46-73 789 6019 / youwei@bredband.net

SWITZERLAND

Geneva / Mrs. Eva Gyurova / 33 633 60 11 91 / gyurovi@yahoo.com

THE NETHERLANDS

Amsterdam / Mr. Kamlung Cheng / 31-647838638 / kamlung27@hotmail.com  
Amsterdam / Mr. Roy Mannaart / 31-653388671 / r.mannaart@planet.nl

UNITED KINGDOM

England

Ipswich / Mr. Zamir Elahi / 44-7843-352919 / zamir.light@gmail.com  
London / Center / 44-2088-419866 / londonukcentre@googlemail.com  
London / Mr. Andrzej Misiek / 44-77-6848 9583 / misior23@yahoo.com  
Surrey / Ms. Leong Siew Yin / 44-7760275088 / surrey.centre@yahoo.co.uk

## ☀ OCEANIA

AUSTRALIA

Adelaide / Ms. Hoa Thi Nguyen / 61-433161065 / gohomeasap@yahoo.com  
Brisbane / Ms. Renata Halpin / 61-412 775 678 / renatahalpin@hotmail.com  
Canberra / Mrs. Tieng thi Minh Tam / 61-2-6100-6213 / tam.tieng@gmail.com  
Melbourne / Center / melbsmch@aol.com  
Melbourne / Ms. Jenny McCracken / 61- 431 587 830 / jam2arts@mac.com  
Melbourne / Mr. Nguyen / 61-422 113 775 / danhnguyen2475@yahoo.com.au  
Melbourne / Ms. Wei Feng / 61-414 839 533 / wfwisdom@gmail.com  
Mid North Coast / Mr. Eino Laidisaar / 61-2 6550 4455 / goldenagecenter@gmail.com  
Northern Rivers/Byron Bay / Mr. and Mrs. Jonathan Swan / 61-2 6624 7209 / byronbaycentre@gmail.com  
Perth / Ms. Yennhi Nguyen / 61-8 9375 1484 / yennhi\_nguyen@yahoo.com  
Sydney / Ms. Adelaide San / 61-417 202 585 / San.adelaide@gmail.com  
Tasmania / Center / 61-3-622 33118 / ray\_jule@bigpond.net.au  
NEW ZEALAND

Auckland / Mrs. Elisa, McLean/64-9-482 3244 / elisamac8@gmail.com  
Christchurch / Mrs. Juannan Wang / 64-21-1624018 / shalina18@hotmail.com  
Hamilton / Mr. Dean Niki Powell / 64-7-8566496 / hamiltoncp@yahoo.co.nz  
Nelson / Mr. Tim Guthrey / 64-3-5391313 / timguthrey@gmail.com

Wellington / Mrs. Aryan Tavakkoli / 64-4-5270063 / aryan@ihug.co.nz

**SUPREME MASTER TELEVISION**

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

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

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

For details and setup information about global satellites:

<http://suprememastertv.com/satellite>

**THE SUPREME MASTER CHING HAI**

INTERNATIONAL ASSOCIATION PUBLISHING CO., Ltd. Taipei, Formosa.

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

Tel: (886) 2-87873935 / Fax: (886) 2-87870873

<http://www.smchbooks.com>

**BOOK DEPARTMENT**

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

Fax: 1-240-352-5613 or 886-949-883778

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

NEWS GROUP

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

SPIRITUAL INFORMATION DESK

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

Fax: 886-946-730699

ONLINE SHOPS

Celestial Shop: <http://www.theCelestialShop.com> (English)

Eden Rules: <http://www.EdenRules.com> (Chinese)

S.M. CELESTIAL CO., LTD.

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

Tel: 886-2-22261345

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

LOVING HUT INTERNATIONAL COMPANY, LTD

Tel: (886) 2-2239-4556 / Fax: (886) 2-2239-5210

E-mail: [info@lovinghut.com](mailto:info@lovinghut.com)

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

First Edition: Jan. 2012

The author: The Supreme Master Ching Hai

Published by: The Supreme Master Ching Hai

International Association Publishing Co., Ltd.

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

Tel: 886-2-87873935 / Fax: 886-2-87870873

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

The Supreme Master Ching Hai ©2012

All rights reserved.

Դուք կարող եք վերարտադրել այս հրապարակման  
բովանդակությունը նախնական թույլ տվություն



♦175

ստանալով հրատարակչից: