

## **Obsah**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Obsah pôvodného originálu</b>                            | <b>3</b>  |
| <b>Stručný životopis Majsterky Ching Hai</b>                | <b>5</b>  |
| <b>1. Mier sa musí začať v nás</b>                          | <b>11</b> |
| <b>2. Tao, zvuk, slovo</b>                                  | <b>33</b> |
| <b>3. Dokonalý príklad svätca</b>                           | <b>58</b> |
| <b>4. Prečo máme byť vegetariánmi</b>                       | <b>68</b> |
| <b>Zasvätenie do metódy Quan Yin</b>                        | <b>76</b> |
| <b>Zoznam publikácií</b>                                    | <b>78</b> |
| <b>Zoznam spolupracovníkov pre styk<br/>s nami vo svete</b> | <b>84</b> |

**2 Klúč k okamžitému osvieteniu Najvyššia Majsterka Ching Hai**

**Prvé vydanie** : Júl 1993, 5 000 výtlačkov  
**Autor** : Ching Hai Wu Shang Shih  
Postal Box 9, Hsihu, Miaoli Hsien,  
Tchaj-wan, Čínska republika  
**Preklad** : Anna Ilčíková  
**Bankové spojenie**: Postgiro Čína 1152184-3,  
Shih Ching Hai  
**Adresa** : 39, Dongsanhу, Sanhu Village,  
Hsihu Hsiang, Miaoli Hsien,  
Tchaj-wan, Čínska republika  
**Vydavateľstvo** : Infinite Light Publishing CO.,  
Nakladatelstvo Večné svetlo,  
registrované pod číslom 5390 na  
Vládnom informačnom úrade  
(the Government Information Office),  
Čínska republika  
**Copyright** : Ching Hai Wu Shang Shih

Všetky práva vyhradené. Obsah a slová tejto knihy vyšli s láskavým požehnaním Majsterky. Žiadna časť knihy nesmie byť reprodukovaná v žiadnej forme a žiadnym spôsobom bez predchádzajúceho súhlasu Majsterky alebo vydavateľa, čo slúži k ochrane výrobcov nezákonných kópií pred zlými karmickými vplyvmi.

V tejto knihe vám predkladáme vybrané úryvky z "Kľúča k okamžitému osvieteniu", kniha prvá a druhá, ktoré sú súčasťou zbierky prednášok Najvyššej Majsterky Ching Hai. Vyššie uvedené dve knihy obsahujú tieto prednášky:

### **Kniha prvá**

**Skutočný Majster a slávny Majster**

**Skutočná doktrína a falošná doktrína**

**Nadpozemský zvuk**

**Výhody metódy Quan Yin**

**Všetky cvičenia, pomocou ktorých sa dostávame  
k osvieteniu, sú metódou Quan Yin**

**Záhada Oka múdrosti**

**Duchovia (Asura)**

**Prečo máme byť vegetariánmi**

### **Kniha druhá**

**Čo je osvietenie?**

**Nadpozemské svetlo**

**Čo sa deje pri zomieraní**

**Ako dosiahnuť vnútorné nebo**

**Tao, zvuk, slovo**

**Mier sa musí začať v nás**

**Šesť budhistických dokonalostí**

"Nie som prívržencom budhizmu ani katolicizmu.  
Som prívržencom pravdy a hlásam pravdu...  
môžete to nazvať budhizmom, katolicizmom,  
taoizmom, čím len chcete.  
Všetko privítam!"

"Získaním duševného kľuču získame všetko ostatné.  
Všetko uspokojenie,  
naplnenie všetkých svetských aj nebeských túžob  
pochádza z Božieho kráľovstva -  
- z vnútorného uvedomenia si našej večnej harmónie,  
našej večnej múdrosti a našej obrovskej sily.  
Ak toto nedosiahneme,  
nikdy nenájdeme uspokojenie, bez ohľadu na to,  
koľko máme peňazí, akú máme pozíciu či moc."

"Našim učením je,  
že čokoľvek máte na tomto svete urobiť,  
urobte to,  
robte to s nadšením,  
budte zodpovední...  
a meditujte každý deň.  
Získate viac vedomostí,  
viac múdrosti,  
viac pokoja a poslúžite tým sebe aj svetu.  
Nezabúdajte, že je vo vás vaša vlastná dobrota...  
nezabúdajte, že vo vašom tele prebýva Boh...  
nezabúdajte, že v srdci nosíte Budhu."

## Stručný životopis Majsterky Ching Hai

Majsterka Ching Hai sa narodila vo Vietname. Jej otec bol známy a vážený prírodný liečiteľ. Rád študoval svetovú literatúru a zvlášť ho zaujmala filozofia. Jeho obľúbeným čítaním boli spisy Lao Tzua a Chuang Tzua, ktorým sa Majsterka Ching Hai dostala ešte ako celkom malé dieťa. Čítala ich spolu s budhistickymi textami skôr, ako začala chodiť do školy.

Majsterka Ching Hai nebola typickým dieťaťom. Často ju našli čítajúcou filozofickú literatúru, keď si ostatné deti robili úlohy, alebo sa hrali. Otec, ktorému sa to nezdalo, sa jej pýtal, či tým dielam rozumie. Odpovedala mu: "Keby som nerozumela, nemala by som o ne záujem." Hoci ho to nadalej trápilo, v škole sa vynikajúco učila, a tak jej nezvyčajné záujmy podporoval.

Jej rodičia boli sice katolíci, ale prístupní budhizmu. Stará matka Majsterky Ching Hai, budhistka, s ktorou rada trávila svoj voľný čas, ju zasväčovala do budhistických kníh a modlitieb. Vďaka takejto výchove nadobudla Majsterka Ching Hai veľmi otvorený postoj k náboženstvu. Ráno zašla do katolického kostola, popoludní do budhistického chrámu a večer počúvala prednášky o svätom učení. Takto jej zostało veľa nezodpovedaných otázok, ako "Odkiaľ pochádzame? Aký je život po smrti? Prečo sú ľudia takí rozdielni?"

Raz bol v jej meste nedostatok lekárov a ošetrovateľiek, a tak Majsterka po vyučovaní pomáhala v nemocnici. Umývala pacientov, vynášala misy a rôzne vypomáhala

v snahe zmeniť ľudom utrpenie. Priatelia z rozličných krajín ju nazývali "živým Budhom" alebo "zábavnou sväticou", pretože mala zmysel pre humor a ku každému bola veľmi láskavá.

Vždy mala rada zvieratá a bolo o nej známe, že si často berie domov tie, čo sa zranili, vylieči ich a potom pustí na slobodu. Keď videla, ako nejaké zviera zabíjajú, rozplakala sa a veľmi túžila po tom, aby mohla zabrániť utrpeniu na svete. Po celý život bola vegetariánkou a vždy ju odpudzoval pohľad na zabíjanie, ako aj na mäso.

Ešte v detstve Majsterke Ching Hai jeden astrológ poviedal, že je nezvyčajnou, veľmi inteligentnou bytostou s nadpriemerným charakterom a morálkou. Predpovedal jej, že sa zriekne sveta a stane sa osvietenou, ak sa nevydá. Ak sa však vydá, bude žiť v šťastnom manželstve a mať obdivuhodného manžela. Túto predpoveď jej neskôr, pri iných príležitostiach, veľakrát v živote zopakovali.

Keď Majsterka Ching Hai odišla z domu, aby sa stala mníškou, jej matka si šla do chrámu Quan Yin vymodliť radu. Vybrala si chrám, o ktorom sa hovorilo, že v ňom Avalokitesvara Bodhisattva odpovedá oddaným veriacim na všetky otázky. Tam sa dozvedela, že "Majsterka je veľmi vzácne a ušľachtilé dieťa, aké býva jedno z miliardy. Prišla na tento svet z vôle Quan Yin, aby zachraňovala živé bytosti pred utrpením."

Istý čas pracovala v Nemecku pre Červený kríž ako prekladateľka. Prekladala z vietnamčiny, francúzštiny, nemčiny a angličtiny a celé hodiny pracovala pre viet-

namských utečencov na úkor vlastného zdravia a pohodlia. Práca v Červenom kríži priviedla Majsterku Ching Hai k utečencom z mnohých krajín. Neprestajne bola svedkom utrpenia a rozruchu, ktoré so sebou prináša vojna a prírodné pohromy. Majsterka Ching Hai veľmi trpela, keď sa pokúšala zmierniť bolest, ktorú okolo seba videla, a pochopila, aké je nemožné, aby jedna osoba zastavila utrpenie ľudstva. Tým väčšmi sa usilovala dospieť k osvieteniu, pretože si uvedomila, že iba to môže pomôcť zmeniť ľudskú bolest. Preto kým žila v Európe, s plnou vážnosťou sa venovala meditácii. Vyhladávala nových učiteľov, čítala všetko, čo mohla nájsť, a nacvičovala rozličné metódy. Často však mala pocit, že to nefunguje a že neprežíva duchovné javy, o ktorých v posvätných knihách čítala, a ani nedosahuje osvietený stav. Bolo to pre ňu veľmi roztrpčujúce. Bola z toho veľmi sklamaná.

Majsterka Ching Hai má nezvyčajne široký rozhľad, čo sa týka všetkých náboženstiev. Študovala a vyučovala slová Ježišove, Budhove, Lao Tzuove a mnohých iných. Sústavne poukazuje na podobnosť veľkých učení a svojimi očami nám umožňuje vidieť, že všetci majstri učia tú istú pravdu. Často vysvetluje, ako vznikali rozličné náboženské názory iba vďaka odlišnostiam v názoroch rozličných ľudí v rozličných krajinách a v rozličnom čase.

Kým žila v Nemecku, bola Majsterka šťastne vydatá za nemeckého vedca, ktorý mal doktorát z dvoch vedných odborov. Bol to veľmi láskavý, pozorný a porozumeniaplný manžel. Stal sa vegetariánom, putoval spoločne so svojou ženou a pomáhal jej pri dobročinnej práci. Napo-

kon Majsterka Ching Hai pocítila potrebu z manželstva odísť, aby sa naplno mohla venovať svojim duchovným cieľom. Viedla s manželom dlhé rozhovory a nakoniec sa od neho s jeho súhlasom odlúčila. Bolo to pre oboch veľmi ťažké rozhodnutie, cítila však veľmi výrazne, že je to rozhodnutie správne a že len tak dospeje k osvieteniu.

Po odchode od manžela hľadala Majsterka Ching Hai takú dokonalú metódu, ktorá by človeka doviedla k oslobodeniu ešte počas tohto života. V Surangame sutre poviedal Shakyamuni Budha, že metóda Quan Yin je najvyššou metódou zo všetkých. Ani jeden z jej učiteľov túto metódu nepoznal. Cestovala, hľadala, kto by ju naučil technike Quan Yin a napokon, po mnohých rokoch, našla himalájskeho Majstra, ktorý ju zasvätil do metódy Quan Yin a sprostredkoval jej styk s Bohom, ktorý toľke roky hľadala. Po krátkej dobe cvičenia metódy Quan Yin sa stala plne osvietenou a pokračovala v cvičeniach a zlepšovaní svojho chápania. Určitý čas žila v ústrani v Himalájach, kde sa každodenne zdokonaľovala.

Napokon sa Majsterka Ching Hai vybrala na Tchaj-wan. Jedného večera, keď vonku zúril tajfún s prudkým dažďom a ona meditovala v miestnosti za malým chrámom na Tchaj-wane, zaklopala jej na dvere skupinka ľudí. Keď sa ich Majsterka spýtala, prečo prišli, odpovedali: "Quan Yin Bodhisattva (bohyňa Milosti), vyslyšala naše modlitby a zjavila nám, že ste veľká Majsterka a že by sme si od vás mali vyprosiť metódu, ktorou sa dá dosiahnuť oslobodenie." Majsterka sa ich pokúšala poslať preč, ale nechceli odísť. Napokon ju dojala ich úprimnosť a oddanosť a súhlasila, že ich po niekoľkých mesiacoch očisty, keď budú dodržiavať vegetariánsku dié-

tu, do tejto metódy zasväti.

Od prírody hanblivá Majsterka Ching Hai nevyhľadávala žiakov, ktorých by učila. Práve naopak, utekala od ľudí, keď chceli, aby ich zaučila. Tak tomu bolo v Indii aj v USA, kde žila nenápadným životom budhistickej mníšky. Keď ju po tretí raz "objavili" na Tchaj-wane, uvedomila si, že nesmie utekať od nevyhnutných úloh, ktoré má pred sebou. Začala prednášať všetkým, čo si želali počuť odkaz Pravdy, a študentov, ktorí to mysleli skutočne úprimne, začala zasväcovať do metódy Quan Yin.

Chýr o práci Majsterky Ching Hai sa od tejto malej skupinky na Tchaj-wane dostal do uší ďalším desiatkam tisícov. Väčšina Majsterkiných zasvätnencov je na Tchaj-wane, kde pobudla najdlhšie. V posledných rokoch cestovala a vyučovala v Ázii, Spojených štátach a Latinskej Amerike. S jej pomocou mnoho ľudí s rozličnými životnými osudmi a rozličným náboženským presvedčením urobilo veľký duševný pokrok. Hoci nejestvuje nijaká oficiálna organizácia, ktorá by šírila jej učenie, po celom svete nájdeme jej vďačných priateľov a žiakov, ktorí sú pripravení a ochotní pomáhať ostatným, aby sa mohli učiť od svojej milovanej Majsterky.

Majsterka Ching Hai nám povedala, že nie vždy bola osvietená. Žila normálnym, svetským životom a z vlastných skúseností vie o našich problémoch, starostiah, vášnach, túžbach a pochybnostiach. Pozná tiež Nebeskú rišu budhovstva a vie, ako sa tam dá odtiaľto dostať. V tomto bode života je jej jedinou úlohou pomáhať nám na našej ceste od utrpenia a zmätku v neprebudeneom stave

k blaženosti a úplnej jasnosti celkového božského pochopenia. Ak ste pripravení, je tu, aby vás doviedla domov.

Majsterka Ching Hai poskytuje záujemcom rozličné prednášky, ktoré diferencuje podľa toho, odkiaľ poslucháči pochádzajú a akým kultúrnym vplyvom podliehajú - nezáleží na tom, či sú kresťania, moslimovia, budhisti, taoisti a pod. Prednáša po anglicky, francúzsky, nemecky, čínsky a vietnamsky. Všetci, čo sa chcú s Majsterkou Ching Hai učiť a zdokonaľovať v metóde Quan Yin, sú vítaní. Jej prednášky aj zasvätenie do tejto metódy sú zdarma.



## Mier sa musí začať v nás

1. októbra 1989  
Malajzia

Dámy a páni, milí priatelia!

Skôr ako kdekoľvek začнем prednášať, dlho a hlboko sa zamýšľam nad tým, ako svoj prejav zdokonaliť, aby si z neho poslucháči čo najviac odniesli. A tak sa pred každou prednáškou modlím k Bohu a k Budhom, aby mi Boh všemohúci a Budhovia milostivo pomohli a prehovorili cezo mňa a umožnili tak našim priateľom vo všetkých končinách, vrátane dobrých dév a duchov, a všetkým prítomným, aby mali z mojej dvojhodinovej prednášky čo najväčší osoh.

A tak som sa dnes veľmi intenzívne modlila. Nešla som sa modliť do chrámu ani do kostola, modlila som sa však v kostole svojho srdca. Použila som toto drahocenné telo ako kostol, ako chrám, v ktorom sa dá modliť k Bohu, k Budhovi, pretože by som chcela, aby ste z tejto prednášky získali čo najviac a aby ste si tento okamih dobre zapamätali.

Zakaždým, keď sa takto modlím, cítim požehnanie, cítim dobrodenie. To je dôvod, prečo sa modlíme každý deň. Chodíme sa do kostola modliť k Bohu, do mešity k Alahovi alebo do chrámu k Budhovi, pretože cítime dobrodenie, cítime požehnanie Budhu, Boha, Alaha, či aké iné meno uctievame.

Kedže pochádzame z rozličného prostredia a máme aj rôzne kultúrne pozadie, nazývame Stvoriteľa všetkých

vecí rôznymi menami, dávame najvyššej sile, ktorá nás všetkých tak miluje, rozličné mená - niektorí ju volajú Boh, ďalší Budha - podstata, niektorí Tao, iní Alah, a tak by sme sa kvôli tomu nemali hádať. Nezáleží na tom, v aké náboženstvo veríme. Či kresťan, moslim, budhist, sikha alebo taoista, každý verí, že to jeho náboženstvo je najosožnejšie, a takisto i ja. Všetko, čo nám osoží, je pre nás to najlepšie.

Stáva sa však, že zatúžime vidieť predstaviteľa nášho náboženstva. Ak sme napríklad budhistami, radi by sme videli či vstúpili do kontaktu s Budhom, s Bodhisattvom, so Shakyamuni Budhom, s Quan Yin Bodhisattvom, ak sme kresťania, radi by sme sa niekedy spojili s Bohom, s Ježišom, s Pannou Máriou a s ostatnými svätými, ku ktorým sa modlíme každý deň.

Neviem, či túžite vidieť Budhu alebo Boha tak veľmi, ako som po tom túžila ja. Veľmi som chcela vidieť Budhu, veľmi som chcela vidieť Bodhisattvu, veľmi som chcela vidieť Boha. Túžila som sa porozprávať priamo s Bohom, priamo s Budhom, povedať im o veľkej úzkosti v mojom srdci, o všetkých pochybnostach, o utrpení v mojom srdci, ktoré som zažila sama a ktoré zažili ostatní trpiaci ľudia.

Predtým, ako som dospela k osvieteniu, chodievala som do kostola, chodievala som do chrámu a každý deň som sa modlila. Keď som šla okolo kostola, vošla som a pomodlila som sa, keď som videla chrám, vstúpila som doň, vzývala som Budhu a modlila som sa k nemu. Pamätam sa, že som mala iba dve modlitby. V kostole som prehovorila k Bohu: "Milý Bože, ak skutočne jestvuješ,

prosím Ťa, dovoľ mi, aby som Ťa užrela, urob, aby som Ťa jedného dňa mohla vidieť. Chcem Ťa len zazrieť, nič viac." To bola moja prvá modlitba. A jedného dňa v chráme som sa modlila k Budhovi: "Milý Budha, ak skutočne jestvuješ, prosím Ťa, daj mi to najavo a dovoľ aj ostatným ľuďom, aby Ťa lepšie videli. Prosím Ťa, umožni nám, aby sme Ťa užreli, aby sme spoznali Tvoju veľkolepost a mohli tak väčšimi veriť v Tvoj súcit a v Tvoju moc a cítiť sa istejšími vo svojich srdciach."

Takto som sa modlila veľa ráz, ale neuvidela som ani Boha, ani Budhu. A tak som už toho jedného dňa mala dosť. (Majsterka sa zasmeje.) V ten deň som sa rozplakala. Ráno, pri rannej pobožnosti Budhovi - viete, ako vyzerá raňajšia pobožnosť budhistov? Nie? Zoberiete si drevenú rybu a zvonček a takto udierate: klop, klop, klop, bum, klop, klop, klop, bum... (Majsterka predvádzza) a pritom si opakujete mantry, ako napríklad mantru Veľkého súcitu, Tabei Chow: "Namo hanadana-dorayeye namo ariye polojeti...", atď., potom opakujete meno Quan Yin Bodhisattvu: "Namo Quan Shih Yin Pu-sah" alebo meno Budhu Amitabhu: "Namo Au Mi To Fou" - a to sa opakuje veľa, veľa ráz.

A tak toho dňa, keď som sa ako inokedy veľa ráz po-modlila a opäť som nevidela Budhu, začala som plakať ako malé dieťa - ved' viete, keď dieťa niečo nedostane, dupe nohami: "Prečo som to nedostal?" (Všetci sa smejú.) Takže som veľmi plakala a povedala som: "Budha, niežeby sme v Teba neverili, ale prekáža nám, že Ťa nevidíme a pritom po Tebe v srdci tak veľmi túžime. Ako chceš, aby ľudia v Teba verili, keď Ťa nemôžu vidieť?" (Potlesk.) Bolo mi tak ťažko, že som len vzlykala a na-

riekala, až prišla suseda a zaklopala mi na dvere: "Čo.. čo.. čo je to s tebou? Nevyvedieš, dúfam, nejakú hlúpost? Povedala som jej: "Nie, nie. Prečo by som mala robiť hlúposti?" "Nuž, počujem, ako celé ráno nariekaš!" Myslela, že sa chystám urobiť nejakú hlúpost. (Majsterka sa zasmeje.)

Plakala som len kvôli Budhovi, ale nariekala som tak nahlas, že som pobudila všetkých susedov. Veľmi som sa hanbila. V ten deň som si však uvedomila, že aj keď sa modlím každý deň, aj keď sa každé ráno a večer klaniam pred Budhovým obrazom a odriekam modlitby, necítim v srdci uspokojenie, pretože mi Budha nedal ničné znamenie. A tak som sa toho dňa rozhodla, že musím ľiť urobiť niečo iné. Keďže to takto nejde, musím odísť a skúsiť to inak. Nemôžem jednoducho zostať a nič nepodniknúť.

Pretože som tak veľmi túžila vidieť Budhu, vydala som sa na cesty a modlila som sa v každom chráme a na každom mieste na svete, kde boli chrámy a kostoly a mnísi a mníšky. Išla som za každým, o kom som sa dopočula, že je aspoň trochu osviezený a známy a prosila som ho o trochu osvietenia.

Takto prešlo mnoho rokov, no veľa som nezískala. Niečo áno, získala som to, čo nazývame "Gan Y'in", to znamená určitú intuitívnu odpoveď, ktorú človek dostáva, keď sa modlí k Budhovi. Jedného dňa som uprene hľadela na Budhu Amitabhu - bola som oddaná kresťanka - a povedala som: "Prečo ma nezoberieš do západného raja?" (Smiech.) A potom som dodala: "Daj mi nejaký Gan Y'in, nejakú odpoveď." A vtedy mi ju dal!

Bola som tak úprimne zničená, že mal pocit, že si zaslúžim nejakú odpoved. Vyzdvihol ma do výšky a zrazu som nič viac pod sebou necítila, až som dostala strach a povedala som: "Nie, nie, nie. Daj ma dolu." Je to pocit, ako keď lietate, rozumiete? Nie? Alebo áno? (Všetci sa smejú.) Keď sa veľmi vrúcne modlite, telo sa vám nadľahčí, dostanete určitý Gan Y'in, určitú odpoveď od Budhu, a niekedy sa dostanete do Samadhi - to je to, čo po čínsky voláme "Nien Fo San Mei". To znamená, že keď recitujete meno Budhovo, vzrušíte sa, dostanete sa do extázy - "Ru Ding" (po čínsky) alebo Samadhi. Sedíte tam a cítite sa nádherne, blažene, ste plní pokoja a bez jedinej starosti na svete. Tento stav nazývame v sanskrte Samadhi alebo po čínsky San Mei. Áno, na západe je to tiež Samadhi, to znamená, že sa dostanete do blaženého pokojného stavu myслe, keď nemáte nijaké starosti, nijaké problémy ani strach. To voláme Samadhi.

V stave Samadhi sa cítime dokonale, nič na tomto svete nás netrápi. Nič sa nedeje a všetko je úžasné. Niekedy, keď sa dostaneme do tohto stavu, máme pocit, že svet je v dokonalom poriadku. Preto, keď Lao Tsu dosiahol Samadhi, zvolal: "Tien hsia ben wu shih", čo znamená: pod celou oblohou niet problémov, všetko je bezpečne pod kontrolou.

Takže som mala tento malý zážitok, keď som sa úprimne modlila k Budhovi a k Bohu. Ale to bolo aj všetko, inak som už nezažila nič. Túžila som toho dostať viac, pretože Budha mi dal len trochu, a to mi nestačilo. Viete, ako je to, keď ochutnáte nejaké naozaj dobré jedlo. Ak vám z neho ponúknu len kúsok, ste sklamaní a chceli by

ste viac.

A tak som toho chcela viac. Chodila som sem a ta a hľadala som nejaké riešenie. Až keď som dosiahla osvietenie, mám na mysli skutočné, veľké osvietenie, nie to maličké, uvedomila som si, že všetko jestvuje už v nás samotných, a netreba nikam chodiť, aby sme to našli. Stačí byť jednoducho ticho, v pokoji a objavíte to. Väčšina z nás si myslí, že to nám Budha dáva, ak sa za niečo modlíme a dostaneme to. Nie, nie, my to už máme, ibaže nevieme, že to máme. A keď sa intenzívne a úprimne modlíme, potom naše ego, naša myseľ mizne a necítime sa už oddelení od najvyššej Sily, ktorú nazývame Bohom, Stvoriteľom, Taom alebo Budhom-podstavou. A pretože v tom okamihu nie sme od Sily oddelení, stávame sa náhle mûdrejšími, vidíme veci zrazu jasnejšie a spoznávame, že tieto veci už máme a že nám nepadli z neba, ale už boli v našej zásobárni.

Prečo to všetko vravím? Pretože by som vám rada pripomenula, že ak nemáme dobré životné podmienky, ak sa nám nesplní všetko, po čom túžime, tak je to preto, že zabúdame hľadať to, čo chceme. Jestvuje napríklad Budha, Ježiš je tu, Boh aj Alah, kohokoľvek spomenieš, ten jestvuje. Nevidíme ich však, pretože ich zabúdame hľadať. A nielen Budha, Boh, Ježiš alebo v kohokoľvek veríte, stále jestvujú, aj každá jedna vec, ktorú chceme, je tu už uskladnená, inak by sme ju nechceli, nevedeli by sme, že ju vôbec môžeme chcieť.

Napríklad v Afrike žije niekoľko veľmi necivilizovaných kmeňov. Nikdy predtým nevideli televízor, ani raz za posledných tridsať či viac rokov. A tak im ani len ne-

napadne, že nejaký chceli mať alebo že by chceli pozerať televíziu, pretože v ich pamäti nijaká televízia nejest-vuje. Všetko, čo si v tomto živote želáme, povedzme bo-hatstvo, šťastie, styk s Bohom, Budhom atď. jestvuje už niekde uskladnené. Naša pamäť z predchádzajúceho ži-vota alebo z mnohých minulých životov na tomto svete tieto obrazy už pre nás uskladnila. Preto ich teraz chce-me. Ako by sme ich inak chceli, ako by sme vôbec ve-deli, že také veci jestvujú? Chceme ich, pretože vieme, že sme ich už mali.

Takže keď sme osvietení alebo dosiahneme najvyššiu múdrost, objavíme tieto veci v našej pamäti. Budha nám ich nedáva, Boh nám ich neposkytne - dostali sme ich už predtým, ibaže sme ich zabudli používať.

Preto vlastne jestvuje spôsob, ako rozpoznať lásku Bo-žiu, ako rozpoznať Budhov súcit, a to tak, že budeme ne-pohnute, pokojne načúvať, čo nám Boh alebo Budha roz-práva.

Každodenné cvičenia pozostávajú z dvoch častí: najprv sa modlíme za to, čo si želáme, a potom počúvame, čo nám Boh alebo Budha hovorí - kde získame to, po čom túžime. Ak sa stále iba pýtame, pýtame a nepočúvame, nič neprijímame, potom to ľahko získame. Väčšinu času sme prveľmi zaneprázdnení modlením sa za niečo a nevieme, čo nám Boh chce povedať. Keď ideme napríklad za učiteľom a pýtame sa ho na nejaké problémy z an-gličtiny, musíme byť ticho a počúvať, čo nám odpovie, nie? Nie je to tak? Však?

Takže keď prosíme o niečo Boha alebo Budhu a stále ho

len žiadame, žiadame ho o niečo ráno, na poludnie i večer, sme to vždy "my", kto rozpráva. Potom pravdaže nevieme, aká je Božia odpoveď a čo nám Budha radí urobiť. Preto sa náš život neveľmi vylepšuje, hoci Boh nám chce vždy milostivo pomáhať a Budhovia z desiatich smerov oblohy na nás sústavne dozerajú a chcú nám dávať dobré rady, napríklad ako zvládnuť náš život, ako sa vyrovnať s každodennými problémami, ako zhromaždiť čo najväčšiu inteligenciu, aby sme prežili na tomto svete a dostali sa aj cez rozličné roviny svetov v celom vesmíre.

Niekedy musíme byť v úplnom pokoji a to nazývame "meditáciou".

Ak však len sedíme a naša hlava nadalej rozmýšľa, nejde o meditáciu, nie je to meditácia, iba "rozprávanie potichu". (Majsterka sa zasmeje.) Preto musíme vedieť, ako meditovať, ako pokojne sedieť, a to vám chcem práve ponúknuť. Jestvuje spôsob, ako správne meditovať a obdržať tak posolstvo od Boha, Budhu, Alaha alebo od kohokoľvek, v koho silno veríte. Niekedy musíme byť v absolútном pokoji, aby sa k nám toto posolstvo dosťalo. Niežeby nás Boh nepočúval, niežeby nás Amitabha nepočúval, jednoducho nepočúvame my ich.

Preto vo svojej knižke tvrdím, že vám veľmi neposlúži, ak len budete recitovať meno Boha či Budhu. Nechcem tým povedať, že Boh a Budha vás nebudú počúvať, ale sme príliš hluční, priveľa rozprávame a nepočúvame. Jestvuje však spôsob, ako tento problém vyriešiť. Každý deň sa sice pomodlíme k Budhovi, pomodlíme k Bohu, ale potom si musíme určitý čas vyhradíť na to, aby sme

pokojne sedeli a počúvali posolstvo, ktoré nám Boh chce zoslať, ktorým nás Budha chce riadiť. Je to logické? Áno? Ďakujem.

Tak teraz prejdime k druhej časti: ako pokojne sedieť. Väčšina z nás nie je pokojná, keď sedí. Skôr naopak. Nemám pravdu? Ak mi neveríte, tak sa dnes večer, keď sa vrátite domov, pokúste pokojne sedieť a na päť minút úplne vypnúť. Ak sa vám to podarí, stanete sa mojím učiteľom. (Všetci sa smeju.) Je to veľmi, veľmi ľažké. Môžete vopchať svoje telo do škatule, môžete sa takto uaztvořiť, no vaša myseľ sa bude nadalej túlať ka-de-tade. Takto sa nedá meditovať a nie je to ani spôsob, ako načúvať posolstvu Boha alebo Budhu.

Jestvuje lepší spôsob, ako to urobiť. Môžeme sa modliť k Budhovi alebo k vlastnému Budhovi-podstate v nás, či k milosrdensťu a dobrote v našom vnútri, ktoré Číňania nazývajú "Hsing Ben Shan", čo znamená, že ľudstvo je vo svojej podstate dobré. Preto, keď veríme v Boha, modlíme sa k Bohu, keď veríme v Budhu, modlíme sa k Budhovi, keď veríme v "Hsing Ben Shan", čo znamená dobro v nás samotných, modlíme sa k tejto dobrote v našom vnútri. Modlite sa však k najvyššej sile, nech by už bola kdekoľvek. Vždy sa modlite k najvyššej sile, k najvyššiemu Bohu, najvyššiemu Budhovi. Nemodlite sa k malým bohom, ktorých po čínsky nazývame "Shern" (duchovia) alebo "Guei" (démoni), sú to totiž miestni bohovia a ich sila je iba "miestna". (Všetci sa smeju.) Preto by sme sa nemali modliť k nejakému miestnemu bôžikovi, ale k najvyššiemu Bohu, pretože len tak zís-kame tú najvyššiu silu, rozumiete? (Hlasný potlesk.)

Modlíme sa za to, čo by sme chceli, ale musí to byť dobrá modlitba. Myslím tým, že Boh vám nepomôže, ak sa modlite, pretože chcete niekoho zabíť alebo vylúpiť banku. Nie, nie, nie, to by nepomohlo. Mám na mysli modlitby, ktoré pramenia z ľudského súcitu a logických schopností a ktoré sa usilujú o mier v živote ľudí. Modlite sa za súcit, za mier, za ukázanie cesty, za tú najlepšiu cestu, aby váš život a rovnako aj život vášho suseda a celého národa bol plný úspechov, múdrosti a pohody. A vtedy vás bude Boh každý deň viesť, Budha bude riadiť vaše činy. Zrazu sa veci zmenia, budú lepšie a ľahšie ako predtým. A vy sa dokážete rozhodovať rýchlejšie a mûdrejšie ako predtým. Vtedy spoznáte, že vás vedie Boh.

Počas meditácie alebo vždy, keď máme čas, mali by sme ticho sedieť, zatvoriť oči, ničomu nenačúvať a všetku svoju pozornosť sústrediť na centrum myslenia - mozog, približne tu niekde v prostriedku, asi tu. Musíme sa však trochu "pozrieť" hore, k bráne, kde sa otvára. (Majsterka ukazuje pritom na svoje čelo.) A potom už ticho sedíme, necháme myseľ odpočívať, necháme odpočívať aj naše srdce, myšlienky, túžby, skrátka všetko. Nemyslíme, netúžime po ničom, jednoducho odpočívame a opakujeme meno Boha, Budhu, Alaha, meno toho, v koho najväčšmi veríme. Takto odpočívame a vzývame najväčšiu silu, v ktorú veríme. Odtiaľto (Majsterka si ukáže na čelo) ju v tichu voláte a necháte ju, nech vám pomáha, nech vás podporuje a nech vám každý deň žehná pri všetkých činnostiah a myšlienkach. Tak budete lepšie slúžiť ľudstvu, sebe i svojej rodine a získate viac múdrosti.

Po tomto sa budete cítiť odlišne, budete vedieť, že skutočne jestvuje sila väčšia ako váš mozog, ktorú voláme Bohom či Budhom-podstatou či Taom - nezáleží mi na tom, ako ju nazvete, pretože si ju môžete slobodne pomenovať. Takto načúvame Bohu alebo Budhovi. Ak to však nebudem prevádzkať denne, nebudem mať veľa z posolstva Budhu alebo Boha a nebudem vedieť, či Boh alebo Budha skutočne jestvujú a či nás milujú, alebo nie.

Ak ste však z meditovania nemali tento úžitok, mám pre vás iný spôsob, ktorý vám pomôže rozpoznať lásku Boha, Stvoriteľa, Budhu.

Keď si všímate rozličné kvetiny, pozeráte sa do srdiečka kvetu, pozorujete, aké sú nádherné, ako krásne voňajú a to je dôvodom na existenciu týchto kvetov. Sú tu preto, že Boh, Budha, Tao či Alah nás tak veľmi miluje, že stvoril tieto veci, aby potešil naše zmysly, urobil náš život krajsím, znesiteľnejším, pohodlnejším. A keď sa pozriete do očí svojich detí, uvidíte, ako žiaria inteligenciou, láskou, zvedavosťou, túžbou po poznani a teplom, ktorým vás v kruhu rodiny obdarúvajú. Takto vám Boh či Budha vyjadrujú svoj súcit a svoju nesmiernu lásku. Keby sme také veci ako láska detí, kvety, nádherná obloha, hviezdy, mesiac či slnko nemali, náš život by bol veľmi bezútešný.

Takže dokonca aj predtým, ako s istotou vieme, či je Boh, Budha, svätí, vieme už, že jestvuje bezvýhradná láska, ktorá prichádza nevedno odkiaľ. Je to bezvýhradná láska ku všetkým ľuďom, všetkým veciam na svete. Boh miluje nielen ľudí, ale aj zvieratá, Budha sa nestará len o nás, ale o všetko. Vidíte, je tu dokonca tráva

pre kravy, vtácie samičky pre samčekov, med pre včely a podobne.

Preto sa hovorí v kresťanskej Biblia, že Boh stvoril všetko potrebné pre každú živú bytosť. V budhistických súrách Budha vysvetľuje, že Budhovia a Bodhisattvovia sa niekedy prevtelujú do zvierat, vtákov, kvetov či vody, aby ľuďom slúžili a pomáhali. To sú vlastne podobné výpovede, len v odlišných jazykoch a rôzne sformulované.

Mali by sme si teda skutočne ceniť všetko, čo je okolo nás, byť všimavejší, pozornejší a vďačnejší za všetky veci, ktoré užívame, pretože z nich vidíme, ako nás má Boh či Budha rád. Inak je ľahké zabudnúť a ľahké byť nevďačným.

Stvoriteľ ani Budha nedbá, ak sme mu nevďační. Nečaká na našu vďačnosť. Ak však zabúdame byť vďační, potom strácame cit pre veľkosť, zabúdame, že jestvuje najvyššia sila, ktorá sa o všetko stará. A v takom prípade sa cítime osamelí, zúfali a trpíme.

Navonok sme vďační za všetky veci, ktoré dostávame. Vo svojom vnútri niekedy ticho sedíme, vieme, že Budha jestvuje, načúvame vnútornému hlasu, tichému hlasu, hlasu Boha, hlasu Budhu. A ak to budeme robiť každý deň, zbadáme rozdiel v našom konaní, v našom chápaní i postojoch. To nazývame "meditáciou".

Bolo by však prveľmi ľahké, keby sme iba sedeli, meditovali, načúvali hlasu Božiemu a tak vela dostávali. Je tu zároveň zopár podmienok, ktorým by sme mali ve-

novat pozornosť.

Nájdete ich v knihách, ktoré vyšli - ale najprv vám porozprávam trochu o tých knihách. Nie sú to v skutočnosti moje knižky, ale knižky mojich žiakov, pretože ja som v živote nijakú knihu nenapísala a po čínsky ani písat neviem. Je to všetko práca mojich žiakov. Ja som iba rozprávala, oni moje rozprávanie nahrali a vydali pod mojím menom. Takto som sa stala slávnou a dostala som sa do tažkostí. (Všetci sa smejú.)

Na Tchaj-wane som s prestávkami strávila asi päť rokov a nikdy som nemala problémy. Všade, kam som prišla, ma s láskou privítali a prijali medzi seba a dali mi trochu peňazí, niečo zaješť a nejaké šatstvo, pretože som bola mníška, celkom neznáma mníška. Nemala som teda problémy. Potom však za mnou prišlo niekoľko Tchajwančanov a požiadalo ma, aby som im niečo porozprávala a naučila ich Quan Yinovu metódu. Tak sa aj stalo. Všetko, čo som rozprávala, si zaznamenali. Dokonca aj to, čo platilo len im osobne. Keďže úroveň ľudí je veľmi rozdielna, niekedy to, čo môžete povedať jednej osobe, sa druhej povedať nedá. Nie je to tak? A oni dali bez uváženia všetko do tlače (Majsterka sa smeje), všetko zverejnili a narobili mi nepríjemnosti. Tak ste sa o mne dozvedeli a takto sa začali moje trampoty. (Skoro všetci, čo ma mali predtým radi, sú teraz mojimi protivníkmi.) Ale to nič. Sú to len malé problémy v porovnaní s tým, čo ľudia získajú. A tak mi nebude prekážať, keď sa zase ocitnem v tažkostiah. Moji žiaci majú dobré srdce a chcú, aby aj ostatní ľudia ťazili z toho, z čoho oni sami majú úžitok. Nemôžem im v tom brániť, pretože to robia s dobrým úmyslom. Keby som

ich zastavila, znamenalo by to, že nemám nijaký súcit - alebo aspoň nie toľko ako moji žiaci. Preto im dovolím, nech robia, čo považujú za prospéšné pre druhých.

V týchto knihách ("Klúč k okamžitému osvieteniu"), ktoré vyšli v angličtine aj čínštine, som vlastne rozprávala svojim vtedajším žiakom, ako napredovať na ceste poznania. Nestačí, ak každý deň sedíte vzpriamene so zatvorenými očami - tak ako Budha - aby si každý myslel, ako úžasne cvičíte. (Smiech.) To je málo. Meditácia sa musí stať súčasťou nášho života. Keď meditujeme, prichádzame do styku so silou Boha či silou Budhu. Vtedy musíme tejto sile Boha, sile Budhu umožniť, aby sa odrazila v našom každodennom styku s ostatnými ľuďmi a musíme im preukazovať viac lásky. Tá bude dôkazom nášho napredovania.

Keď chceme dokázať, že je v nás viac lásky, musíme konáť viac dobra, musíme pomáhať chudobným, musíme posluchať rodičov, starať sa o starých ľudí, deti a vdovy a nesmieme žiť priveľmi pôžitkársky. Na utrpenie druhých bytostí musíme hľadieť ako na naše vlastné. Nemali by sme teda mať potešenie zo zabíjania zvierat a nemali by sme ich ani jest. To je dôvod, prečo by sme sa mali stať vegetariánmi.

Ak nechcete byť vegetariánom preto, že takéto stravovanie prináša veľa problémov, povedzme v práci, alebo že manželka odmieta také jedlo variť, alebo... alebo... a alebo... (smiech), potom je tu ešte druhá možnosť. Keď Budha po prvý raz prijal niekoľkých mníchov do svojho rádu, boli títo mnísi podobne ako mnohí iní, nevysvätení žiaci, zvyknutí jedávať mäso, pretože u nich doma

tráva ani zelenina nerástli. Vtedy Budha povedal: "V poriadku, ale teraz postupne zameňte jedlá z mäsa za jedlá zo zeleniny."

A tak vám podobne ako Budha tiež ponúkam ďalšie možnosti. Mali by sme sa pokúsiť byť vegetariánmi, kedykoľvek sa nám to trochu hodí, a mali by sme si čo najčastejšie nájsť dôvod k tomu, aby sme sa stravovali ako vegetariáni a nie aby sme jedli mäso. Toto mám na mysli, keď hovorím o tom, že by sme mali mať viac súcitu a rozšíriť svoju lásku na všetky živé tvory. Ani jedno jediné náboženstvo sa nezmieňuje o tom, že by sme svoju lásku nemali rozšíriť na všetky bytosti, nielen na ľudi.

Bez ohľadu na to, či veríme v nejaké náboženstvo alebo nie, všetci môžeme veriť v "Hsin Ben Shan", v dobro, v súcit v našich srdciach. A tak sa pokúsme zachrániť toľko životov, koľko je len možné. Neznamená to, že ak zjeme o jeden kúsok mäsa menej, všetko sa zmení, je to však spôsob, ako cvičiť naše srdcia k väčšiemu súcitu, rozumiete? Náš súcit musí vzrastať a nie sa zmenšovať a dobrý úmysel je podstatný.

Jestvujú skupiny cvičiacich, ktoré nejedia vegetariánsku stravu, pretože im to nevyhovuje. Títo ľudia sa každenne zúčastňujú na priateľských či obchodných posedeniach, spojených s jedením, a nezdá sa im vhodné pridržiavať sa vegetariánskej diéty. Rozhodli sa teda radšej jeden či dva dni v týždni postiť, aby znížili svoju spotrebu mäsa a dali tak najavo súcit so všetkými živými tvormi.

Preto vieme o skupinách, ktoré dodržiavajú päťdňový pôst, ako aj o náboženstvách, v ktorých sa postí jeden mesiac v roku. Sú to všetko zvyšky veľmi starých, ale účinných tradícií. V budhizme máme takisto veľa druhov vegetariánov, ako je celoživotný vegetarián, vegetarián dva dni v mesiaci, štyri dni v mesiaci, šesť dní v mesiaci atď., aby si ľudia väčšmi zvykli na vegetariánsku diétu. Tento systém je však pre vás trochu zložitý. My, východoázijskí budhisti, máme totiž veľmi prísny mesačný kalendár, ktorý nám prikazuje jest vegetariánske jedlá v prvý deň, pätnasty deň a na konci mesiaca. Ak patríte medzi zaneprázdených pracujúcich a ak ste napríklad obchodník či novinár, nemôžete si to stále overovať v mesačnom kalendári, ba možno ho ani nemáte, váš kalendár je iba "slnečný" (smiech), takže by ste ťažko zistovali, aký je dátum. Navrhujem preto, aby sme na znak podpory a súčitu so všetkými živými bytosťami jedávali vegetariánsku stravu vždy, keď si na to spomenieme a keď sa nám to hodí. Aj to už bude veľký pokrok. Súhlasíte so mnou? Áno? Ďakujem vám.

Týmto spôsobom sa staneme uvoľnenejšími nielen na srdci, ale aj na duši. Prečo? Pretože vždy, keď jeme mäso, časť nenávisti, hnevú a pocitu krivdy, ktoré ovládajú srdce zvieraťa v okamihu, keď ho zabíjame, sa odrazí v našom podvedomí a spôsobuje, že pocitujeme vnútorný nepokoj. Preto mávame v noci hrozné sny a zvieratá sa nás boja a utekajú pred nami. Keď sme chorí, táto nenávist a hnevom naplnená atmosféra spôsobujú, že sa len ťažko zotavujeme.

Čím menej mäsa budeme jest, tým budeme mať čistejšie svedomie, menší pocit viny v našom podvedomí, tým

lepšie budeme spať a prestane nás trápiť nočná mora. Takže by ste to mali skúsiť. Bude to lepšie pre vašu myseľ, pre vaše srdce, pre vaše zdravie, skrátka pre všetko.

Musím sa priznať, že nečítam noviny tak často ako vy. Čítala som ich, iba keď som niekedy sedela v lietadle pätnásť, dvadsať, ba až tridsať hodín a nemala som čo robiť, pretože tak dlho sa nedá ani spať, ani meditovať (smiech). Vtedy som siahla po novinách. Zakaždým, keď som sa do nich pozrela, nič dobré som v nich neobjavila (smiech). Žiadne správy, dobré správy.

Naposledy som cestou z Hongkongu sem čítala "Newsweek" a "Time Magazine" a našla som v nich správy o všetkých možných neštastiach: o hurikánoch, pohromách, leteckých neštastiach a chorobách. Jestvujú aj také choroby, o akých sme nikdy predtým nepočuli. Napríklad v poslednom čase sa vyskytla istá nevyliečiteľná choroba, pri ktorej sa červíky zvnútra tela prehrýzajú von, a človek vidi, ako mu taký červík vylieza z vyžratej diery. Viete si predstaviť, že by ste mali plné telo červíkov? A lekári na túto chorobu nemajú nijaký liek. Keď som to videla, prišlo mi zle a chcelo sa mi vracať. Nie z toho strašného pohľadu, ale z neznesiteľnej ľútosti k úbohému pacientovi.

Normálne sa červíky môžu vyskytovať v žalúdku, a už to je samo osebe dosť hrozné. Ale keď má človek v celom tele červíky, ktoré vyliezajú von, keď ich má plno v mozgu, v krvi a v tele... Viete si predstaviť, čo je to za život?

A preto si myslím, že my, čo sme na tom zdravotne aj finančne dobre, by sme sa mali modliť, aby nám Boh nikdy nedovolil dostať sa do takejto situácie. Mali by sme sa tiež pripravovať na to, aby sme boli čistejší a prístupnejší Božej ochrane, aby sme nikdy neupadli do takéhoto žalostného stavu. A najlepším spôsobom je pokúsiť sa vyhnúť nepriamemu zabíjaniu, akým je jenie mäsa - pretože to je tiež nepriame zabíjanie. Ak nebudeme jest mäso, nebude musieť nikto zabíjať.

V budhizme je zákon príčiny a následku absolútny a presný. Čokoľvek urobíš druhým, určitým spôsobom sa ti vráti. Nielen v budhizme, ale aj v kresťanstve platí: "Ako si zaseješ, tak budeš žať." A ak sa pozorne pozrieme na iné náboženstvá, zistíme aj v nich zákon "karmy", príčiny a následku: Čokoľvek robíš inému, bude urobené aj tebe. Preto Konfúcius povedal: "Nečiníte iným, čo nechcete, aby bolo činené vám", poznal totiž zákon príčiny a následku, čo znamená, že nech robíte čokoľvek, dostaví sa výsledok, či už dobrý alebo zlý.

Kedže nechceme zlé výsledky, musíme konáť dobro, aby sme dosiahli dobré výsledky. Nebudem vám rozprávať o nebi a pekle, chcem vám hovoriť len o praktických veciach, ktoré môžete využiť vo svojom živote.

Ak chceme mať zdravú myseľ, dobré zdravie, čisté svedomie a pokojný spánok, mali by sme mať viac súcitu s ostatnými ľuďmi a so zvieratami. Ak poskytneme druhým pokoj a bezpečie, budeme ich mať aj sami.

Od detstva som nikdy nezabila nijakého tvora, ani len mravca, červíka, či vtáčika. A ani sa nedokážem pri-

zerať, keď druhí zabíjajú. A vidíte, hoci Vietman postihlo toľko pohrôm, toľko zabíjania, zomierania a problémov, ja som unikla. Neocitla som sa v nijakom člne, nezažila som nijaké ťažkosti, pretože som odišla skôr, ako sa Vietnam stal komunistickým. Chápete, prečo sa tak stalo? Pretože som v sebe nemala nenávist, nedopustila som sa zabíjania ani zlých skutkov, a tak sa mi dostalo dobré zaobchádzanie.

Preto vám môžem z vlastnej skúsenosti povedať, že čokoľvek dobré vykonáte iným, vráti sa vám to. Nehovorím tak preto, že som sa stala mniškou, alebo že som sa zdokonaľovala metódou Quan Yin. Nie, už predtým som videla, aké výsledky prináša súcit. Napríklad deti v mojej vlasti niekedy vyberajú vtáčiky z hniezd a jedia ich, ale ja som nič podobné nikdy nerobila. Odjakživa som také dačo nenávidela a prosila som ich, aby to nerobili. A vždy, keď som videla zranené vtáčka, zobraťa som ho domov a postarala som sa oň, až kým nevyzdravelo, a potom som ho pustila na slobodu.

Myslím, že práve preto sa ku mne zvieratá správajú tak priateľsky. Raz, bolo to v Nemecku, som sa tesne potom, ako som recitovala Budhovo meno, vybrala na prechádzku. Zrazu priletel vtáčik a zosadol k mojim nohám. Spýtala som sa ho: "Čože chceš?" (Majsterka sa zasmeje.) A vtáčik štebotal a štebotal, prihováral sa mi a zostal pri mne dosť dlho, zhovárali sme sa vari pol hodiny - nevedela som, či mi vtáčik rozumie alebo nie, ja som mu však nerozumela. (Všetci sa smejú.) Rozprávali sme sa však ďalej a vyzeralo to na veľmi družný rozhovor, pretože vtáčik neodletel a bol celkom blízko pri mne, asi takto (majsterka ukazuje ako). Mnohí ľudia,

čo nás videli, ako sa rozprávame, vyšli von, aby si zblízka obzreli takú zvláštnosť, a napokon, keď vtáčik zbadal toľko ľudí, odletel. Ich sa bál, mňa však nie.

Ked som bola v Indii, žila som v Himalájach, nie v riadnej izbe, ale v hlinenej chatrči - v chatrči z hliny, s niekoľkými kameňmi na streche, ktorá mohla kedykoľvek spadnúť, tak bola zle postavená. V múroch boli tisíce dier, cez ktoré vnikal dnu vietor, presvitali hviezdy a mohli tam vkl'znuť živočíchy a byť mojimi priateľmi.

Každý deň po meditácii som našla okolo seba najmenej päť škorpiónov, ktoré tam sedeli a meditovali spolu so mnou (smiech). Poznáte škorpióny? Majú špicatý chvost, a keď vás raz bodnú, potom - dovidenia.

Dennodenne sedávali škorpióny a hady okolo mňa a meditovali. Ked som vstala a videla toľko priateľov, pomysela som si, že to nie je pre nich veľmi vhodné miesto, pretože keď sa budem prechádzať hore-dolu, mohla by som z neopatrnosti na niektorého z nich stúpiť. A tak som každý deň všetkých zozbierala do veľkého krčaha, vybrala sa s nimi na prechádzku a položila som ich na veľkú skalu, odkiaľ sa potom rozutekali.

Som presvedčená, že zvieratá boli ku mne preto také priateľské, že aj ja som sa k nim vždy priateľsky správala. Viete si predstaviť, že sa zvieratá tak správajú? Ak budeme priateľskí ku všetkým ľuďom, ku všetkým bytostiam, nebudú na tomto svete nijaké vojny.

Začnime teda dnes alebo zajtra s naším mierovým prog-

ramom. Každý rozpráva o mieri. Všetci robia veľa rozruchu a potom sa zídu vo veľkom hoteli, za veľkým stolom a rozprávajú o mieri. Všetky tieto rozhovory však nikam nevedú. Musíme začať konať, musíme sa zbavovať svojich zabijáckych inštinktov, musíme zo všetkých sôl začať ochraňovať všetko, čo je živé.

Mier sa začína v nás, vo mne, vo vás, a potom bude mier na celom svete. Nemôžeme tu jednoducho sedieť a čakať na prezidenta, na nejakého mierotvorcu alebo na niekoho, kto príde a bude hovoriť za nás. Nie, musíme sa sami rozhodnúť.

Preto si myslím, že ak budeme meditovať a jesť čo najmenej mäsa, aj v nás zavladne väčší mier. A čím mierumilovnejšie budeme pôsobiť, tým väčšmi budeme okolo seba vyžarovať neviditeľnú, pokojnú atmosféru, ktorá ovplyvní aj ostatných. Nemusíme rozprávať o mieri, mier bude v nás. Nemusíme sa dovolávať mieru, mier bude tu.

Súhlasíte s tým? Áno? Ďakujem vám. (Silný potlesk.) Áno, keď sme sami čistí, budeme bližšie k Bohu alebo k sile, v ktorú veríme. Ak veríme v Boha, budeme bližšie k Bohu. Ak veríme v Budhu a očistíme sa, budeme bližšie k Budhovi. To je isté. Sama som to vyskúšala, takže vám to môžem potvrdiť. Vlastne vám to ani netreba hovoriť -- vedť to viete. Chcem vám iba pripomenúť, aby ste nezabúdali, že v sebe samých máme vlastné dobro. Nezabudnite, že v našom tele sídli Boh, nezabudnite, že v našom srdci prebýva Budha.

Nezabúdajte, že v nás je Boh, že v nás je Budha-podstata.

Hľadajte silu, ktorá nás prebudí, ktorá nám pomôže, a dostanete pomoc, dostane sa vám požehnanie. Nech ste požehnaní.

## Tao, zvuk, slovo

25. mája 1989  
San Francisco, USA

Dobrý večer, bratia a sestry. Som rada, že vás opäť vidím a že ste si aj pri toľkej zaneprázdnosti našli pre mňa čas. Niektorí z vás tu boli už aj včera, a to znamená, že moja včerajšia prednáška nemohla byť až taká nudná! (Smiech.)

Je to takto: Všetci poznáme pravdu, ibaže sme na ňu zabudli. Takže občas nám ju musí niekto pripomenúť a prinútiť nás, aby sme si spomenuli, čo je cieľom nášho života, prečo musíme hľadať pravdu, prečo sa musíme zdokonaľovať, prečo musíme veriť v Boha, v Budhu či v kohokoľvek, koho považujeme za najvyššiu silu vo vesmíre.

Ked Budha ešte žil, často rozprával svojim žiakom o tom, aká dôležitá je sebadisciplína a nacvičovanie seba-realizácie. My všetky tieto cvičenia poznáme. Vo všetkých spisoch sa spomínajú veci ako nenásilnosť, láska k blížnemu, láska k nepriateľom atď., ako aj potreba viesť čistý a cnostný život. Problém je v tom, že ak tieto ideály porovnávame so skutočnosťou, s tlakom spoločnosti, čažko nám padne "milovať nepriateľa" alebo "milovať svojho blízneho". Naozaj to však nie je naša vina. Dochádza k tomu preto, že sme takí bezradní a bezmocní proti vplyvom našej spoločnosti a tlaku dnešného spôsobu života.

Ako je teda možné, že dnes nie sme schopní rozvíjať sta-

rodávne disciplíny, ktoré nám zanechali starí majstri? Nie je to preto, že by sme nechceli, alebo že by sme sa o to nepokúšali. Jednoducho nemáme dosť sily. Sme unavení, unavení životom. Niekedy musíme veľmi tvrdo pracovať, aby sme vôbec prežili v spoločnosti, ktorá na nás kladie čoraz väčšie požiadavky. A potom, musíme čeliť aj "civilizovanejším" pokušeniam - predtým neboli také "civilizované" pokušenia. Teraz žijeme v civilizovanejšej spoločnosti a máme aj civilizovanejšie pokušenia. (Majsterka sa smeje.) A preto by sme mali aj "civilizovanejšie" pristupovať k tomu, aby sme sa ochránilí, ak chceme znova získať sebaúctu, múdrost a právo, ktoré nám patrí, pretože niekedy sa zdá, že sa strácame vo víre existencie a pod vplyvom vonkajších tlakov ako by sme strácali aj sami seba.

Nejde o to, že by sme strácali svoje telo alebo svoje túžby. Strácame však sebkontrolu a sebkontrola je pre nás taká dôležitá, že je potrebné, aby sme jej venovali pozornosť. Aj v Biblia sa hovorí: "Ved čo osoží človekovi, keby aj celý svet získal a stratil sám seba?" Všetci túto vetu poznáme a pravdepodobne ju aj veľakrát opakujeme, nevieme však poriadne, čo znamená "stratiť sám seba". Myslíme si: "Prečo? Ved som nič nestatil. Každý deň len niečo získam."

Ak nás šéf povýši, ak nám idú skutočne dobre obchody alebo nám každý rok pribudne do rodiny dieťa, hovoríme o úspechu. To však neznamená, že sme niečo získali, pribudlo nám iba ďalšie príjemné bremeno. Niektoré bremená sú neznesiteľné a niektoré sú príjemné, a teda sa nám páčia. Čím máme vyššie postavenie, čím viac detí, čím viac peňazí, tým väčšie je naše bremeno.

Čím väčšimi sa staráme o tieto materiálne veci, tým väčšimi stráceme sami seba. Čo znamená stratíť seba samých? Čím hlbšie upadáme do tohto materiálneho zajaťia, tým menej poznáme sami seba. To znamená strácať seba samých.

**Čo by sme mali o sebe vedieť? - že sme tie najväčšie bytosti vo vesmíre.**

V budhistických knihách stojí, že život je to najcennejšie, katolíci tvrdia to isté a v muslimskom písme sa hovorí, že sme iba hostami na tejto zemi. To znamená, že náš skutočný domov nie je tu, znamená to, že sme väčší ako obyčajná ľudská telesná schránka.

Každý nám hovorí, že sme veľkí, ale v čom spočíva naša veľkosť? Čo je veľké na ľudskom bytí? Našu veľkosť môžeme poznať nanajvýš tak, ako ju chápu smrteľníci. Napríklad je dôležité, aké postavenie zastávame vo firme, alebo nakoľko sme spoločensky úspešní. Podľa toho posudzujú ľudia veľkosť toho druhého, skrátka z čisto ľudského hľadiska.

Ak sa nad tým pozorne zamyslíme, vidíme, že tieto veci nie sú stále. Dokonca ani prezidentom, prepáčte mi, že to vravím, nemôže byť nikto navždy. A hoci je to najvyššia, najprestížnejšia pozícia, aká sa dá v národe dosiahnuť, nemôžete si ju udržať natrvalo. Toľko miliónárov, toľko slávnych ľudí sa nám stratilo z očí a ani nevieme, kam sa podeli. Dozvieme sa to však, ak si nacvičíme metódu dávnych aj súčasných majstrov, ktorí všetci učia tú istú metódu. Ten, čo o sebe tvrdí, že hlása pravdu, musí vyučovať rovnakú metódu - to znamená

metódu, ktorá človeku pomôže uvedomiť si, aký je veľký a aký je vzťah medzi nami a naším Otcom - Bohom alebo takzvaným Budhom-podstatou či Taom.

Všetky tieto mená z rozličných náboženstiev hovoria o tej istej sile, o Všemocnej, Všadeprítomnej, Večnej Láske a Milosti. Túto silu nazývame Bohom, Najvyšším, Všemohúcim, Taom, Budhom-podstatou či Ju Laiom alebo Thathagatom.

Ako to, že ľudia nazývajú túto silu toľkými rozličnými menami? Je to tak kvôli odlišným tradíciam a odlišným spôsobom vyjadrovania sa, spôsobila to aj jazyková bariéra a fakt, že ľudia často neprekladajú skutočný význam do miestneho jazyka. Napríklad každý pozná Budhu a myslí si, že bol iba jediný Budha. Nie, ide iba o titul pre osvieteného svätca. Rovnako dobre by ste ho mohli volať Kristom. Kristus je pomenovanie pre osvetenú bytosť v hebrejskom jazyku a do angličtiny ho neprekladáme, nadalej hovoríme o Kristovi alebo Budhovi, a potom máme dojem, že jestvujú iba dva známi svätci a že sú jediní na svete, bez ohľadu na to, čo bolo, alebo čo príde. Tak mylíme sami seba.

V modernej dobe máme aj iné slová, ako "guru". Teraz sa každý stáva "guru", dokonca aj ja. (Majsterka aj ostatní sa smejú.) Bola som veľmi prekvapená, keď som videla v televízii "Guru Ching Hai prichádza k nám" a povedala som si, panebože, teraz sa stávam guru. (Smiech.) Je to však aj na niečo dobré, pretože Američania teraz aspoň poznajú termín "guru". Keby v televízii alebo v novinách spomínali Ching Hai Fa Shih, čínsky výraz pre guru, ľudia by krútili hlavou, nero-

zumeli by a sptyovali by sa "Čo to je Fa Shih?" Alebo keby použili titul zo sánskrtu Ching Hai Budha, ľudia by namietali: "Nie, bol iba jeden Budha, žil v Indii a zomrel pred vyše 2000 rokmi." A ľudia by ma odmietali, pretože by si mysleli, že sa chcem vystatovať, že som Budha.

Koniec koncov stať sa Budhom nie je až také nedosiahnuteľné. Podobne, ako sa celé roky učíte, ako sa stať lekárom, môžete sa celé roky a mnohými spôsobmi učiť, ako sa stať Budhom. Takže si nesmiete myslieť, že stať sa Budhom je nedosiahnuteľné a nesmiete mať o sebe nízku mienku. Bolo by to nespravodlivé, škodili by ste tým sami sebe a nevážili si sami seba, pretože Budha tiež povedal, že všetci sa môžeme stať Budhom a všetci máme v sebe Budhu-podstatu. To znamená, že my aj On sme si rovní, jediný rozdiel je v tom, že On objavil svojho Budhu-podstatu, to znamená svoje vnútorné bohatstvo, a my nie. Niektorí z vás možno aj áno, pretože včera som vám odhalila, ako môžete nájsť svoju vnútornú Budha-podstatu a niektorí z vás už z nej nejakú časť našli.

To je teda spôsob, ako sa stať Budhom. Jednoduché, a pritom také vedecké, nič záhadné, nič tajomné, nič, čo by priemerný človek nemohol dosiahnuť. Prečo sme však dosiaľ tak málo počuli o metóde, ako sa stať Budhom? Po prvé, sme klamaní, aby sme verili, že jediný Budha bol Shakyamuni, princ Gautama Siddharta. Snažia sa nás presvedčiť, že je to tak. Podobne, ako máme veriť, že Ježiš bol jediný Kristus na zemi a že neboli nikto ani pred ním, ani po ňom. Avšak samotný Ježiš vyhlásil, že pred ním boli aj iní proroci a že on sám je prevtelením

jedného z nich. Môžeme o tom čítať aj vo vedeckých prácach o Ježišovi.

Aj Budha povedal to isté: pred ním jestvovali mnohí, nespočetní Budhovia, toľkí, ako je piesku v rieke Ganges. Nepovedal to? Povedal. Nie ste budhisti? Dobre, nechajme Budhov teda tak. (Smiech.) Hovoríme o našom Budhovi len pre vašu informáciu. Nie je potrebné, aby ste verili v budhizmus alebo akýkoľvek iný izmus. Dôležité je, aby ste verili v nebo vám vlastné. Biblia hovorí: "Nebo je v nás" - ja som ho našla a možno aj vy. Je ľahšie presvedčiť sa o nebi v nás ako vyfúkať si nos. Ak si chcete vysmrkať nos, potrebujete k tomu najprv vreckovku. Ak ju nemáte, sú s tým problémy, zatiaľ čo nájst nebo v nás samotných je otázkou niekoľkých sekúnd či minút.

Práve som vám povedala dôvod, prečo sme veľa nepočuli o učení Budhu či Ježiša Krista a že väčšina ľudí neverí, že sa môžu stať Kristom, že sa môžu stať Budhom. Je to preto, že sme uverili, akí sme nevedomí, akí sme hlúpi, malí, bezmocní, že nie sme ničím, že sme hriešni a takí a onakí. A že jednoducho nie sme vôbec ničím. Toto sa nám servíruje z generácie na generáciu, a preto sme museli uveriť tomuto falošnému presvedčeniu.

Zabudli sme však, že Biblia hovorí, že všetky bytosti stvoril Boh a že Boh stvoril človeka "na svoj obraz". To znamená, že Boh a my je to isté. Keď Ježiš povedal: "Ja a môj Otec sme jedno," znamená to, že my a Otec sme tiež jedno. Ak si to budeme schopní uvedomiť, skončí sa naše trápenie. Je to veľmi jednoduché.

Ak chceme však tieto veci pochopiť, nestačí sa o nich zhovárať a uveriť im len preto, že vám o nich rozprávam. Musíte sa podrobiť aj určitému autotréningu. Ide o istý druh sebahypnózy, rozumiete? Niektorí ľudia sú schopní zhypnotizovať sami seba a potom robiť určité veci, iní zase vedia zhypnotizovať druhých a nechajú ich robiť veci, ktoré sa vymykajú ich kontrole - nejde však o vysoký stupeň hypnózy, pretože keď sa preberiete z trazu, vracieť sa späť ku všetkým trápeniam, problémom, súženiam a nevedomosti, ba čo je ešte horšie - pod vplyvom hypnotizéra strácate časť sebkontroly. Takže si nemyslím, že je to až také rozumné.

Sebahypnóza najvyššieho stupňa pozostáva z toho, že použijete vlastný úsudok a vlastný rozum na to, aby ste spoznali vyššie sféry bytia, aby ste sa čo najviac oboznámili s vyššími formami života, myslenia a moci, aby ste zo dňa na deň duševne rástli. Potom budete môcť svojou vnútornou silou dosiahnuť všetko, čo len budete chcieť. Na tomto stupni spoznáme Boha a môžeme povedať, že všetko pre nás robí Boh prostredníctvom nášho tela, pretože vtedy Boh a my budeme jedno - ako Ježiš povedal: "Ja a môj Otec sme jedno." Potom sa oslobodíme od ľudskej osamelosti a nebudem už musieť viac bojovať, aby sme prostredníctvom našej malej sily a obmedzených vedomostí niečo dosiahli.

Vedci používajú iba ohraničenú časť svojho mozgu a dosiahnu veľmi veľa. Keby sme využívali náš celý zložitý mozgový potenciál, dosiahli by sme, samozrejme, omnoho viac. Nie je ľahké to uveriť, je však otázne, ako to môžeme využiť. Je jedna možnosť, ako to využiť. Keďže v minulosti mali majstri ľahkosti s dopravou a komu-

nikáciou, len veľmi ťažko sa premiestňovali z miesta na miesto a iba veľmi málo ľudí vedelo o ich učení a o ceste, ktorá viedie k oslobodeniu.

Dnes máme množstvo dobrých komunikačných systémov a možnosti dopravy, ktoré nám uľahčujú doručenie nášho posolstva. Zistila som však, že ľudia sú si väčšinou podobní: veľmi skeptickí a pochybovační - nepochybujú o majstrovi, ale o sebe. Kedykoľvek pochybujete o majstrovi a jeho slovách, vedzte, že pochybujete o sebe samých: pochybujete, že sa môžete niekedy stať Budhom, pochybujete, že by ste sa niekedy mohli stať takými veľkými ako Kristus, keď ste takí malí a bezradní, pochybujete, že Kristus nebol jediný, koho Boh zosnal na zem, pochybujete, že Boh je taký milosrdný, že v každej epoche vyslal jedného syna alebo dcéru, aby vás priviedli domov. Toto je veľké pochybovanie celého ľudského rodu. Nie, nepochybujú o učiteľovi, o učení alebo metóde, pochybujú o sebe samých, pretože stovky, ba milióny rokov, od jednej inkarnácie po druhú, sa na nich pozeralo zvrchu, boli odmietaní a nechávaní v blate. Narozprávalo sa im, že nie sú nič, celkom nič, iba hriešne bytosti, z ktorých nikdy nič dobrého nebude!

Takéto niečo Ježiš neučil. Naopak, Ježiš povedal: "Všetko, čo dnes dokážem urobiť ja, dokážete aj vy." Nie? Ne povedal to? Áno, povedal. Čo to znamená? Netvrdil, že je jediný, kto môže robiť zázraky, kázať a konať oslobodzujúce skutky, povedal, že aj vy môžete robiť to isté, ba možno ešte lepšie. Toto nás učil, ale na to sme zabudli, veríme, čo nám cirkev, čo nám kňazi hovoria, a sice, že sme hriešni a že bez Ježiša pôjdeme do pekla. (Majsterka sa smeje.) Keby Ježiš opäť prišiel, vyplakal by si

dušu, pretože jeho učenie tak prekrútili a pretvorili. A plače kvôli tomu a bude plakať.

Niektoľ moji žiaci sa počas meditácie dostali do vnútorného kontaktu s Ježišom. Nenachádza sa už teraz, pravdaže, v zemskej sfére. Pôsobí vo vyšších dimenzách, to je všetko. Ježiš nikdy nezomrel - iba jeho telo zmizlo zo zeme, jeho duša je večná. Vždy bude jestvovať, pôsobí však v inom rozmere a pracuje s ľuďmi vyšej inteligencie, ktorých je ľahšie učiť ako nás. Je mi ľúto, že to musím tak otvorené povedať, ale to mi odkázal. Je mi to ľúto a nemusíte tomu veriť. Niekedy je ľažké povedať pravdu. Musíte mi to prepáčiť.

Moji žiaci teda meditovali, a keďže sú katolíci, je len prirodzené, že prichádzajú do styku s Ježišom alebo Máriou. Pred dvoma týždňami, keď som bola ešte na Tchaj-wane, prišla ku mne moja žiačka a povedala, že Ježiš plakal. Spýtala som sa: "Prečo?" Odpovedala mi: "Pretože si myslí, že jeho deti, ktoré veria v jeho meno, sa vracajú späť, na nižší stupeň existencie. Veria totiž v jeho meno, no nepoznajú spôsob, ako ho dosiahnuť, a preto sa im nedostáva oslobodenia. Plakal teda kvôli nevedomosti svojich detí a kvôli škodám, ktoré im ich nesprávne presvedčenie spôsobilo." Pravdaže, keď som to počula, tiež sa mi chcelo plakať, slzy mi však nevytryskli von, ale tiekli v mojom vnútri, čo bolo ešte bolestnejšie. Neviem totiž, čo by som ešte mohla urobiť, aby som naplnila jeho odkaz a aby mohol prestať plakať.

Vidíte teda, že ak človek raz opustí tento svet, aj keď je vysoký majster, nemôže už fyzickým osobám pomáhať inak ako prostredníctvom vnútornej komunikácie, ktorú

však väčšina ľudí len veľmi ťažko dosiahne, okrem výnimočných osôb s vrodenou schopnosťou telepatie alebo nejakou zvláštnou duševnou silou či schopnosťou vnútorné komunikovať vďaka cvičeniam v predchádzajúcom živote. Tu môžeme hovoriť o šiestom či siedmom zmysle, o najvyššej dimenzii porozumenia. Vtedy budete azda schopní vidieť aj Ježiša bez predchádzajúcich cvičení alebo meditácie. Niektorí ľudia sú veľmi vnímatelní, a keď sa z celého srdca modlia k Ježišovi, podarí sa im občas v okamihu najväčšej úprimnosti s ním sa spojiť, prípadne sa spoja s Budhom, či svätcami z minulosti. Stáva sa to, ale nie veľmi často.

Ak však nacvičujeme našu metódu, takmer s istotou týchto svätcov uvidíme a môžeme sa od nich veľa dozviedieť. Takto sa viac dozvedáme o Pravde - nie ústnym podaním, nie prostredníctvom kázní či doktrín, ale vlastnou intuíciou, vlastným poznáním. Ak sa dostaneme do vyššej dimenzie, uvidíme rozličné sväté bytosti vyššieho stupňa a s vyššou inteligenciou. Možno odišli do vyšších svetov, aby učili druhých a možno sú pripravení v blízkej budúcnosti učiť nás. Majú väčšiu inteligenciu a sú múdrejšie ako my. Žijú vo vyššom svete, v takzvanej lepšej civilizácii, ktorú si s našim ohrazeným ľudským myšlením nevieme predstaviť. Môžeme ju vnímať iba vtedy, ak sa pomocou meditácie a rozjímania dostaneme do tohto sveta. A to vám ponúka metóda Quan Yin, metóda okamžitého osvietenia.

Určite ste už veľa počuli o rozličných metódach, ktoré vedú k osvieteniu, a plne súhlasím, že cest, ktoré k nemu vedú, je niekoľko, no iba jedna je najvyššia. Môžete ísť rozličnými cestami, ale musíte ísť touto, aby ste sa

dostali hore. Táto cesta vedie cez vnútorné svetlo a vnútornú vibráciu. Vibrácia, ako som vám včera povedala, je to, čo Biblia nazýva "Slovom": "Na počiatku bolo Slovo a Slovo bolo u Boha a Boh bol Slovo." V Tao Teh Ching sa hovorí "meno, ktoré nemôžeme pomenovať", čo zodpovedá "slovu" v Biblici, "Shabdu" (zvuku) v hinduistických knihách a "Quan Yinu" (počúvanie zvuku) v budhistických zákonoch.

V budhistických sutrách Budha hovorí, že najlepšia a jediná cesta, ako dosiahnuť budhovstvo, spočíva v počúvaní vnútorného zvuku, sledovanie prúdenia zvuku. Biblia však neuvádza, ako ho máme sledovať, hovorí iba, že musíme "ísť a načúvať vnútornému zvuku". To isté naznačuje "Fan Wen Wen Tzu Hsing" (čínsky) v budhizme, čo znamená načúvať vlastnej podstate a obrátiť svoj sluch dovnútra. Nie je nám celkom jasné, čo je našou podstatou. Ak sa však obrátime na Bibliu, dá sa to ľahko pochopiť. Ak si pozrieme Bibliu aj sutry, veľmi rýchlo všetko pochopíme.

Čo je teda našou podstatou, našou sebapodstatou? Znamená to to, z čoho sme sa narodili, nie? Tak ako podstatou tohto stola je drevo. Stôl je vyrobený z dreva, to znamená, že jeho podstatou je drevo. Ak to takto povieme, každý nám rozumie. Čo je ale našou sebapodstatou? Keď nám Budha povedal, aby sme sa obrátili dovnútra a načúvali svojej sebapodstate alebo prúdeniu zvuku, to znamená, že našou sebapodstatou je určitý druh zvuku, určitý druh vibrácie. Veď v Biblici sa tiež hovorí: "Na počiatku bolo Slovo a Slovo bolo u Boha a Boh bol Slovo". Takže tento zvuk, toto slovo je našou sebapodstatou, pretože "všetko povstalo skrze neho a

bez neho nepovstalo."

Z Biblie vieme, že všetko vzniklo z tejto vibrácie, z tohto slova alebo zvuku, z vnútornej vibrácie. A Budha povedal to isté: Načúvajte vlastnej sebapodstate tým, že svoj sluch obrátite dovnútra. Ak máme teda obrátiť svoj sluch dovnútra a načúvať svojej sebapodstate, musí byť nejaký zvuk, ktorý by sme mali počuť, inak by nám povedal, aby sme si obrátili dovnútra špičku nohy a dotkli sa vlastnej podstaty, alebo aby sme si obrátili ruku dovnútra a svoju podstatu poškrabkali, nie? (Smiech.) On však povedal: "Obráť svoj sluch dovnútra a načúvaj vlastnej sebapodstate." A ani Biblia nehovorí, že ste urobení z niečoho, ale hovorí: "všetko povstalo skrze neho."

Slovo je niečo, čo zneje, čo vibruje. Vzhľadom na jazykovú bariéru ho niekedy všetci odlišne používame. V dávnom jazyku znamenalo "slovo" vibráciu. To bolo všetko. V "Tao Teh Ching" Lao Tzu hovorí: "Je to meno, ktoré nemôžete vysloviť, ale môžete ho počuť bez uší, môžete ho vidieť bez očí," čo je vlastne stále to isté. Všetky biblie a všetky knihy spomínajú tú istú vec - vibráciu, pôvod všetkých vecí.

Vieme teda, že naša vrodená podstata, naša sebapodstata alebo Budha-podstata je slovo, zvuk, vibrácia. Zostáva už iba otázka, ako sa dostať s touto vrodenou podstatou - alebo Bohom do styku. Pretože "Boh bol Slovo, všetko povstalo skrze neho a bez neho nepovstalo nič." V Biblia sa tiež hovorí, že Boh stvoril človeka na svoj obraz, takže už máme zopár záchytných bodov, nie? Vieme, že "všetko povstalo skrze slovo a Boh bol Slovo", a

ďalej, že "Boh stvoril človeka na svoj obraz," takže niet pochybností, že  $2+2=4$ , Boh je to Slovo a Slovo je naším pôvodom, my a Slovo sme to isté, my a Boh sme to isté, pretože Boh stvoril človeka na svoj obraz a na druhej strane, všetko pochádza z tohto Slova. Rozumiete mi už?

Ak sa vám to, čo hovorím, nepáči, začnite hádzať paradajky (smiech), ale ak sa vám to nevidí až také hlúpe, bola by som rada, keby ste reagovali, pretože to rozoberáme spoločne. Nie ja mám prednášku, rozumiete? Všetci máme tú istú podstatu. Všetko stvoril Boh, alebo toto slovo alebo táto sebapodstata. Nerobte preto zo mňa Boha a nesedte tu ako sochy, ktoré čakajú na nejakú ďalekosiahlu kázeň alebo niečo podobné. To človeka zastrašuje. Mali by sme si byť sebarovní, aby sme sa navzájom rozumeli, aby sme mohli spolupracovať a navzájom komunikovať. Nechcem tu sedieť ako nejaký guru a robiť okolo toho všetkého kopu rozruchu. Chcem s vami úprimne rozoberať vaše otázky, vaše problémy, ktoré som predtým mala aj ja a ktoré, to viem určite, teraz v sebe nosíte vy. Ak objavím niečo nové, poviem vám to, a ak to nebude správne, opravte ma. Dobre? A ak budete vedieť niečo lepšie, neskôr mi to môžete povedať. Takto si vytvoríme lepšiu atmosféru.

Vieme, že Biblia a budhistické sutry hovoria o jednej a tej istej veci. Zostáva už iba jediná otázka, ako nájsť tú sebapodstatu, to Slovo alebo Boha. Poznať Boha znamená poznať to Slovo, nie? Prichádzame späť k tomuto záveru, pretože Slovo bolo Boh a všetko vzniklo z tohto Slova a potom stvoril Boh človeka na svoj obraz. Pochádzame teda z tohto Slova alebo z tohto Boha. Teraz sa trochu intelektuálne popasujeme, len tak, pre zábavu.

Ked Biblia hovorí, že Boh bol Slovo alebo že Slovo bolo u Boha, prečo jednoducho nepovie: "Na počiatku bolo Slovo," alebo "Slovo bolo Boh," alebo "Na počiatku bol Boh"? Nemám pravdu? Je to predsa jednoduchšie. Prečo musí hovoriť "Na počiatku bolo Slovo" a potom "Slovo bolo u Boha" a potom sa vracia späť k: "Boh bol Slovo"? Prečo jednoducho nepovie "Slovo bolo Boh" alebo "Na počiatku bolo Slovo" - prečo nevypustí Boha, keď je tam Slovo, a nevypustí Slovo, keď je tam Boh? Prečo je to vyjadrené tak zložito? Kto vie, nech zdvihne ruku. (Niekto odpovedá: "Pretože vibrácia je tým Bohom.") Áno, dobre, si osvietený! Dávam ti jedničku.

Preto sa aj v budhizme hovorí: "Na začiatku nebolo nič, bolo nebytie." Aj v taoizme sa hovorí, že na začiatku nebolo nič, iba Tao a potom prišlo meno (vibrácia, slovo - na západe je to slovo a v Číne to v tom istom čase nazvali meno). Rozdiely v jednotlivých jazykoch nás poplietli, rozdelili jednotlivé náboženstvá sveta a ľudia teraz navzájom bojujú. Je to škoda. Nemali by sme to robiť.

Na začiatku bol iba Boh, alebo to, čo nazývame Oceán lásky. Nebolo nič iné, nijaká vibrácia, nijaké svetlo či tma, nijaké myslenie ani pohyb, iba Boh. Potom vznikol pohyb a to bolo to slovo, vibrácia. Až potom vzniklo všetko ostatné.

Takže vlastne Slovo nie je Boh, ale Slovo je Boh. Bez Boha nejestvuje žiadne slovo, žiadny zvuk, a bez zvuku nepoznáme Boha. Toto sa tým zrejme myslí. Je to ako s oceánom. Bez vĺn by oceán nevyzeral ako oceán, ale ako

veľký rybník, ako pokojné jazero, pretože jazero je pokojné a bez vĺn. Oceán má však vlny, to všetci vieme, a vlny vznikajú v oceáne. Ale oceán v skutočnosti nemá žiadne vlny, vlny "sú" oceán. Je to jasné?

Podobne je to so všetkými vecami v oceáne. Ryby, sépie, všetko živé aj neživé v oceáne vzniklo z oceána. Nie je to tak? Teplota a pohyb zeme, súčinnosť atmosféry a teploty v oceáne spolu s pohybom dali vznik všetkým veciam v oceáne. Podobne vznikla vibrácia v požehnanom Božom oceáne Milosrdenstva a Láske, a potom, spojením prírodných síl, vznikli všetky ostatné veci.

Vznikli vtedy dve sily. Každý pohyb vytvorí nejaký druh sily alebo dve sily - jednu pre a druhú proti, čo v čínskine nazývame "yin" a "yang" a na západe je to sila negatívna a pozitívna. Ak sa zmieša negatívne s pozitívnym, alebo sa nejako spoja, vzniká vec tretia. A takto začali jestvovať všetky veci. Je to ako s elektrinou. Máme dva póly, kladný a záporný, a keď sa plus a minus spoja, vzniká sila. Voláme ju elektrickým prúdom a pomocou neho sa vyvoláva pohyb, svetlo a všetko, čo potrebujeme. Samotná elektrina nie je ani kladná, ani záporná, ale bez kladu a záporu by elektrina nevznikla. Podobne je to so všetkými vecami. Boh nie je ani dobrý, ani zlý, je iba oceánom ľahostajnosti a lásky, nepozná nenávist, špinavosť, nič zlé, nijaké hriechy. Nerozlišuje medzi dobrým a zlým, medzi pekným a škaredým. Preto ho nazývame oceánom Láske a Milosrdenstva. Keďže však termín "oceán Lásky" sa dá azda len ľahko pochopiť, vzniká spomínaná vibrácia a potom negatívne a pozitívne, takže môžeme porovnávať. Vtedy začíname chápať, čo je dobré a čo zlé, čo je múdrost a čo nieve-

domosť.

Zábavné, nie? Keby nejestvovali opačné sily, zotrvali by sme pravdepodobne navždy v nevedomosti. Nedokázali by sme oceniť Božiu Lásku a Milosrdenstvo. Takže aj to má svoj zmysel.

“

V budhizme je aj iná teória, a sice taká, že ľudia veria, že Boh nejestvuje. Preto ich katolíci nazývajú ateistami, čo znamená, že sú neveriaci, že sú pohania. Budhisti však popierajú, že by boli ateistami, a tvrdia, že neveria v Bohu, ale veria v Budhu. A tak obidve strany vedú spolu urputný intelektuálny boj. Podľa mňa, keď Budha povedal, že Boh nie je, nemal tým na mysli, že treba veriť v nejestvovanie Boha, myslel tým iba, že nejestvuje konkrétna bytosť - "niekto", kto sedí hore a hovorí ľuďom, čo je dobré a čo zlé, jedných trestá a druhých odmeňuje. Chcel iba povedať, že oceán Lásky a Milosrdenstva nemá meno a že Meno, ktoré nemôžete vysloviť, je to skutočné Meno.

V jednotlivých krajinách sa osvietení ľudia rôzne vyujadrujú, čo môže veľmi ľahko pomýliť ľudí neosvietenných. Okrem toho pôsobí obrovský mechanizmus "kňazského remesla" - neosvietení kňazi, ktorí ľudí kadečím strašia, len aby získali oddaných stúpencov svojich sebeckých motívov, alebo uspokojili vlastnú túžbu po moci a sláve. To môže byť tiež dôvodom. Keby boli všetci kňazi osvietení, rešpektovali by všetky druhy náboženských písniem. Chápali by, ako sa možno obrátiť dovnútra a nadviazať styk s Bohom bez toho, aby ľudia museli siahať po ktoromkoľvek jazyku.

Toto mal na mysli Lao Tzu, keď povedal: "Vedieť bez toho, aby sme vedeli." Povedal tiež "Múdri sa podobajú nevedomým." Rozumie tomu niekto? Ako je možné, že keď je človek múdry, vyzerá ako hlupák? Vie niekto? (Ktosi odpovedá: "Myslel tým, že múdry vie, že hlupák s ním aj tak nikdy nebude súhlasiť.") Nie je to tak? Keďže všetko vidí inak, aj koná inak ako hlupák, neočakáva, že by ho tento pochopil, takže čokoľvek ten hlúpy povie, múdry mu odpovie: "Áno, možno je to tak, máš pravdu, len tak ďalej." Nie je to tak? Áno, je to tak nejako. (Prihlási sa ďalší poslucháč: "Myslel tým, že čím viac sa človek učí, tým viac zisťuje, aký je nevedomý. Prestáva preto rozprávať, komentovať veci aj diskutovať, stáva sa pokornejší.") Správne. Zdá sa, že človek je tým hlúpejší, nevedomejší a pokornejší, čím viac sa učí.

Čím viac sa teda učíme, tým sme skromnejší, pretože si uvedomujeme, že každý má v sebe podstatu Boha, múdrost Budhu. Môžeme sa učiť od druhých, od každého nášho suseda a môžeme si vážiť a milovať každú ľudskú bytosť, ktorú stretneme na ulici. Tak sa napokon stávame pokornejšími - možno mal toto Lao Tzu na mysli. Áno, súhlasím s vami oboma.

Čo vlastne robí človeka pokornejším? Je to veľké, obrovské poznanie vesmíru, ktorý nikdy dostatočne nepochopíme. Keď chodíme napríklad do základnej školy, učíme sa sčítovať, učíme sa, že  $4+4=8$  a  $3+3=6$ . Neskôr sa učíme zložitejšie veci, ako že "Ak jedna paradajka stojí 3 doláre, koľko stoja tri paradajky? Ak si odo mňa neskôr niekto jednu odkúpi, zostanú mi iba dve. Koľko musím teda za ne zaplatiť a koľko mi dá tá druhá osoba?" a všelijaké ešte zložitejšie veci. Ak tieto príklady vyriešime,

sme na seba veľmi pyšní, prídeme domov a pochválime sa rodičom, akí sme boli v škole šikovní, že vieme jednu paradajku odrátať, dve prirátať, že vieme narábať s číslami. Je to náš malý úspech a sme na seba veľmi hrdí. Neskôr, keď prídeme na strednú a vysokú školu, táto drobná pýcha z nás vyprchá, pretože vidíme, že vieme len veľmi málo. Nie je to tak? Veru je.

Práve tak sa najviac pýšia tí, čo najmenej cvičia. Radi dávajú ľuďom na známosť, že disponujú "supermocou" a predvádzajú sa na verejnosti, alebo o tom pišu knihy a berú za to od ľudí peniaze. Pravdaže, veď to je ich hlavným cieľom, na to nesmieme zabúdať. Avšak tí, čo sa cvičením dostali na skutočne vysokú úroveň, nebudú využívať svoju moc. Ak ju vôbec niekedy musia použiť, ak sú k tomu dokonca donútení, cítia sa zahanbene.

Pamäťate si príbeh o Mojžišovi? Vrátil sa do svojho kráľovstva po tom, čo ho vypovedali do púste a čo videl Boha (to znamená, že videl plameň a počul hrom), pamäťate sa? To bola vnútorná vibrácia a Svetlo. Vieme to už, ak sme túto metódu nacvičovali. Predtým som nevedela, čo to znamená, a čudovala som sa: Prečo znel hlas Boží ako hrom? Prečo sa zjavil ako obrovský plameň? Znie to strašne a zastrašujúco. Nie, oheň neboli oheň a hrom neboli hrom. Tento hrom je taký upokojujúci, že ho chceme počuť znova a znova. Nie je to duniivý, rachotiaci hrom, aký počuť v prírode, je to vnútorné hrmenie, ktoré nás vylieči z choroby, nevedomosti, bezočivosti a všetkých možných trápení.

Chcela by som vám však povedať, že hrom vo vašom vnútri ešte stále nie je ten najvyšší zvuk, ktorý môžete

počuť. Je to iba jeden z počiatočných zvukov. Sú aj ďalšie, oveľa strhujúcejšie, ktoré so sebou prinášajú viac múdrosti. Neviem, ako by som vám to vysvetlila, pretože v tom je obsiahnuté všetko.

Teraz som zabudla, kde som prestala... Ach, áno, pri Mojžišovi. Keď sa Mojžiš vrátil ku kráľovi, predviedol mu svoju zázračnú moc, premenil palice na hadov. Potom sa však kajal a povedal: "Ľutujem. Prepáč mi, Bože, že som zneužil Tvoju moc." Takýto postoj by sme mali mať od samého počiatku. A pamäťate sa na príbeh o Ježišovi, keď šiel na svadobnú hostinu? Musel premeniť vodu na víno. Súhlasil s tým, bol na seba pyšný, urobil to hned? Nie, neurobil. Dokonca pokarhal svoju matku a spýtal sa jej: "Prečo si to ľuďom prezradila?" Nebolo to tak? Áno. Obviňoval matku, že to povedala. Vážil si však svoju matku, ktorá už všetko pripravila - povedala ľuďom, aby si rýchlo naplnili vedrá a džbány vodou, postavili ich tam a čakali na Ježiša - a tak nemal iné východisko. A prežíval pritom veľké rozpaky.

Taký je postoj múdrych. Keď musia vykonať niečo, čomu sa v danej situácii nedá vyhnúť, majú pocit hanby, a nie pýchy. Tak sa dá rozoznať skutočný a nepravý majster. Nepravý majster vždy robí reklamu svojej nepatrnej zázračnej sile, pravý nikdy. Ak už musí, tak to robí v tajnosti - vedia o tom jeho žiaci - a iba ak je to ozaj potrebné, ak treba žiakom pomôcť v nepríjemnej situácii, vyliečiť ich z choroby, duševne ich podporiť alebo ich povzbudiť, aby lepšie napredovali. Žiaci dobre vedia, aký veľký je ich majster, veľmi dobre to vedia a vedia to len oni sami.

Nečudo, že keď Ježiš alebo Budha žili, žiaci ich uctievali ako Boha, pretože vedeli, akí veľkí sú ich majstri, iba oni to vedeli. A keď ľudia zvonku videli, že svojich majstrov uctievajú ako Boha, že ich uctievajú oveľa väčšmi ako oni svojich priemerných kňazov, mníchov a ostatných takzvaných prorokov, začali žiarliť a nahnevali sa. A tak prichádzalo k rôznym útokom a nepriateľstvám.

Keby mohli títo skutoční majstri predviesť širokej verejnosti, akí sú veľkí a koľkými druhmi zázračnej sily disponujú, viete si predstaviť, koľko ľudí by k nim potom utekalo. Nič viac by už nemuseli robiť, nemuseli by už vydávať toľko peňazí, stačilo by, keby vystúpili v televízii a ukázali niekoľko svojich kúskov. To by stačilo. Alebo by mohli pred tisícami divákov vyliečiť zopár chorých ľudí, a to by bol koniec ich poslania. Všetci by im ležali pri nohách. Nepotrebovali by už viac reklamu, nemuseli by tak ťažko pracovať a ponáhľať sa z jedného miesta na druhé. To však nespravia, nemôžu to spraviť. Nie sú v takej pozícii, aby to mohli spraviť a sú príliš pokorní na to, aby tak konali. Nevedia si niečo také ani len predstaviť. V tom je problém. Iba ich žiaci vedia, akí sú veľkí a aký druh sily vlastnia.

Vo vesmíre nejestvuje nič, čo by nepatrilo skutočným majstrom ako Ježiš alebo Budha, či iným, ktorí dosiahli ich úroveň. Rozumiete tomu? Celý vesmír je ich domov, každá živá bytosť, každé steblo trávy im patrí a poslúcha ich vôle. Nevyužívajú však svoju autoritu na to, aby na niekoho robili nátlak, pretože majú kvalitu Boha a Boh znamená slobodnú vôle, slobodu, žiť a nechať žiť, milovať a nič len milovať. Tu sa nepoužíva nijaký ná-

tlak, postrkovanie, kontrola, skryté narážky či triky, nijaké využívanie moci na obrátenie ľudí. Iba múdrostou a logikou sa dá apelovať na ich vlastnú múdrost, aby sa sami prebudili - sami sa prebudia. Rozumiete? Nie silou ani hypnotizmom.

Majstri vedia hyntotizovať, vedia všetky možné druhy zázrakov, ale nerobia to, pretože pochádzajú od Boha a Boh je predovšetkým sloboda, Boh nezasahuje do záležitostí iných ľudí. Nechá ťa, aby si sa sám rozhodol, ktorým chodníkom pôjdeš, ktorú cestu života si vyberieš, do ktorej riše chceš vstúpiť. Ak chceš ísť do neba, otvorí ti ho, ak chceš ísť do pekla, máš ho tiež zadarmo! (Smiech.)

Cesta do neba je neľahká, pretože: "Úzka je cesta, čo vedie do života a široká je cesta, čo vedie do zatratenia, a mnoho je tých, čo po nej kráčajú." Prečo je cesta k Bohu taká úzka? Niektorí dokonca tvrdia, že je ako ostrie žiletky - taká ostrá a tak ťažko sa po nej kráča. Je to tým, že cesta k Bohu protirečí nášmu spôsobu myslenia a svetským túžbam a pokušeniam. Musíme plávať v oceáne, ale musíme tiež predísť tomu, aby sme si namočili šaty. Až také ťažké je to. Musíme žiť na tomto svete disciplinovane a čisto ako ten lotos z blata zrodený, a predsa taký čistý, nepoškvrnený a voňavý. Takými sa musíme stať - svätcami v pekle!

V budhistickej tradícii je jeden svätec, ktorý podľa legendy navždy žije v pekle, pretože dal sľub, že všetky bytosti z pekla zachráni. My si predstavujeme, že v pekle nemôže nikto vydržať, pretože je tam horúco, samý oheň a všetky možné druhy trestov. Ako teda môže tento

svätec, Bodhisattva (čo znamená Budha druhého stupňa), žiť v pekle, a ešte k tomu navždy? Dá sa to dokázať silou súcitu a lásky - stanete sa odolnými voči ubližovaniu aj všetkým nástrahám. Keď sa dostanú do pekla obyčajní ľudia, nevydržia toľkú horúčavu a okamžite sa popália. No svätec a každý, kto sa ubera cestou svätca, môže navštíviť peklo a nič sa mu nestane, pretože ho chráni sila majstra, to znamená, že je pod ochranou Boha.

Všetci vieme, že nosíme vo svojom vnútri Boha, pretože Boh je v nás, to nám hovorí už Biblia. Tak prečo ho nemôžeme nájsť? Pretože sme ustavične zaneprázdení, nemáme čas prísť s ním do styku. Vždy, keď máme čas, ideme do kostola, ale tam sme zase len zaneprázdení. Rozprávame veľa, spievame veľa, sústavne hľadíme na slová v Biblia - inak by sme nespievali, čo máme, alebo by sme urobili niečo nesprávne a rozhnevali kňaza. (Smiech.) Stále sme zaneprázdení vonkajším prejavom a na dôverný rozhovor s Bohom nám nezostáva priestor. Preto ho ani nemôžeme nájsť. V tom spočíva celé tajomstvo.

Ak ho chcete nájsť, nemám vás vlastne veľa čo naučiť, okrem toho, ako zotrvať v pokoji a kedy je najvhodnejší čas na stretnutie s Bohom - ktorá hodina. Môžeme sa s ním dohovoriť na každý deň a presne vtedy sa nám zjaví. Tak sa s ním bližšie spoznáme. Zjaví sa nám všade, v ktoromkoľvek čase, v ktorukoľvek hodinu, a keď sa s ním zblížime, aj ostatní ho uvidia buď v nás, alebo ako stojí vedľa nás. Je to tak dobre, pretože takzvaná Božia sila sa z nás bude riť ako oceán či prúd vody a poslúži každému, kto sa ocitne v našej blízkosti. Je to ako vôňa

santalového dreva alebo ako v parfumérii, kde každý, kto ta vojde, zacíti všetky nádherné vône, navyše zadarmo. A niekedy vám predavač dá zadarmo vzorku, vyjdete von a máte krásny pocit. (Majsterka sa zasmeje.) Celkom tak je to aj s dušou, ktorá sa sama zrealizovala. Vyžaruje z nej potom akási božská vôňa a nadpozemská čistota, takže každý vedľa nej rád pobudne a všetci sa v jej blízkosti budú cítiť dobre a bezprostredne.

To isté sa stáva pri majstrovi, takzvanom majstrovi, pri Budhovi alebo Kristovi. V skutočnosti nezachraňujú nijaké bytosti, nerobia nič výnimočné a nemajú ani v úmysle chytať duše a vracať ich domov. Nie. Sami však pôsobia ako magnet - prítahujú a proti tomu nemôžu nič robiť. Aj keby s tým chceli prestať - je už neskoro. Aj keby chceli prestať rozdávať ľuďom okolo seba radosť a šťastie, nedá sa - je už neskoro. Je to ako s fontánou, ktorá musí bez prestania vytryskovať, ako s oceánom, ktorý je stále naplnený tým istým množstvom vody - bez ohľadu na to, koľko prší, nebude plnší, a bez ohľadu na to, ako páli slnko, nebude ho menej. Navždy je taký, aký je.

Každý z nás sa môže stať svätcom ako bol Budha alebo Ježiš. Budha povedal, že zachraňovaním živých bytostí nijaké živé bytosti nezachránil - ani jedinú živú bytosť. Hoci jeho žiaci vtedy tvrdili, že ich zachránil, Budha vyhlásil, že nikoho nezachránil. A to vlastne znamená, že prírodná sila spontánne a prirodzene plynne z vysoko sebarealizovanej duše, vychádza z duše majstra a osoží ostatným bez toho, že by ju musel ovládať alebo čokoľvek s ňou robiť.

To je zmysel výroku: Zachraňovaním živých bytostí nijaké živé bytosti nezachrániť. Ak totiž máme pocit, že druhých treba zachraňovať, znamená to, že sme sa ešte celkom neoslobodili od svojho ega, od svojej na vlastnú osobu zameranej existencie, rozumiete? Kým sa celkom nevymaníme z rámca ľudského bytia, nemôžeme vykonávať takúto univerzálnu prácu. Nemôžeme mať v sebe bezhraničnú, nekonečnú a neobmedzenú Božiu silu, keď je v nás ešte náznak seba samých, pretože tento náznak všetko ohraničuje, rozumiete? Nemôžete obsahovať bezhraničné, ak ste sami ohraničení. To je logické. Takže aby ste sa stali spolupracovníkom Boha, Mesiáša alebo duše majstra, musíte sa stať neohraničenými, keď chcete dosiahnuť neohraničenosť, musíte sa cvičiť v tom, aby ste stratili sami seba.

V Biblia sa hovorí: "Kto obetuje sám seba, získa všetko!" Nie je to tak? Kto stratí seba, získa všetko, kto sa stará o seba, stratí všetko. Nie je to tak? To je zmysel týchto slov. Stratíť seba znamená stratiť svoje ego, stratiť pocit ohraničenej bytosti a zjednotiť sa s vesmírom. Ľahšie sa to však povie, ako urobí. Ak chce byť človek takým, ak chce byť takou bezhraničnou a neohraničenou bytosťou, musí sa cvičiť vo všadeprítomnej Božej sile. Musí si každodenne vyhradíť určitý čas, v ktorom sa dostáva do styku s týmto "Slovom", s týmto "u Boha" Slovom, s týmto "bol Boh" Slovom alebo s "Menom, ktoré sa nedá pomenovať" alebo s Vibráciou či Prúdom zvuku - podľa budhistickej terminológie. Všetci mali na mysli to isté.

Ak chceme dosiahnuť rovnakú úroveň ako starí majstri, musíme sa uberať rovnakou cestou ako oni. Je to jednoduché, veľmi jednoduché. Je to ako keď sa niekto chce

stať lekárom: musí si vybrať univerzitné štúdium medicíny, budú ho učiť lekári, ktorí doštudovali pred ním, a stane sa lekárom. Aby sme boli ako Budha alebo Kristus, musíme cvičiť tú istú metódu ako oni, musíme sa dostať do styku s vnútorným plameňom, s vnútorným hromovým hlasom Božím. A túto cestu vám môžem ponúknutť s radosťou a zadarmo, bez akýchkoľvek povinností, bez podmienok, bez finančných, telesných či duševných záväzkov. Potrebujete k tomu iba obetavosť a ochotu trénovať. Musíte cvičiť každý deň podľa svojho vlastného rozvrhu a z vlastnej vôle. To je všetko, čo k tomu potrebujete.

## Dokonalý príklad svätca

24. decembra 1990  
Kostarické centrum

Toto je príbeh spred dvetisíc rokov, zachytený v Biblii. Prečítam vám z neho iba časť.

*Ked sa Ježiš narodil, zažiarilo zrazu svetlo a bolo také jasné, že si ľudia museli zakrývať oči. A z tohto jasu sa ozval hlas anjela, posla Božieho: "Nebojte sa! Prinášam vám aj celému svetu dobrú správu: Narodil sa Spasiteľ! Dnes sa v Betleheme narodil Bohom slúbený kráľ. Dieťatko nájdete spať v jasličkách!"*

*Potom videli pastieri veľký zástup anjelov, ktorí všetci velebili Boha: "Sláva Bohu na výsostiach a na zemi po koj ľuďom dobrej vôle."*

*Ked anjeli odišli, obloha znova potemnela. Pastieri si začali medzi sebou hovoriť: "Podme teda do Betlehema a pozrieme, čo sa to stalo. Narodil sa Spasiteľ, ktorý vykúpi všetkých ľudí na zemi. Sláva Bohu! Sláva Ježišovi! Sláva všetkým jeho deťom!" Amen.*

Ako teda vieme, pred dvetisíc rokmi sa medzi nami narodil veľký človek. Je taký veľký, že na jeho chválu nemáme slov. Iba Boh pozná jeho veľkosť. My smrteľníci nemôžeme jeho veľkosť pochopiť. Môžeme ju pochopiť, iba ak sa staneme takými veľkými ako on.

Často sa sami seba pýtame: "Prečo musel Ježiš zomrieť tak skoro, práve na vrchole slávy svojho poslania, kto-

rým bolo šíriť posolstvo Božie?" Keby však nebol zem opustil tak zavčasu a takým tragickým spôsobom, jeho meno by už dnes bolo pravdepodobne zabudnuté. Boh ho takto obetoval, aby si ho celý svet zapamätal, aby sme si ho vážili ako posla Božieho, nech by sa zjavil pod akýmkoľvek menom.

Od samého počiatku bol náš svet v ťažkostiach. Ľudia sa stále dopúšťali chýb a zabúdali na Boha. Preto nám Boh vždy musel zoslať svojich poslov, aby nás napomenul. Ježiša si z nich však najviac pamätáme pre jeho veľkosť, pre jeho krátke pobyt s nami a pre spôsob, akým nás opustil a znova vstal z mŕtvych. Teraz povieme: "Veľký Syn Boží mal takú obrovskú moc a vykonal toľko zázrakov. Prečo nezmenil svoj vlastný osud? Prečo musel zomrieť takým tragickým spôsobom?" Musel to však urobiť, aby nás vyburcoval z nášho spánku, inak by sme verili, že svet či majster sú tu navždy.

Pred Ježišom boli aj iní majstri, ale ľudia si ich nepamätajú tak ako Ježiša. Keď si spomíname na Ježiša, spominame si na Boha a dostáva sa nám milosti, pretože Ježiš bol synom Božím. Inými slovami, Ježiš bol Boh zo sobnený na zemi. Musel nás opustiť veľmi zavčasu. Mal na to dôvod. Chcel nás vyburcovať z našej nečinnosti.

Tisíce rokov neskôr sme ešte stále šokovaní, keď si spomenieme na tento príbeh, pretože jestvovanie na zemi je také pominuteľné. Dokonca aj Syn Boží musel zomrieť! Každý z nás musí raz odísť. Keď ani taký veľký človek ako Ježiš nemôže zachovať svoje pominuteľné telo a nemôže sa ochrániť pred násilím a hlúpostou ľudí na tomto svete, ako by sme sa mohli my cítiť v bezpečí? Preto

sa podrobil trestu, ktorý si nezaslúžil, trpel pre dobro nás všetkých!

Keď povieme, že Ježiš zmyl svojou krvou naše hriechy, nepreháňame. Je to pravda. Pretože zakaždým, keď si spomenieme na Ježiša, niečomu sa naučíme, prinajmenšom si pripomenieme pominuteľnosť nášho sveta a nášho tela, alebo sa učíme pokore - taký veľký človek musel tak strašne trpieť. Bol taký pokorný, že sa podriadil Bohu a povedal: "Nech sa stane vôľa Božia!" Inak mohol predsa uniknúť. Vieme, že mal veľkú zázračnú moc, vrátane moci stať sa neviditeľným, rozhadol sa však poslúchnuť príkaz Boží. A tak, keď naňho myslíme, povie si: "Kto sme my, aby sme mohli byť pyšní, zabudli na vôľu Božiu a nepodriadili sa mu?" Takéto lekcie sa však len ľažko učia. Keby si ich ľudia vzali k srdcu, potom by Ježišova obeť nebola márna a my by sme boli hodní nasledovať a uctievať si ho.

Boh všetko zriadil za určitým účelom. Naše úsilie je potrebné na to, aby sme sa dozvedeli, že nemusíme vynakladať nijaké úsilie. Všetky prikázania a hodiny meditovania, ktoré som vám predpísala, a všetko úsilie, ktoré do nich vložíte, sú potrebné na to, aby ste sa napokon naučili, že netreba vynakladať nijaké úsilie - nijaké ľudské úsilie - tak ako to robil aj Ježiš. Zomrel na kríži, aby nám dal dokonalý príklad odovzdanosti. Ak toto pochopíme a osvojíme si to, sme dobrí kresťania, pretože za svojho krátkeho, ale veľkého poslania nám vždy len toto kázal a Biblia to tiež zdôrazňuje: "Hľadajte teda najprv Božie kráľovstvo a všetko ostatné dostanete navyše." "Preto nebudte ustarostení o zajtrajšok. Zajtrajší deň sa postará sám o seba." "Nestarajte sa, čo budete

jest a čo si oblečiete." "Pozrite sa na poľné ľalie. Keď sa teda Pán stará o poľné ľalie, ako by sa mohol nestarať o nás? Či sme horší ako ony?"

Mnohí jeho súčasníci však tomuto posolstvu nevenovali pozornosť. Mnohí ľudia si ani dnes nevšimajú jeho posolstvo, hoci sa nazývajú kresťanmi. Mali by sme teda každoročne oslavovať Ježišovo narodenie a sebe aj druhým pripomenúť, že sa treba oddať Bohu. Mali by sme sa pokúsiť oddať Bohu alebo sa aspoň usilovať naňho pamätať.

Boh je v nás, sme však príliš zaneprázdnení tým, že myslíme na iné veci a chceme iné veci, takže Boh ani nemá možnosť nadviazať s nami kontakt alebo odovzdať nám svoj odkaz, či už prostredníctvom ticha v našom srdci alebo prostredníctvom živého posla. Myslím, že Ježiš sa obetoval, aby nás naučil práve toto - "Nezhromažďujte si poklady na zemi, kde ich mole a hrdza níčia, ale zhromažďujte si ich v nebi, pretože je večné."

Ako si máme zhromažďovať poklady v nebi? Mali by sme si postaviť trezor a doň vkladať svoje poklady? Nie. V nebi nám netreba peniaze. Dostaneme hojnosť všetkého skôr, než o to požiadame. Prečo potom Ježiš povedal, že si máme zhromažďovať svoje poklady v nebi? Myslel tým, že by sme sa mali pričiniť o dobro a milovať Boha.

Ako môžeme milovať Boha? Tak, že dodržiavame jeho prikázania - je ich iba desať. V porovnaní s mnohými pokušeniami a ťažkosťami tohto sveta alebo s prekážkami, problémami a odriekaním, ktoré musíme podstúpiť,

aby sme si udržali manželstvo, miesto v zamestnaní alebo na štúdiách, je ich veľmi ľahko dodržať. Znášame na tomto svete všeličo - a kvôli čomu? Každý z nás zje približne tri jedlá denne a nosí zopár šiat, pracuje však veľmi tvrdo a musí všeličo vydržať. Ak si chceme udržať miesto alebo sa páčiť šéfovi, musíme dodržiavať všetky pravidlá v továrnici. Čo nám však náš šéf poskytuje? Nie je toho veľa. Boh nám dá všetko, ak budeme dodržiavať jeho prikázania, a predsa ich zanedbávame, pretože Boh je pre nás neviditeľný.

Boh je taký veľkorysý. Nechodí za nami každý deň a nevraví: "Počúvaj, nedodržiavaš desatoro, ty..." a tak sa ho nebojíme, ako sa bojíme šéfa, príbuzných, priateľov, manželky, manžela, atď. Niektorí z vás, čo žijú v manželstve, majú možno veľmi problematického manžela alebo manželku, ktorí im pripravujú kopu starostí, ale vydržia to, pretože majú svojho partnera radi, alebo sa ho boja. Boha sa však nebojíme a jeho prikázania nedodržiavame.

Mnohí ľudia sa ma pytajú: "Prečo máme byť vegetariánmi?" Pretože prvé prikázanie hovorí: "Nezabiješ." Všetko stvoril Boh. Nemáme právo niečo zničiť, ak nám Boh nedal na to povolenie, a to nám nedal. Ak si pamäťate, v Starom zákone Boh nepripustil, aby sme zabíjali zvieratá. Povedal iba: "Vládnite nad nimi. Budú vám robiť spoločníkov." A povedal aj to, že stvoril rozličnú potravu pre všetky druhy živočíchov. Povedal tiež: "Stvoril som všetky rastliny na poli a ovocie na stromoch, na ktoré sa príjemne pozerá a dobre chutia. To je váš pokrm."

Nikde v Biblia som nenašla vetu, kde by sa hovorilo: "Zvieratá sú vašou potravou. Ani v Starom ani v Novom zákone sa nič takého nespomína. Boh nikdy nič takého nepovedal. Možiš možno dovolil niektorým ľuďom zabíjať zvieratá, pretože v tom čase zabíjali jeden druhého. Ale napokon povedal: "Prestaňte, prestaňte! Zabíjajte radšej zvieratá!" Tak nejako to mohlo byť. Nemohol im prikázať, aby vôbec nezabíjali, tak sa aspoň snažil, aby sa nezabíjali navzájom. Zabíjanie sa však nedeje z Božej vôle, ale z vôle ľudí. Preto Boh veľakrát zničil zem alebo aspoň jej časti, stále znova a znova. Ak sa pozrieme na históriu ľudstva, vidíme, že v časti sveta, ktorú Boh zničil, zomreli všetci ľudia. No nie všetci ľudia zabíjali druhých. Boli medzi nimi aj deti, chorí a telesne postihnutí. Prečo sa aj na nich vzťahoval Boží hnev? Nikoho nezabili. Ak predpokladáme, že "Nezabiješ" sa vzťahuje iba na zabíjanie ľudí, ako mohli tieto deti, starci a chorí niekoho zabiť? Čo bolo teda skutočnou príčinou?

**Muselo ſou byť zabíjanie zvierat, jedenie mäsa!**

Spominam si, že Boh v Biblia hovorí: "Nezabíjajte kozy a dobytok, aby ste mi obetovali, pretože vaše ruky sú plné nevinnej krvi. Musíte s tým prestať a kajať sa za svoje hriechy, inak vám neodpustím a nevypočujem vaše modlitby."

Takže zrejme nepoznáme dôkladne Božie prikázania. Preto Boh použil tieto pohromy, aby nám ich pripomene nul a vyburcoval nás z nevedomosti.

Ak si navykнемe na tieto chúťky, povedú nás k ďalšej

žiadostivosti, dopustíme sa ďalších chýb a staneme sa ešte závislejšími na tomto svete. Preto "Nezabiješ" je prvým z desiatich prikázaní.

Ježiš opustil náš svet veľmi mladý, ako som vám už povedala, pretože nám chcel svojím dobrým príkladom pripomenúť, aby sme tak nelipili na tomto svete, keďže sú aj svety trvalejšie v Kráľovstve nebeskom. Ježiš neváhal zomrieť. Nebránil sa, ani neprotestoval, pretože si bol istý nebom. Vždy hovoril: "Moje kráľovstvo je v nebi." Preto sa nám stal dokonalým príkladom, že smrť sa netreba báť, ak máme vieru v Boha. Povedal: "V dome môjho Otca je veľa príbytkov." Prečo by sme mali lipnúť na tomto svete, ktorý je plný trápenia a všetko je v ňom pominuteľné, ak náš Otec v nebi má toľko príbytkov a môžeme s ním žiť vo večnosti?

Ježišova smrť na kríži v sebe skrýva toľko hlbokých významov a nádherných poučení. Ak sa nad tým zamyslíme, iste nám toho ešte veľa zíde na um.

Ježiš bol mladý, veľmi mladý. Mohol mať nádhernú milenu, mohol vychutnávať svet, najmä keď sa stal slávnym. Toľki ľudia ho milovali. Keď však musel odísť, jednoducho odišiel. Nebol zajatcom slávy ani lásky ľudí tohto sveta. Prečo by sme mali byť zajatcami tohto všetkého my, keď nemáme toľko ako on, sme starší ako on, nevyzeráme tak dobre ako on, nie sme takí múdri ako on, nie sme takí milovaní, vážení ani vyhľadávaní ako on!

Ježiš desať rokov putoval z miesta na miesto. Naučil sa veľa vecí. Mal takú nadprirodzenú moc, že mohol usku-

točniť všetko, čo chcel, dokonca premeniť vodu na víno. Ako sa teda my môžeme lopotiť celý deň za trochu ovocnej šťavy a zdráhať sa opustiť tento svet?

Ježiš nám teda musel ukázať príklad a urobil to svojou tichou obetou. Preto si ho pamätáme, preto zaňho ľudia, vrátane mňa, doposiaľ prelievajú slzy. Aj nedávno, keď som čítala, ako s ním zaobchádzali, hlboko ma to raniilo a veľmi som trpela. Raz som bola sama vo svojej izbe a hlasno som plakala. Stále som s pláčom volala jeho meno. Samozrejme, chápem, že je to všetko Božia vôle. Chápem zmysel toho všetkého. Pretože však máme ľudské telo a ľudské srdce, niekedy sa neubráníme ľudským pocitom.

Najlepšie ukážeme svoju vďačnosť Ježišovi tak, že sa pokúsime žiť podľa jeho učenia a budeme dodržiavať prikázania Božie, pretože Boh nám povedal: "Ak ma milujete, dodržiavajte moje prikázania," a to je všetko, čo od nás očakáva.

Dodržiavaním desatora prikázaní nerobíme dobre ani Bohu ani Ježišovi, ale sebe samým. Boh od nás nič nepotrebuje, Ježiš od nás nič nepotrebuje. Boh aj Ježiš však vedia, že keď budeme dodržiavať Božie prikázania, bude nám to len na osoh, pretože náš svet sa stane lepším a budeme šťastnejší a spokojnejší. Ježiš chcel, aby sme sa aj počas nášho krátkeho pobytu na zemi tešili z požehnaného blahobytu a nádhery, namiesto utrpenia a trápenia počas väčšiny nášho života.

Niekedy však nie sme schopní dodržiavať desatoro prikázaní, pretože Boh je od nás tak ďaleko. Zanedbávame

Božie prikázania. Preto nás stíhajú pohromy, trpíme, plačeme a potom sa modlíme k Bohu. A Boh bude musieť zoslať na zem ďalšieho posla, možno s odlišným menom, ktorý nás napomenie a ukáže nám cestu k večnej blaženosťi. Ježiš tiež povedal: "Boh nám zošle utešiteľov." To znamená, že ten istý Duch svätý zostupuje v rozličných telách na zem vždy, keď ľudstvo potrebuje útechu a nápravu v spôsobe života.

Ak máme niekoho, kto nás učí to isté, čo stojí v Biblia, a poskytuje nám takú istú útechu ako Ježiš, mali by sme vedieť, že je to Utešiteľ, ktorého nám zoslal Boh. Hľadajme a vyberme si ho. Nemusí ich byť veľa. Jeden postačí. Ak si myslíte, že takéhoto posla alebo Utešiteľa nenájdete, potom musíte aspoň dodržiavať Božie prikázania, myslieť na Boha a vždy sa k nemu modliť. Inak na nás nezostúpi Ježišova milosť, jeho obeť bola márna a my sa prejavíme ako nevŕaťníci.

Teraz by sme mohli povedať: "Ježiš sem prišiel a zmyl naše hriechy, načo sa teda ešte máme kajať, myslieť na Boha a modliť sa k nemu?" Musíme to však naďalej robiť. "Klopte, a otvoria vám. Proste a dostanete." Musíme klopať. Musíme prosiť. Inak by nám Boh predsa povedal: "Nemusíte sa namáhať klopať. Nemusíte sa namáhať prosiť. Dám vám to i tak."

Aj nám to dal. Dal nám to v rajskej záhrade. Avšak my ľudia sme si to nevážili. Tak nás poslal sem dolu, aby sme sa učili cez utrpenie. Teraz sa musíme rýchlo učiť a vrátiť sa späť do raja. Teraz musíme prosiť a klopať. Už to nedostaneme zadarmo.

Ak veríme, že Ježiš už zmyl všetky naše hriechy, ako je možné, že toľko kresťanov ešte stále trpí? Zrejme ešte niečo chýba. Možno nie sme dostatočne úprimní, možno správne nechápeme, alebo nám možno chýba vnútorné spojenie, pretože sme v sebe nenašli Božie kráľovstvo.

Ježiš povedal: "Kráľovstvo Božie je vo vás." Ak sa nám nepodarí zistiť kde je, nemôžeme prijať Ježišovu milosť. Je to, ako keby nám otec zanechal veľký poklad, ale nevieme, kde je od neho kľúč. Potom môžeme aj sto ráz opakovať: "Mám poklad, mám poklad, mám poklad, a vôbec nám to nepomôže.

Ak to teda dokážeme nájsť sami, je dobre. Ak nie, mali by sme sa pýtať. Mali by sme sa pýtať každého, kto vie, až dovtedy, kým nenájdeme odpoveď. Mali by sme klopať na každé dvere, až kým nenájdeme tie správne dvere, ktoré nám otvoria cestu do neba. Inak bude náš život krátky, pominuteľný a stále ohrozený. Nebudeme mať nič, o čo by sme sa mohli oprieť.

V poriadku, nebudem už toľko rozprávať. Chodte domov, odpočiňte si a oslavujte. Šťastné Vianoce!

## Prečo máme byť vegetariánmi

Výber z Majsterkíných prednášok

Ked sa spomenie vegetariánstvo, väčšina ľudí ho okamžite dáva do súvisu s mníchmi alebo mníškami. Pritom sa čoraz viac a viac ľudí rozhoduje pre vegetariánstvo na základe vedeckých poznatkov. Takže dnes budem hovoriť z vedeckého hľadiska o tom, prečo máme byť vegetariánmi.

Naši predkovia boli svojou podstatou vegetariánmi. Máme o tom v dejinách vývoja veľa dôkazov a stredoškolské učebnice biológie (na Tchaj-wane) nás učia to isté. Takže by bolo zbytočné, aby som ďalej dokazovala správnosť svojho tvrdenia. Stavba ľudského tela vonkonzom nie je uspôsobená na konzumovanie mäsa. Vo svojom anatomickom pojednávaní dokázal Dr. G.S. Huntington z Kolumbijskej univerzity, USA, že ľudia by mali prijímať vegetariánsku potravu a že nemajú anatomické predpoklady na prijímanie mäsitej stravy. Poukazuje na to, že mäsožravce, napríklad tigre, majú krátke tenké črevo a ich hrubé črevo je veľmi rovné a hladké. Naproti tomu je u bylinožravcov aj tenké, aj hrubé črevo dlhé. Pretože mäso má nízky obsah buničiny a vysoký obsah bielkovín, jeho vstrebanie si nevyžaduje dlhý čas, črevá mäsožravcov sú preto kratšie ako u bylinožravcov.

Ľudské hrubé črevo je približne 1,5 m dlhé a stočené. Steny čreva nie sú hladké, ale zbrázdené. Keďže sú naše črevá dlhé, mäso v nich zostáva dlhší čas a vznikajú škodlivé látky, ktoré znamenajú väčšiu záťaž pre pečeň

(funkciou pečene je zbaňovať organizmus jedovatých splodín). Okrem toho obsahuje mäso veľa kyseliny močovej a močoviny, ktoré zaťažujú obličky. (Každý kg hovädzieho mäsa obsahuje 28g kyseliny močovej. Ak sa do nej ponori bunka, degeneruje sa jej metabolická funkcia.) Mäso obsahuje málo buničiny, čo môže ľahko spôsobiť zápchu. Vieme, že zápcha môže viesť priamo k rakovine čreva, polypom na hrubom čreve, rakovine konečníka atd. Zaťaženie obličiek môže vyvolať poškodenie ich činnosti, zátaž pečene môže spôsobiť cirhózu, alebo dokonca rakovinu pečene.

Pokusmi na ošípaných, ktorým sa podávala strava bohatá na tuky, sa dokázalo, že po ôsmich mesiacoch u nich dochádza ku zväčšeniu pečene aj sleziny a množeniu podkožných buniek. Cholesterol a nasýtené mastné kyseliny v mäse môžu zapríčiniť srdcovocievne choroby, ktoré patria na Tchaj-wane medzi prvých desať príčin úmrtia.

Pokusmi sa dokázalo, že pečením a pražením mäsa sa vytvára istá chemická látka (metylcholantrén), ktorá je silným karcinogénom. U myší, ktorým sa táto látka podala, sa objavili rozličné druhy rakoviny ako rakovina kostí, rakovina krvi, žalúdka a pod. Dnes je rakovina druhou hlavnou príčinou úmrtí na Tchaj-wane. Poviem vám niekoľko údajov zo správ, ktoré sa týkajú možného prenosu rakovinových buniek a ich rastu. Výskum ukazuje, že myšie mláďa, kojené myšou, ktorá mala rakovinu prsníka, ju dostalo tiež. Ak sa zvieratám naočkovali ľudské rakovinové bunky, u nich sa aj objavila rakovina. Ak sú v mäse, ktoré naše telo denne prijíma, takéto chorobné zmeny, ľahko si možno domys-

lieť, k čomu to môže viesť.

Podaktori si myslia, že na bitúnkoch sa robia prísne kontroly. Každodenný prísun dobytka a ošípaných, určených na predaj, je však taký veľký, že nie je možné skúmať každý jednotlivý kus. Nie je to vina inšpektorov, jednoducho sa takáto úloha nedá zvládnuť. Už samotná skúška mäsa na obsah rakovinových buniek je veľmi zložitá a je takmer nemožné, aby sa jej podrobilo také množstvo zvierat. Môžeme si ľahko predstaviť, aké je to náročné. Tento problém sa nepodarilo dostatočne zvládnuť ani v takých vyspelých krajinách ako je Amerika a Európa. Jednoducho sa odreže iba hlava alebo noha, s ktorými nie je niečo v poriadku, to znamená, že sa odhodia iba choré časti tela, a zvyšok sa predá.

V niektorých krajinách hygienici iba málokedy skúmajú ošípané, dobytok, kurence a kačice, ktoré idú na trh. Preto známy vegetariánsky lekár dr. J.H. Kellogg raz počas jedenia vo vegetariánskej reštaurácii poznamenal: "Keď jeme vegetariánske jedlo, nemusíme si robiť starosti, na akú chorobu zomrelo, a môžeme ho s radosťou vychutnávať!"

Teraz sa pozrieme trochu na problém kŕmenia zvierat. Istý čas sa hovorilo o tom, že zvieratám sa do potravy pridávajú antibiotiká a ľuďom, ktorí takéto mäso skonsumujú, sa takisto dostanú do organizmu. Ak potom títo ľudia jedného dňa ochorejú, antibiotiká im nepomôžu. Tak sa vďaka návyku jedávať mäso ohrozí ďalší drahotenný ľudský život!

Mnoho ľudí zase považuje vegetariánsku diétu za sice

veľmi dobrú, ale málo výživnú. Je to mylná predstava. Aby som to dokázala, odcitujem amerického chirurga dr. Millera. (Dr. Miller sa narodil 1. júla 1879 a medicínu začal študovať ako 21-ročný. Keď mal 25 rokov, odišiel do Číny, kde pôsobil ako praktický lekár vyše 40 rokov. Na Tchaj-wane založil nemocnicu, v ktorej sa pacientom aj zamestnancom podávala iba vegetariánska strava. Sám dr. Miller bol po celý život presvedčeným vegetariánom. Pred odchodom z Tchaj-wanu mu tchaj-wanská vláda udelila vysoké vyznamenanie za celoživotné služby čínskemu ľudu.)

Dr. Miller povedal: "Myš je zviera, ktoré sa môže žiť rastlinou aj mäsitou potravou. Pokiaľ ide o rast a vývoj, nezistili sa pri dvoch rozdielne kŕmených myšiach nijaké rozdiely. Vegetariánsky živená myš však žila dlhšie, bola odolnejšia voči chorobám a okrem toho sa aj rýchlejšie zotavovala, ak ochorela." Ďalej dr. Miller povedal: "Medicina vďaka moderným vedám veľmi pokročila dopredu, avšak stále môže iba liečiť choroby. O zdravie sa nám postará správna výživa a rastlinná potrava je priamejším zdrojom výživy ako potrava mäsitá. Ľudia jedia zvieratá, ale zdrojom výživy zvierat, ktoré konzumujeme, sú rastliny. Život mnohých zvierat je krátky a zvieratá majú takmer všetky tie isté choroby ako ľudia, je preto veľmi pravdepodobné, že choroby ľudstva pochádzajú z mäsa chorých zvierat. Prečo neziskavajú ľudia potravu radšej priamo z rastlín?" Dr. Miller bol toho názoru, že nám stačia obilníiny, bôby a zelenina, ktoré nám poskytnú všetku potrebnú výživu, aby sme boli zdraví. Povedal, že: "Výživa z vyššie uvedených zdrojov má v sebe viac živín ako vitamínové tabletky!"

Tento lekár, ktorý žil v Číne skoro 50 rokov, navrhoval, aby obyvateľstvo jedlo viac bôbu. "Tvaroh zo sójových bôbov je mäso bez kostí," povedal. Obsah živín v sójových bôboch je taký vysoký, že keby sa ľudia mali živiť iba jedným druhom potravy, najdlhšie by žili ľudia, ktorí by jedli sójové bôby. Dr. Miller takisto žiadal, aby pacienti jedli vegetariánsku stravu. Tvrđil, že "obnova pacientových síl je dôležitejšia ako samotná liečba. Zotavenie sa z choroby by malo závisieť od výživy, nie od liekov. Rastliny obsahujú dostatok živín, ktoré sú priamo dostupné, a preto je pre pacientov vhodným jedlom zelenina, a nie mäso." Z toho vidíme, že nie je pravda, že "požívaním mäsa si predĺžime život a zlepšíme zdravie" - tento názor už dávno neplatí.

Veľa ľudí si myslí, že živočíšne bielkoviny sú lepšie ako rastlinné, pretože sú úplné, kým rastlinné sú neúplné. Zabúdajú však pritom na jedno: proteín sójových bôbov je úplný. Ľudia, ktorí jedia mäso, dostávajú sice úplný proteín, výskum však ukázal, že hoci zvieratá, kŕmené mäsovým proteínom sú silné a zdravé, zomierajú začasu a náhle a všetky bez výnimky majú vysoký krvný tlak a choré ľadvincy! Je to tým, že protein sa líši od vitamínov a minerálov: nemôžeme ho v tele skladovať vo väčšom množstve, musí sa deaminovať a vylúčiť, a tak vlastne znamená ďalšiu záťaž na pečeň a obličky.

Pokus na dvoch skupinách ľudí, z ktorých jedni jedli mäso a druhí sa živili výlučne rastlinnou potravou, ukázal, že vegetariáni sú oveľa zdatnejší. Profesor Irving Fisher z americkej univerzity Yale urobil tento jednoduchý pokus: kázał zúčastneným držať pred sebou vy-

streté ramená tak dlho, kým vydržia. Na teste sa zúčastnilo 15 ľudí, ktorí jedli mäso, a 32 vegetariánov. Výsledok testu bol veľmi jasný. Z 15 ľudí, ktorí jedli mäso, iba 2 vydržali od pätnásť do tridsať minút, z 32 vegetariánov ich 22 vydržalo dlhšie ako pätnásť minút, 15 dlhšie ako pol hodiny, 9 dlhšie ako hodinu, 4 dlhšie ako dve hodiny a 1 dokonca dlhšie ako tri hodiny. Jestvuje veľa podobných pokusov, nemáme však toľko priestoru, aby sme ich mohli všetky vymenovať.

Niet sa čo čudovať, že mnohí olympijskí bežci na dlhé trate sa už dávno pred závodmi začali stravovať ako vegetariáni. V zime roku 1949 vypukla v celom Anglicku nevídaná športová horúčka súvisiaca s behom na dlhé trate. Jej výsledkom bolo, že lekárka Barbara Moreová, odbornička na vegetariánsku terapiu, prebehla 110 anglických milí (177 km) za dvadsaťsedem a pol hodiny. Tým táto 56-ročná žena prekonala všetky rekordy, ktoré dovtedy držali muži od nej oveľa mladší. "Chcem byť ľuďom vzorom a chcem im ukázať, že ak sa budú stravovať vegetariánsky, budú mať silné telo, jasnú myseľ a povedú čistejší život." Povedala, že postupne, s manželovo-vým súhlasom, odbúra aj sexuálne vzťahy. Barbara Moreová je ďalším príkladom vegetariána na vedeckom podklade.

Ešte stále by ste tvrdili, že iba nábožní ľudia by mali byť vegetariánmi?

Od počiatkov písomne zachytených dejín vidíme, že rastlinná potrava bola prirodzenou stravou ľudí. Všetky ranné grécke a hebrejské mýty spomínajú, že ľudia sa pôvodne žili ovocím. Starovekí egyptskí kňazi nikdy

nejedli mäso. Grécki filozofi ako Platón, Diogénes, Sokrates a mnohí ďalší boli zástancami vegetariánstva. V Indii Shakyamuni Budha zdôrazňoval dôležitosť Ahimsy (neškodiť živým bytostiam) a varoval svojich žiakov, aby nejedli mäso, pretože tým prebudia strach v ostatných živých bytostiach. Aby sa nám splnilo naše volanie po súcite, musíme my, ľudia, prestať jesti mäso! Preto máme ešte dnes veľa budhistov, ktorí sú vegetariánmi. Mnohí taoisti, ranní kresťania a judaisti boli vegetariánmi. Aj Biblia sa k tejto otázke veľmi jasne vyjadruje, keď Boh hovorí: "Hľa, dávam vám všetky rastliny s plodom semena na povrchu celej zeme a všetky stromy majúce plody, v ktorých je ich semeno, nech sú vám za pokrm! Všetkým zverom zeme a všetkému vtáctvu neba i všetkému, čo sa na zemi hýbe... dávam všetku zelenú trávu." (Genezis 1, 29) Ďalšie príklady z Biblie, ktoré zakazujú jesti mäso: "Iba mäso s krvou, v ktorej je duša, nesmiete jesti." (Genezis 9, 4) "Boh povedal: 'Kto vám kázaľ zabíjať býčka, zabíjať kožu, aby ste mi obetovali? Zmyte zo seba nevinnú krv, aby som si mohol vypočuť vašu modlitbu, inak odvrátim hlavu, pretože vaše ruky sú plné krvi. Kajajte sa, aby som vám mohol odpustiť.'" Svätý Pavol, jeden z Ježišových najväčších žiakov, napísal vo svojom liste Rimanom: "Dobre je nejesti mäso a nepiť víno..." (list Rimanom 14, 21)

V novšej dobe objavili historici mnohé staré knihy, ako Nový zákon Biblie, v ktorom sa opisuje Ježišov život a jeho učenie. V jednom texte Ježiš hovorí: "Ľudia, ktorí jedia mäso zvierat, zmenia sa na svoj vlastný hrob. Skutočne vám hovorím, že ľudia, ktorí zabijajú iných, zabíjajú sami seba. Človek, ktorý zabije živú bytosť a zje jej mäso, je mäso mŕtvych ľudí." Aj hinduizmus zakazuje

jestď mäso. Zakladateľ hinduistických zásad napísal: "Ľudia nemôžu jestď mäso bez toho, aby zabíjali. Človek, ktorý poraní živú bytosť, nikdy nedostane Božie požehnanie. A preto sa vyhýbajte požívaniu mäsa!" (hinduistická vierouka)

Sväté písmo islamu, Korán, zakazuje "jedenie mŕtvych zvierat, krvi a mäsa." Veľký čínsky Zen-majster, Han Shan Tzu raz napísal báseň, v ktorej veľmi vystupuje proti požívaniu mäsa: "*Na trh sa ponáhľať, mäso a ryby kúpiť a nakŕmiť nimi ženu a deti. Prečo však ľuď musia prísť o život, aby ste vy žili? Nie je to rozumné a človek takto do neba nepríde, o to istejšie má však peklo!*"

Mnohí slávni spisovatelia, umelci, vedci, filozofi a iné význačné osobnosti sú alebo boli presvedčenými vegetariánmi a výslovne vegetariánstvo odporúčajú: Shakya-muni Budha, Ježiš Kristus, princezná Diana, princ Charles, Paul Newman, Einstein, Platón, Pythagoras, Sokrates, Shakespeare, Ovídius, Petrarca, Da Vinci, Darwin, Emerson, Thoreau, Russell, básnik Shelley, indický básnik a nositeľ Nobelovej ceny Thákur, ruský spisovateľ Tolstoj, známy írsky dramatik Bernard Shaw, bývalý najvyšší predstaviteľ Indie a filozof Gándhi, mnohé roky v Afrike pôsobiaci lekár a humanista Schweitzer a mnohí ďalší.

Einstein raz povedal: "Myslím, že zmena a očista, akou človek prechádza, keď sa podrobí vegetariánskej diéte, majú veľmi blahodarný účinok na ľudstvo, a preto je vegetariánstvo šťastnou voľbou." Vidíme teda, že všetky dôležité a múdre osobnosti histórie ľuďom skutočne rádia, aby boli vegetariánmi.

*"Majstrom je ten,  
kto má kláč k tomu,  
aby si sa aj ty stal Majstrom...  
kto ti pomôže uvedomiť si,  
že si tiež Majstrom a že ty a Boh ste jedno.  
To je všetko...  
toto je jediná úloha Majstra."*

### Zasvätenie do metódy Quan Yin

Majsterka zasväcuje úprimne odhodlaných adeptov duchovna do metódy Quan Yin. Čínsku metódu Quan Yin charakterizuje rozjímanie a vibrácia zvuku. Táto metóda zahŕňa meditácie o Vnútornom svetle a Vnútornom zvuku alebo Slove, ako ich spomína Biblia. Bodhisattva Manjushri v sutre Surangama vyhlásil, že tento spôsob je najlepší zo všetkých, ako možno dosiahnuť osvietenie. A opakovane to potvrdzuje aj duchovná literatúra náboženstiev celého sveta.

V úvode poskytuje Majsterka Ching Hai špecifickú inštruktáž k meditácii a predvádza "duševný prenos". K prvému dotyku s Božskou prítomnosťou dochádza v úplnom tichu a Majsterka Ching Hai nemusí byť fyzicky prítomná, aby vám pootvorila dvere. O tomto zážitku sa niekedy hovorí ako o "náhlom" alebo "okamžitom osvietení".

Po uvedení do metódy Quan Yin sa už vyžaduje iba každodenné cvičenie meditácie a dodržiavanie "piatich zásad". Cvičenia vám umožnia prehliubiť a posilniť počiatčný zážitok z osvietenia a napokon umožnia aj vám samotným dosiahnuť najvyššiu hranicu "prebudenia" a

budhovstva. Bez každodenného cvičenia takmer určite zabudnete na svoje osvietenie a vrátite sa do normálnej roviny vedomia.

Úvod môžu u Majsterky Ching Hai absolvovať ľudia rozličného pôvodu, aj s rôznym náboženským presvedčením. Nevyžaduje sa od vás, aby ste menili náboženstvo alebo názory. Nemusíte vstupovať do nijakej organizácie, platiť poplatky ani sa zúčastňovať na ničom, čo akýmkoľvek spôsobom nevyhovuje vášmu terajšiemu spôsobu života.

Majsterka Ching Hai ponúka svoje prednášky aj úvod bezplatne.

*"Úvod v skutočnosti nie je úvodom... jednoducho ste sem prišli a tým, že mi dovolíte pomôcť vám, pomáhate sami sebe. Neprišla som sem, aby ste sa stali mojimi žiacmi... prišla som, aby som vám pomohla stať sa Majstrami."*

- Majsterka Ching Hai

## Päť zásad

- 1) Neberte život živým tvorom. \*
- 2) Nehovorte nepravdu.
- 3) Neberte si, čo vám neponúkli.
- 4) Nedopúšťajte sa cudzoložstva.
- 5) Nepožívajte drogy a omamné látky.

\* Dodržiavanie tejto zásady si vyžaduje veganskú alebo lakto-vegetariánsku diétu.

## Zoznam publikácií

- Publikácia "Klúč k okamžitému osvieteniu" vyšla v arabčine, bulharčine, čínštine, češtine, holandčine, angličtine, francúzštine, nemčine, gréčtine, hindčine, maďarčine, indonézštine, taliančine, japončine, kórejčine, perzštine, polštine, tibetštine, portugalčine, ruštine, slovenčine, ukrainčine, turečtine, španielčine, švédčine, thajštine a vietnamčine. Pokiaľ máte o niektorú publikáciu záujem, dajú sa u nás objednať, podobne ako mesačník, ktorý vychádza v ôsmich jazykoch - čínštine, angličtine, vietnamčine, kórejčine, španielčine a portugalčine.
- Knihy, kazety, videonahrávky a pod. stoviek inšpirujúcich prednášok, ktoré predniesla Najvyššia Majsterka Ching Hai (Ching Hai Wu Shang Shih) vyšli už v rozličných jazykoch.
- Všetky publikácie poskytneme za výrobnú cenu, ktorá sa môže lísiť podľa miesta určenia. Ak máte záujem o niektorú z publikácií na zozname, spojte sa s našimi zahraničnými spolupracovníkmi, ktorí sú v publikácii uvedení, alebo priamo s nami.
- Na požiadanie dodáme podrobnejší katalóg. V prípade záujmu o ďalšie informácie píšte priamo na Meditačné združenie Najvyššej Majsterky Ching Hai v Číne alebo na našu poštovú schránku v Európe.

## Knihy

### **1) Kľúč k okamžitému osvieteniu**

Anglické vydanie: knihy 1–3

Čínske vydanie: knihy 1–6

Francúzske, japonské, kórejské a portugalské vydanie:  
kniha 1

Nemecké a španielske vydanie: knihy 1, 2

Thajské a vietnamské vydanie: knihy 1–5

### **2) Kľúč k okamžitému osvieteniu -**

#### **otázky a odpovede**

Čínske a vietnamské vydanie: knihy 1, 2

### **3) Kľúč k okamžitému osvieteniu -**

#### **korešpondencia medzi Majsterkou a žiakmi**

Čínske vydanie: knihy 1, 2

Španielske vydanie: kniha 1

### **4) Kľúč k okamžitému osvieteniu -**

#### **moje nádherné zážitky s Majsterkou**

Čínske vydanie: knihy 1, 2

### **5) Tiché slzy (Majsterkine básne)**

Po čínsky, anglicky a vietnamsky v jednom vydanií

Po anglicky, francúzsky a nemecky v jednom vydanií

Portugalské vydanie, španielske vydanie

### **6) Séria fotografických albumov Najvyššej Majsterky**

#### **Ching Hai**

s anglickým a čínskym slovným sprievodom:

zväzok 1–13

### **7) Tho Vo Tu (vietnamské básne)**

**Tiché slzy  
(úryvky)**

**Unútorná Majsterka:**

**Symbol večného žitia!**

**Najmocnejšia a najláska vejšia zo všetkých bytostí vesmíru.**

**Niektoří ju volajú Otcom, Matkou, Hlavou Boha,  
Pôvodcom všetkých vecí.**

**Niektoří ju volajú Cestou, iní romanticky opisujú ako nádhernú Nevestu, Milovanú.**

**Niektoří hovoria, že to je Tvoja skutočná Tvár pred Včerajškom,**

**Veľká Múdrost, Dokonalý chodník, Láska.**

**Volaj ju, ako len chceš.**

**Úprimne povedané, nijaké meno jej neprekáža.**

**Nezáleží na tom, čo to bude.**

**Nikto bez toho nemôže žiť.**

**A túžba vidieť Ju je najväčšou agóniou zo všetkých.**

**Iba tí, čo kráčajú k záhadnému Taovi,**

**poznajú tú bolest.**

**A keď človek nájde, čo hľadá,**

**uvedomí si, že nikdy predtým nič podobného nepoznal.**

**Cesta k osvieteniu vedie cez Svetlo a Zvuk,**

**Nebo je v nás, teraz a tul**

**M**oje oči sú stále vlhké  
Ešte skôr ako začnem myslieť na Milovanú.  
Viete prečo, Sestry?  
Pretože stále myslí na mňa.

\*

**P**ridala som sa k tvojej družine,  
aby môj život boli služby a obete,  
ibaže som nevedela,  
že žiadaš to najťažšie:  
žiadaš, aby som sa vzdala svojho JAI

\*

**O**dkedy poznám Tvoju Veľkolepost, ô, Pane,  
nedokážem milovať nič na tomto svete.  
Objím ma vo svojej láskavej Milosti  
Navždy!

Amen.

\*

## Kazety a videonahrávky

Majsterka Ching Hai uskutočnila vo všetkých častiach sveta stovky prednášok, ktoré môžete obdržať v rozličných jazykoch (v angličtine, čínštine, francúzštine, indonézštine, japončine, v nárečí Kantonu, kórejčtine, nemčine, portugalčine, španielčine, thajštine a vietnamčine). Vzhľadom na nedostatok priestoru vám ponúkame iba určitý ohraničený výber:

### *Nahrávky textov*

| Číslo | Téma |
|-------|------|
|-------|------|

#### **Angličtina**

- E1 Mier sa musí začať v nás!, ...
- E2 Večný život a univerzálny zákon, ...
- E3 Nebo vytvára naša vnútorná sila, ...
- E4 Je Boh bytosťou alebo nie?, ...
- E5 Nájdi si vyhovujúceho majstra, ...
- E6 Dobro pritiahuje dobro, zlo pritiahuje zlo, ...
- E7 Pripravujme sa teraz na koniec našej cesty, ...
- E8 Obyčajná myseľ je Tao, ...
- E9 Najvyššia Majsterka Ching Hai a Hare Krishna
- E10 Cesta k získaniu Kráľovstva Božieho vedie cez osvietenie, ...

#### **Angličtina+portugalčina**

- EP1 Záchranca jestvuje v každom živote, ...
- EP2 Skutočný význam lásky, ...

#### **Angličtina+španielčina**

- ES1 Treba objaviť vlastnú vnútornú silu, ...
- ES2 Ako zbiera Majster karmu u svojich žiakov, ...
- ES3 Boh - pôvodca všetkých bytostí, ...
- ES4 Milovať Boha znamená dodržiavať jeho prikázania, ...
- ES5 Boh je plný lásky, odpustenia a milosrdenstva, ...
- ES6 Opatrujme drahocenný dar, ktorý nám Boh dal, ...

Vietnamčina

V1 až VI6

atď.

### ***Ostatné nahrávky***

1. Budhistické spevy (1), (2), (3)
2. Nábožné žalmy: Haleluja
3. Vietnamské piesne a hudba: mandolina a citara
4. Spevy lásky: vietnamské a anglické piesne
5. Zbierka skladieb Majsterky (1)-(9)  
*(el. organ, citara, harfa, klavír a cimbál)*

atď.