

ÍNDICE

Introducción.....	4
Una breve biografía de la Maestra Suprema	
Ching Hai.....	10
Los misterios del mundo del más allá:.....	13
una conferencia de la Maestra Suprema Ching Hai en las Naciones Unidas, Nueva York, 26 de junio de 1992	
Iniciación: El método Quan Yin.....	71
Los cinco lineamientos.....	74
Los beneficios de la dieta vegana.....	76
Salud y nutrición.....	77
Ecología y medio ambiente.....	83
El hambre en el ámbito mundial.....	85
El sufrimiento de los animales.....	85
La compañía de los santos y otros.....	86
La Maestra contesta preguntas.....	89
Veganismo: La mejor solución ante la crisis mundial del	
agua.....	105
Buenas noticias para los veganos.....	108
Publicaciones.....	112
Cómo comunicarse con nosotros.....	134

Descarga gratuita del folleto de muestra La llave para la iluminación inmediata (En más de 80 idiomas)

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

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

“Yo no pertenezco al budismo o al catolicismo. Pertenezco a la Verdad y predico la Verdad. La pueden llamar budismo, catolicismo, taoísmo, o lo que ustedes gusten. ¡Todos son bienvenidos!”

~ Maestra Suprema Ching Hai ~

“Logrando la paz interna, lograremos todo lo demás. Todas las satisfacciones y todas las realizaciones de los deseos mundanos y celestiales vienen del Reino de Dios, la realización interna de nuestra armonía eterna, de nuestra sabiduría eterna y de nuestro poder supremo. Si no logramos esto nunca encontraremos satisfacción, no importa cuánto dinero o poder, o cuán alta sea nuestra posición social.”

~ Maestra Suprema Ching Hai ~

“Nuestra enseñanza es, que cualquier cosa que tenga que hacer en este mundo, hágalo de todo corazón. Sea responsable y también medite todos los días. Obtendrá más conocimiento, más sabiduría, más paz, para servir al mundo y a usted mismo. No se olvide de que usted tiene su propia bondad en su interior. No se olvide de que Dios mora dentro de su cuerpo. No se olvide de que Dios está dentro de su corazón”

~ Maestra Suprema Ching Hai ~

Introducción

A través de las eras, hemos sido visitados por individuos extraordinarios, cuyo único propósito ha sido la elevación espiritual de la humanidad. Jesucristo fue uno de estos visitantes, así como Buda Shakyamuni y Mahoma. Estos tres son muy bien conocidos por nosotros, pero hay muchos otros cuyos nombres no conocemos; algunos enseñaron públicamente y fueron conocidos por unos pocos y otros permanecieron en el anonimato. Estos individuos fueron llamados por diferentes nombres, en diferentes épocas y en diferentes países. Nos hemos referido a ellos como Maestro, Avatar, Iluminado, Salvador, Mesías, Madre Divina, Mensajero, Gurú, Santo Viviente y otros nombres semejantes. Vienen a ofrecernos lo que se ha llamado iluminación, salvación, realización, liberación, o despertar. Las palabras que se usan pueden ser diferentes, pero en esencia todas significan lo mismo.

Visitantes de la misma Fuente Divina, con la misma grandeza espiritual, pureza moral y poder para elevar a la humanidad que tenían los Santos en el pasado, están aquí con nosotros ahora, aunque muy

pocos conocen su presencia. Uno de ellos es la Maestra Suprema Ching Hai.

La Maestra Ching Hai es una candidata inesperada a ser ampliamente reconocida como una Santa Viviente. Ella es mujer y muchos budistas y otros creen en el mito de que una mujer no puede ser Buda. Ella es de ascendencia asiática y muchos occidentales esperan que el Salvador se parezca a ellos. No obstante aquellos de nosotros, de todas partes del mundo y de diferentes antecedentes religiosos, que la hemos conocido y que seguimos Sus enseñanzas, sabemos quién es Ella y qué es Ella. Para que usted comprenda esto, se necesitará una dosis de apertura mental y sinceridad de corazón. También tomará algo de su tiempo y atención pero nada más.

Las personas emplean la mayoría de su tiempo ganándose la vida y ocupándose de asuntos materiales. Trabajamos para hacer nuestra vida y la de nuestros familiares tan cómoda como sea posible. Cuando el tiempo lo permite, ponemos nuestra atención en asuntos como la política, los deportes, la televisión, o el último escándalo. Aquellos de nosotros que hemos experimentado el Poder Amoroso del contacto directo interno con la Divinidad sabemos que hay algo más por lo cual vivir. Sentimos que es una gran pena que las buenas noticias no sean conocidas más ampliamente. La solución a todos los sufrimientos de esta vida es sentarse y retirarse en la quietud interior

y esperar. Sabemos que el Cielo está a un suspiro de distancia. Perdonémos cuando nos equivoquemos por exceso de entusiasmo y digamos cosas que puedan ofender su mente racional. Es muy difícil para nosotros el permanecer en silencio, habiendo visto lo que hemos visto y conociendo lo que conocemos.

Nosotros los que nos consideramos discípulos de la Maestra Suprema Ching Hai y compañeros practicantes de Su método (el Método Quan Yin), le ofrecemos este libro introductorio con la esperanza de ayudarlo a acercarse a su propia experiencia de la Realización Divina, ya sea con nuestra Maestra o con algún otro.

La Maestra Ching Hai enseña la importancia de la práctica de la meditación, la contemplación interna y la oración. Ella nos explica que debemos descubrir nuestra propia Presencia Divina interior, para ser realmente felices en esta vida. Ella nos enseña que la iluminación no es algo esotérico ni fuera de alcance, accesible únicamente para los que se retiran de la sociedad. Su trabajo es despertar la Presencia Divina dentro de nosotros, mientras vivimos una vida normal. Ella dice: Es de esta forma. Todos conocemos la Verdad, sólo que la hemos olvidado. Así que algunas veces alguien tiene que venir y recordarnos el propósito de nuestra vida, por qué debemos encontrar la Verdad, por qué debemos practicar la meditación y por qué debemos creer en Dios, Buda o aquél que creamos

que es el Poder Más Grande del Universo. Ella no le pide a nadie que la siga. Simplemente ofrece Su propia iluminación como ejemplo, para que otros puedan lograr su propia Liberación Final.

Este librito es una introducción a las enseñanzas de la Maestra Suprema Ching Hai. Por favor tome en cuenta que las conferencias, los comentarios y las citas de la Maestra Ching Hai contenidas aquí, fueron expresadas por Ella, grabadas, transcritas, algunas veces traducidas de otras lenguas y finalmente editadas para ser publicadas. Nosotros le recomendamos que escuche o vea los audios o los videos originales. Usted obtendrá una experiencia más rica de Su presencia por medio de estas fuentes, que de la palabra escrita. Por supuesto, la experiencia más completa es verla a Ella personalmente.

Para algunos, la Maestra Ching Hai es su Madre, para otros es su Padre y para otros es la Amada. Al menos, Ella es la mejor Amiga que usted puede tener en este mundo. Está aquí para dar, no para tomar. No recibe pago de ningún tipo por Sus enseñanzas, Su ayuda o Su iniciación. Lo único que Ella tomará de usted es su sufrimiento, su aflicción y su dolor. ¡Pero sólo si usted quiere!

Un pequeño mensaje

Al hablar de Dios o el Espíritu Supremo, la Maestra nos instruye a usar términos originales no sexistas para evitar el argumento de si Dios es Ella o es Él.

Ella + Él = Éla

Ejemplo: Cuando Dios así lo desea, *Éla* hace que las cosas sucedan de acuerdo a Su propia voluntad y beneplácito.

Como creadora de diseños artísticos así como también maestra espiritual, la Maestra Suprema Ching Hai ama todas las expresiones de la belleza interior. Es por esta razón que Ella se refiere a Vietnam como "Au Lac" y a Taiwán como "Formosa". Au Lac es el nombre antiguo de Vietnam y significa "felicidad". Y el nombre Formosa, que significa "hermosa", refleja más completamente la belleza de la isla y su gente. La Maestra siente que usar estos nombres trae elevación espiritual y suerte a la tierra y sus habitantes.

“Un Maestro es aquél que tiene la llave para que usted se convierta en Maestro..., para ayudarlo a darse cuenta de que usted también es un Maestro y que usted y Dios también son uno. Es todo..., ése es el único trabajo del Maestro”.

~ Maestra Suprema Ching Hai ~

“Nuestra senda no es una religión. Yo no convierto a nadie al catolicismo, al budismo, o a ningún otro «ismo». Yo simplemente le ofrezco una vía para que se conozca a usted mismo, para que se dé cuenta de donde viene, para que recuerde su misión aquí en la Tierra, para que descubra los secretos del universo, para que entienda por qué hay tanta miseria y para que vea lo que nos espera después de la muerte”.

~ Maestra Suprema Ching Hai ~

“Nosotros estamos separados de Dios porque estamos muy ocupados. Si alguien le está hablando y el teléfono continúa sonando y sonando y usted está entretenido cocinando o hablando con otras personas, entonces nadie podrá comunicarse con usted. Lo mismo sucede con Dios. Éla nos llama cada día, pero nosotros no tenemos tiempo para contestarle y seguiremos colgándole”.

~ Maestra Suprema Ching Hai ~

Una breve biografía de la Maestra Suprema Ching Hai

La Maestra Ching Hai nació en una familia acomodada de Au Lac (Vietnam), hija de un famoso naturópata. Ella creció como católica y aprendió las bases del budismo de Su abuela. Desde niña, mostró un gran interés precoz por las enseñanzas filosóficas y religiosas, así como una actitud compasiva poco común hacia todos los seres vivos.

A los dieciocho años, la Maestra Ching Hai se fue a Inglaterra a estudiar y más tarde a Francia y Alemania, donde trabajó para la Cruz Roja y se casó con un científico alemán. Después de dos años de feliz matrimonio, con el consentimiento de Su esposo, dejó Su matrimonio para buscar la iluminación y así satisfacer un ideal que había estado con Ella desde su niñez. En ese momento, estaba estudiando varias prácticas de meditación y disciplinas espirituales, bajo la guía de los maestros e instructores que estaban a Su alcance. Ella llegó a darse cuenta de la futilidad de la persona que trata de ayudar a la humanidad que sufre, y reconoció que la mejor forma de ayudar a la gente era alcanzar la realización total Ella misma. Con esto

como su única meta viajó por muchos países buscando el método perfecto de iluminación.

A través de muchos años, pruebas, sufrimientos y tribulaciones, la Maestra Ching Hai finalmente encontró el Método Quan Yin y la Transmisión Divina en los Himalayas. Después de un período de práctica diligente, durante su retiro en los Himalayas, Ella alcanzó la iluminación completa.

En los años posteriores a su iluminación, la Maestra Ching Hai, vivió la vida humilde de una monja budista. De naturaleza tímida, Ella mantuvo el Tesoro guardado, hasta que la gente descubrió Su enseñanza y Su iniciación. Fue debido al pedido insistente de sus primeros discípulos de Formosa (Taiwán) y Estados Unidos, que la Maestra Ching Hai empezó a dar conferencias alrededor del mundo y ha iniciado muchas decenas de miles de sinceros aspirantes espirituales.

Hoy, más y más verdaderos buscadores de diferentes países y de todas las religiones han acudido a Ella por Su Suprema sabiduría. A aquellos que sinceramente desean aprender y practicar el método de la Iluminación Inmediata que Ella misma ha verificado que es el método supremo, el Método Quan Yin, la Maestra Ching Hai está dispuesta a darles la iniciación y la guía espiritual.

*El mundo está lleno de dificultades.
¡Solo yo estoy llena de Ti!
Si fueras puesto en el mundo,
todas las dificultades desaparecerían.
Pero, como el mundo está lleno de dificultades,
¡no encuentro lugar para Ti !*

*Vendería todos los soles, lunas y estrellas
del universo,
Sólo para comprar una de Tus Bellas Miradas.
¡Oh Maestro de Resplandor Infinito!
Sé bondadoso y derrama unos cuantos rayos en mi
anhelante corazón.*

*La gente mundana sale en las noches a cantar y a bailar,
Bajo la luz mundana y la música mundana.
Sólo yo me siento en arrobamiento
Meciéndome en el resplandor y la melodía interna.*

*Desde que conozco Tu Gloria, Oh Señor,
No puedo amar nada más en el mundo.
Abrázame en Tu Amorosa Gracia,
¡Para siempre! Amén.*

*De “Lágrimas Silenciosas”, una colección de poemas de la
Maestra Suprema Ching Hai.*

Los misterios del mundo del más allá

Conferencia expuesta por la Maestra Suprema Ching
Hai en las Naciones Unidas,
Nueva York, el 26 de junio de 1992 (DVD n° 260)

Bienvenidos a las Naciones Unidas. Por favor oremos juntos por un momento, en su propia creencia para dar gracias por lo que tenemos, por lo que nos ha sido dado y esperamos que aquellos que no tienen suficiente, les sea dado en la forma en que a nosotros nos ha sido dado. Para que los refugiados de todo el mundo, las víctimas de la guerra, los soldados, los líderes gubernamentales y por supuesto los líderes de las Naciones Unidas, puedan lograr lo que se proponen, para que así podamos vivir juntos en paz.

Creemos que todo lo que pedimos nos será dado porque así lo dice la Biblia.

Gracias.

Ustedes saben que el tema de la conferencia de hoy es "Más allá de este mundo" porque no creo que quiera hablarles más sobre este mundo. Eso lo saben todos. Pero más allá de este mundo tenemos otras cosas. Creo que todos ustedes que han venido aquí estarían interesados en saber. No es algo como lo que acaba

de decir nuestro compañero iniciado sobre milagros o algo fantástico que no puedan creer. Es algo muy científico, muy lógico y muy importante.

Todos hemos oído que en los diferentes tipos de Biblias religiosas o Escrituras, se menciona que hay siete cielos, hay diferentes niveles de conciencia, está el Reino de Dios dentro de nosotros, está la Naturaleza Búdica, etcétera. Hay ciertas cosas más allá de este mundo que han sido prometidas, pero no muchos tienen acceso a lo que ha sido prometido en las Escrituras, no muchos. No digo ninguno, pero no muchos. Comparadas con la población del mundo, aquellas personas que tienen acceso al Reino de Dios interno, o lo que llamamos, “lo que está más allá de este mundo”, son muy pocas.

Aquellos que viven en Estados Unidos, posiblemente tengan muchas oportunidades de leer muchos libros que describen sucesos más allá de este mundo. Algunas de las películas hechas en Estados Unidos, no son del todo ficción. También algunas películas hechas por los japoneses no son completamente ficción. Porque estas personas posiblemente han leído algunos de los libros que han sido escritos por los que han estado más allá de este mundo, o ellos mismos han tenido algunas vislumbres dentro del Reino de Dios.

Así que, ¿qué hay en el Reino de Dios? ¿Por qué debemos preocuparnos por el Reino de Dios, si

tenemos suficiente trabajo que hacer en el mundo, un empleo, una casa tranquila y suficientes relaciones de afecto, etc.? Precisamente porque tenemos todo esto, deberíamos estar preocupados por el Reino de Dios.

Parece demasiado religioso cuando decimos el Reino de Dios. En realidad es únicamente un alto nivel de conciencia. En los tiempos antiguos la gente lo llamaba cielo, pero en términos científicos, podemos decir que es un nivel diferente –un nivel más alto de conocimiento, un nivel más alto de sabiduría. Nosotros también podemos tener acceso, si es que sabemos cómo.

Hemos oído recientemente en Estados Unidos acerca de la última invención, que hay una máquina para poner a la gente en Samadhi. ¿Han experimentado ustedes esto? Está en venta en los Estados Unidos por cuatrocientos o setecientos dólares, dependiendo del nivel que se desee. Se dice que esto es para las personas perezosas que no quieren meditar, sino que quieren entrar directamente en Samadhi. Bueno, en caso de que ustedes no lo conozcan seré breve al respecto.

Se dice que ésta máquina lo puede poner en un estado mental relajado, con el cual logrará un nivel alto de inteligencia. Esto se supone que le dará mayor conocimiento, mayor sabiduría y se sentirá fantástico. Esta máquina utiliza una música seleccionada, por lo

tanto se necesitan audífonos y te ponen algo eléctrico, posiblemente algún tipo de estímulo eléctrico, así que probablemente vea algunos destellos. Por eso también necesitamos un cobertor para ojos. Los audífonos y un cobertor para ojos, esto es lo único que necesitan para el Samadhi. Esto es muy bueno y por cuatrocientos dólares es muy barato. Pero nuestro Samadhi es aún más barato, no cuesta nada y es para siempre, para siempre. No necesitamos baterías ni electricidad. No necesitan conectarlo o desconectarlo, no hay necesidad de mandarla a reparar en caso de que la máquina se descomponga.

Ahora bien, incluso si la luz artificial y la música artificial fueran capaces de poner a las personas en un estado tan relajado y hacerlas tan inteligentes, se supone que les da todo esto, pero yo he leído en los periódicos aquellos beneficios que se supone que brinda, yo no lo he probado. Así que, he oído que se ha hecho muy popular y que se ha vendido muy bien. Incluso si estas cosas artificiales pudieran ponernos en un estado relajado y aumentar nuestra inteligencia, entonces pueden imaginar cuánto más la cosa real nos ayudará con nuestra sabiduría. Aquello que es real, está más allá de este mundo pero es accesible a todos los que quieran hacer contacto con eso. Esta es la Música y la Luz celestial internas. Dependiendo de la intensidad de esta Música o de la intensidad de la Luz interna, es posible elevarnos más allá de este mundo para entrar en un nivel de conocimiento más profundo.

Creo que esto es semejante a las leyes de la física. Si quieres lanzar un cohete más allá de la atracción de la gravedad, debe tener una gran potencia ascendente y también cuando va volando muy rápido emana luz. Así que creo que cuando nosotros vamos rápido al más allá, también podemos irradiar Luz y también podemos oír el Sonido.

El Sonido es un tipo de fuerza vibratoria que nos empuja a los niveles más altos, pero esto ocurre sin ruido, sin problemas, sin costo o incomodidad alguna para quien lo experimenta. Esta es la forma de ir al más allá.

¿Y qué es lo que hay más allá de este mundo, que es mejor que nuestro mundo? Todo lo que podemos imaginar y lo no imaginable. Una vez que lo experimentamos, entonces lo sabemos. Realmente nadie más nos lo podrá decir, pero debemos ser persistentes y tenemos realmente que ser sinceros, de lo contrario, nadie más lo podrá hacer por nosotros. Así como nadie los puede sustituir a ustedes en las oficinas de las Naciones Unidas y por eso es que les pagan. De forma semejante nadie más podría ayudarnos a comer y entonces nosotros quedar satisfechos. Por lo tanto, el camino hay que experimentarlo por nosotros mismos. Podemos escuchar a alguien que tenga experiencia, pero no podemos aprovechar mucho de eso. Puede ser que tengamos experiencias una vez, o un par de veces

o algunos días debido al poder de aquella persona que tiene la experiencia de Dios. Entonces podría ser que viéramos de manera natural y sin ningún esfuerzo algo de Luz o que oyéramos algo de Sonido, pero en la mayoría de los casos, esto no dura mucho tiempo. Así que, nosotros también debemos tener esa experiencia, debemos hacerlo por nosotros mismos.

Más allá de nuestro mundo, hay muchos mundos diferentes. Nosotros podríamos dar simplemente un ejemplo, como del que está un poco más elevado que el de nosotros. Lo que en terminología occidental se le llama mundo Astral. En el mundo astral hay incluso ciento y resto de niveles diferentes y cada nivel es un mundo en sí mismo y representa nuestro grado de entendimiento. Es como cuando vamos a la universidad, y entonces cada nivel representa nuestra comprensión relativa a las enseñanzas de la universidad y lentamente nos dirigiremos a la graduación.

En el mundo Astral, veremos muchos tipos de los llamados milagros y posiblemente también seamos tentados por los milagros y probablemente nosotros también hagamos milagros. Podremos curar a los enfermos, a veces, podremos ver cosas que otros no pueden ver. Tendremos, por lo menos, seis tipos de poderes milagrosos. Podremos ver más allá de los límites normales, podremos oír más allá de los límites del espacio. La distancia no hará diferencia para

nosotros. Esto es lo que llamamos el oído y el ojo celestial. Entonces podremos ver a través de los pensamientos de la gente y algunas veces podremos ver lo que está en su mente. Estos son los poderes que adquirimos cuando tenemos acceso al Primer Nivel del Reino de Dios.

Dentro del primer nivel, como ya he dicho, tenemos muchos otros niveles diferentes que nos ofrecen mucho más de lo que el lenguaje puede describir. Por ejemplo, después de la iniciación si nuestro nivel es el primero, cuando meditamos tendremos muchas otras habilidades. Podríamos desarrollar nuestro talento literario, el que anteriormente no poseíamos. Conoceremos muchas cosas que las otras personas no conocen y muchas cosas vendrán a nosotros simplemente como regalos del cielo, algunas veces financieros, otros relacionados con el conocimiento profesional y muchas otras cosas. Empezaremos a ser capaces de escribir poemas, o quizás podremos pintar cuadros, podremos hacer cosas que anteriormente no podíamos hacer y ni siquiera imaginábamos que podíamos hacer. Ese es el primer nivel. Podríamos escribir poemas y libros con un bello estilo. Por ejemplo, podría ser que anteriormente fuéramos escritores no profesionales, pero ahora podemos escribir. Estos son algunos de los beneficios materiales que podemos obtener cuando estamos en el Primer Nivel de consciencia.

En realidad éstos no son regalos de Dios, estas cosas están en el cielo dentro de nosotros y debido a que las hemos despertado, han vuelto a la vida y por lo tanto las podemos utilizar. Así que, esto es algo de la información relativa al Primer Nivel.

Entonces, cuando vamos a un nivel más elevado, vemos muchas otras cosas y logramos muchas otras cosas. Por supuesto yo no les puedo contar todo por razones de tiempo. También porque no es necesario oír muchas cosas hermosas, acerca de los pasteles y los confites y no comerlos nunca. Por lo tanto, únicamente les ofrezco un poco de "aperitivo" y si ustedes quieren comerlos, eso será otra cosa. Más tarde podremos ofrecerles comida real. Sí, en el caso de que quieran comer estas cosas.

Ahora, si vamos un poco más allá de este nivel al Segundo nivel, al que llamamos "Segundo", sólo en aras de simplificar las cosas. En el Segundo Nivel, entonces probablemente tendremos un poco más de habilidades que en el primero, incluyendo los milagros. Pero el mayor logro que podemos tener en este nivel es la elocuencia y la habilidad para debatir, nadie parece poder ganarle a alguien que ha llegado al Segundo Nivel, porque aquella persona tendrá un gran poder de elocuencia y su intelecto estará en el punto máximo de su poder.

La mayoría de las personas que tienen una mente común o un CI muy simple no podrán igualar a esta persona, debido a que el CI se ha abierto a un grado muy alto. Pero no es únicamente el cerebro físico que se ha desarrollado más, es el Poder místico, el Poder celestial, es la sabiduría que es inherente a nosotros. Ahora empieza a abrirse. En la India, la gente llama a este nivel *"Buddhi"* que significa nivel intelectual y cuando alcanzamos el *"Buddhi"* nos convertimos en Buda. De ahí es de donde viene la palabra Buda, *"Buddhi"* y *"Buda"*. Bueno, el Buda es precisamente eso. No es el final. No les voy a presentar únicamente el Buda, hay mucho más que esto.

Así que la mayoría de la gente, llama Buda a una persona iluminada. Si él no conoce más allá del Segundo Nivel, posiblemente se sienta muy orgulloso de esto. Sí, pensará que es un Buda viviente y sus discípulos se sentirán muy orgullosos al llamarle Buda. Pero en realidad, si sólo ha alcanzado el segundo nivel, en el cuál tiene la capacidad de ver a través del pasado, el presente y el futuro de cualquier persona que escoja ver y en el cual tiene una absoluta elocuencia al hablar, entonces esto no es aún el final del Reino de Dios.

Nadie debería estar orgulloso de la habilidad de poder leer el pasado, el presente y el futuro, porque esto es,

lo que en terminología occidental se conoce como “el registro Akásico”. Aquellos de ustedes que han practicado yoga o algún tipo de meditación entenderán el término “registro Akásico”, el cual es un tipo de biblioteca como la que tenemos aquí en las Naciones Unidas en la puerta de al lado, con todo tipo de idiomas en ella. Ven árabe, ruso, chino, inglés, francés, alemán, hay de todo en la biblioteca que ustedes tienen en la puerta de al lado, hay todo tipo de lenguas. Si alguien tiene la habilidad de poder leer todas estas lenguas, podrá saber lo que sucede en ese país. Por lo tanto, de forma similar, aquél que tiene acceso al Segundo Nivel será capaz de interpretar el patrón de una persona muy claramente, de la misma manera que si leyéramos nuestra propia biografía.

Hay muchas cosas más que se pueden ganar en el Segundo Nivel de consciencia. Pero cuando alguien alcanza el Segundo Nivel, esto ya es fantástico, es un Buda viviente, porque has abierto el “*Buddhi*”, el intelecto. Sabremos muchas cosas, tantas que ni siquiera podremos nombrarlas. Nos ocurrirán todo tipo de milagros, ya sea que los deseemos o no, porque nuestro intelecto se ha abierto y sabe cómo hacer contacto con la fuente superior curativa, arreglará todo de tal manera que nuestra vida se hará más fluida y mejor, con menos obstáculos.

Nuestro intelecto o “*Buddhi*” se ha abierto, así que tiene acceso a toda la información necesaria, del

pasado y del presente para corregir o solucionar aquello que hemos hecho mal en el pasado. Así que corregimos los errores y hacemos nuestra vida mejor.

Por ejemplo, si no sabíamos que habíamos ofendido a nuestro vecino debido a una acción sin intención, y ahora lo sabemos. ¡Muy fácil! Si no lo sabíamos y el vecino silenciosamente está en contra de nosotros tratando de hacer algo a nuestras espaldas para dañarnos, debido al malentendido o algo malo que le hicimos al vecino. Pero ahora sabemos por qué ha pasado. Así que esto es fácil. Podemos ir a casa del vecino o podemos telefonarle, o podemos celebrar una fiesta, invitar al vecino y entonces aclarar el malentendido.

De forma semejante cuando llegamos al nivel intelectual, nosotros automáticamente, quiero decir silenciosamente, entenderemos todo esto y silenciosamente arreglaremos todo esto, o contactaremos con cierta fuente de poder que nos ayudará a arreglar estas cosas, para mejorar nuestro estilo de vida, para mejorar el curso de nuestra vida. Así que, minimizaremos muchos accidentes, muchas situaciones desfavorables de nuestra vida, ¡Sí!, ¡Sí! Así que el llegar al Segundo Nivel ya es realmente fantástico.

Por lo tanto, lo que les he explicado es muy científico, muy lógico, no hay necesidad de pensar que un yogui

o una persona que medita es un místico o un E.T. (un extraterrestre). Ellos son seres terrenales como cualquiera de nosotros, que se han desarrollado porque saben cómo hacerlo. En Estados Unidos decimos, todo depende del "know how", de la habilidad práctica, así que podemos aprenderlo todo. ¿De acuerdo? Podemos aprenderlo todo. Por lo tanto, este es un tipo de ciencia más allá de este mundo, la cual nosotros podemos aprender. Parecerá muy extraño, pero entre más alto, más simples son las cosas. Es más simple que el ir a la secundaria o a la universidad con todas esas preguntas complicadas y problemas matemáticos.

Dentro del Segundo Nivel, hay muchos niveles diferentes, también. Pero he sido breve porque no puedo detallar todos los secretos del cielo. De cualquier manera ustedes conocerán todo esto cuando viajen con un Maestro que ya haya viajado. Así que, no es un secreto. Pero es muy largo, si tuviéramos que detenemos en cada nivel, el cuál tiene una gran cantidad de niveles y subniveles, y tenemos que examinarlo todo, eso llevaría mucho tiempo. Así que el Maestro sólo lo lleva brevemente de un nivel a otro, muy rápido -- ¡Cha! ¡Cha! ¡Cha! Porque si no tiene nada que ver con la maestría, entonces no necesita aprender tanto. Le daría dolor de cabeza. Por lo tanto, tan sólo te lleva de paso y de vuelta a Casa, porque aún así lleva mucho tiempo. Algunas veces toma toda

la vida, pero la iluminación la obtenemos inmediatamente.

Pero esto es únicamente el inicio, igual que cuando se inscribe en la universidad. El primer día que se inscribe en la universidad, se convierte de inmediato en estudiante universitario. Pero esto nada tiene que ver con un Doctorado. Después de seis años, cuatro años, o doce años entonces se gradúa. Pero de inmediato se convirtió en estudiante universitario, si esa es una universidad real y si usted se inscribe y desea realmente ser estudiante universitario. Así que ambas partes han de cooperar.

Del mismo modo, si queremos ir más allá de este mundo, por ejemplo, digamos que sólo por divertirnos, porque no nos queda ningún lugar por visitar en Nueva York, hemos conocido todo sobre Manhattan, Long Beach (playa larga), "playa corta" y de todas las playas (risas). Bueno, supongan que queremos realizar un viaje al lugar de E.T. para ver qué sucede allá. ¿De acuerdo? ¿Por qué no? Ya que pagamos tanto dinero para ir a Miami, Florida, sólo para bañarnos en el mar, entonces ¿por qué no podemos algunas veces ir a mundos diferentes, más allá de este mundo para ver cómo son nuestros planetas vecinos y cómo la gente viaja allí? No creo que haya algo extraño al respecto. ¿No es cierto? Simplemente es un viaje un poco más lejano, un viaje mental, un viaje espiritual en lugar de

un viaje físico. Hay dos tipos de viaje. Así que es muy lógico y muy fácil de entender.

Ahora, estamos en el Segundo Nivel, ¿qué más les puedo decir? Así es como continuamos en este mundo, pero entonces también tenemos el conocimiento de otros mundos al mismo tiempo. Porque viajamos.

Así como ustedes que son ciudadanos norteamericanos, o ciudadanos de cualquier parte del mundo, pero entonces viajan de un país a otro, tan sólo para saber cómo se ve el país vecino. Creo que muchos de ustedes en las Naciones Unidas no son de Estados Unidos, ¿cierto? Sí. Así que, ahora ya lo saben. Podemos viajar al siguiente planeta o al siguiente nivel de vida con el propósito de entenderlo. Porque la distancia es tan grande que no podemos caminar, no podemos tomar un cohete y no podemos tomar ni siquiera un OVNI.

Algunos mundos están más lejanos de lo que un OVNI podría volar. ¡OVNI! Objeto volador no identificado. ¡Un objeto volador, sí!, Ahora bien, tenemos una instalación dentro de nosotros que es más rápida de lo que cualquier OVNI pueda conseguir. Esta es nuestra propia alma. La llamamos espíritu algunas veces.

Con ella podemos volar sin necesidad de combustible, ni de policías, o problemas de embotellamiento de

tránsito. No hay necesidad de preocuparse de que los árabes algún día no nos vendan petróleo (risas), porque es autosuficiente. Nunca se estropea, excepto cuando nosotros queremos dañarlo a propósito, al violar los preceptos universales, violando la armonía del Cielo y la Tierra, lo cual es muy fácil de evitar. Nosotros les diremos cómo, si es que ustedes están interesados en saberlo.

Por ejemplo, seré breve, ¿de acuerdo? No soy un predicador. No se asusten, no los llevaré a la iglesia. Es sólo como ejemplo.

Hay leyes en el universo que deberíamos conocer, así como cuando manejamos un automóvil, debemos conocer las leyes de tránsito. La luz roja significa que hay que detenerse, la luz verde que se puede seguir. El volante a la izquierda, hay que manejar a la derecha, velocidad máxima permitida en las autopistas, etc. De manera semejante hay algunas leyes muy simples en el universo, en el universo físico. Más allá de nuestro mundo, más allá de este universo físico no hay leyes, no hay ley alguna. Somos libres, somos ciudadanos libres, pero tenemos que ir más allá de éste, para poder ser libres. Mientras vivamos en este mundo, en el cuerpo físico, deberíamos tanto como nos sea posible mantenernos dentro de la ley, para evitar el vernos en problemas. Así nuestros vehículos no se dañan y podemos volar más rápido, más alto y sin problemas.

Así que, estas leyes han sido escritas en la Biblia, en la Biblia Cristiana, en la Biblia Budista y en la Biblia Hindú. Estas son muy simples, como no hacer daño a nuestros semejantes, no matar, “no matarás”, no tener relaciones extramatrimoniales y no robar, no tomar sustancias intoxicantes, incluyendo las drogas de hoy en día. Posiblemente Buda sabía que en el siglo XX, íbamos a inventar la cocaína y todo eso, de modo que Él dijo, drogas no. Las drogas incluyen todo tipo de juegos y cualquier cosa que haga que nuestra mente..., se ate a los placeres físicos y se olvide del viaje espiritual.

Si queremos volar rápido y muy alto, sin ningún peligro, debemos considerar estas leyes físicas que son semejantes a las leyes de la Física. Cuando los científicos quieren lanzar un cohete, tienen que tomar en cuenta ciertas leyes. Eso es todo. ¿De acuerdo? Así que, cuánto más cuidadosos deberíamos ser, ya que queremos volar más alto de lo que los cohetes pueden volar, más rápido que los OVNIS. Pero hay otros detalles adicionales que podrían ser explicados, los cuales se explicarán en el momento de la iniciación, si es que ustedes tienen interés. Ahora no quiero aburrirlos con todos estos lineamientos, los cuales ustedes dirán “ya los conozco, ya los conozco, los he leído en la Biblia. Los diez preceptos, los Diez Mandamientos”.

En realidad, la mayoría de nosotros lee los preceptos, pero no se interesa profundamente o no los comprende profundamente. Tal vez queremos entender..., solamente aquello que coincide con nuestra manera de hacer las cosas, pero no lo que realmente significan. Por lo tanto, no nos hará ningún daño escuchar de nuevo un poco del significado más profundo de ellos. Por ejemplo, en la Biblia, en la primera página del Antiguo Testamento, Dios dice: "Yo hice todos los animales para que fueran sus amigos y les ayudaran, pueden reinar sobre ellos". Y después dijo, que había hecho la comida para todos los animales, un tipo diferente para cada uno, pero nunca nos dijo que los comiéramos. ¡No! Dios dijo: "Yo hice, toda la comida, todas las hierbas del campo y las frutas de los árboles, las cuales son deliciosas al paladar y placenteras a los ojos. Esa será su comida". Pero no muchas personas ponen atención a esto y todavía muchos seguidores de la Biblia continúan comiendo carne, sin haber entendido el verdadero significado de la palabra de Dios.

Y si nos adentramos en una investigación más profunda, sabremos que nuestro cuerpo no fue diseñado para el consumo de carne. Nuestro sistema, nuestro estómago, nuestros intestinos y nuestros dientes, todos fueron científicamente diseñados únicamente para una dieta vegana. No es de extrañar

que la mayoría de la gente se enferme, se haga vieja, se fatigue, se vuelva perezosa, cuando nacieron muy brillantes e inteligentes. Ellos terminan haciéndose cada día un poco más torpes y entre más viejos son, peor se sienten. Esto sucede porque hemos dañado nuestros “vehículos”, nuestros “objetos voladores”, nuestros “OVNIS”. Así que si deseamos usar este “vehículo” por un tiempo mayor y con más seguridad, entonces tenemos que cuidarlo de una forma apropiada.

Entonces, por ejemplo, tenemos un auto. Todos ustedes manejan. ¿Qué pasaría si le ponen el combustible equivocado? ¿Qué sucedería? Posiblemente avance unos pocos metros y después se detenga. En este caso no culpamos al auto, porque es nuestro error, hemos sido nosotros los que erróneamente hemos puesto el combustible equivocado. O si el combustible tiene un poco de agua, probablemente pueda andar por un rato, pero habrá problemas. O si el aceite está muy sucio, porque no lo hemos limpiado, probablemente el auto funcionará durante un tiempo, pero tendremos problemas. Y algunas veces explota simplemente porque no hemos cuidado de nuestro auto de la manera correcta.

De forma similar, nuestro cuerpo es un vehículo que podemos utilizar para volar de aquí a la eternidad, a un altísimo nivel de sabiduría científica. Pero algunas veces lo dañamos y no lo usamos para el objetivo

apropiado. Por ejemplo, nuestro auto es para conducir muchos kilómetros, para transportarnos a la oficina, con nuestros amigos y a diversos paisajes hermosos. Pero si no nos fijamos, si ponemos el combustible equivocado, o no cuidamos del aceite, no cuidamos del agua del tanque, lo que sea. Entonces no corre muy rápido. Ni va muy lejos, solo correrá alrededor de nuestro césped, haciendo círculos en nuestro patio. También eso se permite. Pero hemos desperdiciado el propósito para el cual compramos el auto. Es un desperdicio de dinero, de tiempo y de nuestra energía. Eso es todo. Nadie nos culpará, ni ningún policía nos pondrá una infracción por esto. Sólo que hemos malgastado nuestro auto y nuestro dinero, en vez de haberlo usado para ir muy lejos, ver muchas cosas y disfrutar muchos paisajes.

Similar a nuestros cuerpos físicos. Podemos vivir en este mundo, pero tenemos que cuidar lo que está en el interior de este cuerpo físico, tenemos otros instrumentos, con los que podamos volar más allá. Es igual que un astronauta que se sienta en un cohete. El cohete es su instrumento, él debe tener cuidado de no violar ninguna de las leyes de la física para que su cohete sea capaz de volar de manera rápida y segura. Pero lo importante es el astronauta que se encuentra adentro. El cohete lo lleva a su destino, pero el cohete no es lo principal, lo es el astronauta y su destino. Si él lo utiliza para dar vueltas alrededor de Long Island

entonces estaría malgastando el tiempo. Sería derrochar el dinero de la nación.

Así que, por lo tanto, nuestro cuerpo es muy precioso, ya que adentro reside el Maestro. Por eso es que en la Biblia se dice: “No sabes que eres el templo de Dios y que Dios Todopoderoso, mora dentro de ti”, el Espíritu Santo, que es la misma cosa. Si hospedamos al Espíritu Santo o al Dios Todopoderoso, ¡pueden imaginar lo terrible que es eso, lo terriblemente significativo! Pero muchos leen esto rápidamente sin entenderlo, sin darse cuenta de la grandeza de esta frase, ni tampoco hacen el esfuerzo. Por eso es que a mis discípulos les gusta seguir mis enseñanzas, porque pueden descubrir quién reside internamente y que hay más allá de este mundo, además de la lucha cotidiana, el ganar dinero y todos estos problemas físicos.

Dentro de nosotros hay mayor belleza, mayor libertad, mayor conocimiento y deberíamos reconocer el camino apropiado para ponernos en contacto con esto. Todo esto nos pertenece porque está dentro de nosotros. Debido a que hemos olvidado donde está la llave y “la casa” ha permanecido cerrada por mucho tiempo, por largo tiempo hemos olvidado que tenemos este tesoro. Eso es todo.

Así que el llamado Maestro es aquél que puede abrir la puerta y mostrarnos lo que nos pertenece desde el

principio. Pero tenemos que emplear tiempo y entrar en él y verificar cada una de las cosas que tenemos.

Así que, de cualquier modo, estábamos en el Segundo Mundo. ¿Les interesa que continuemos? (La audiencia contesta, ¡sí, sí!). ¿Ustedes quieren conocerlo todo sin trabajar? (La Maestra ríe). Está bien. Al menos alguien puede decirles cómo es el otro país cuando él ha estado ahí, aunque ustedes no hayan estado. ¿Cierto? Por lo menos ustedes están interesados, quizás quieran ir. Bien, así que, después del Segundo Mundo. No he terminado por completo el Segundo Mundo, pero no podemos sentarnos aquí todo el día. Así que después del Segundo Mundo podremos tener más poder. Si estamos decididos y trabajamos para conseguirlo, entonces llegaremos al Tercero. El llamado Tercer Mundo. Es un paso más elevado.

El que entra en el Tercer Mundo debe estar completamente limpio, por lo menos de toda deuda con este mundo. Si debemos algo al rey de este mundo físico no podremos ascender. De forma semejante a un criminal de una nación, que no tiene limpia su hoja de delincuencia y no podrá pasar más allá de la frontera para ir a otra nación. Así que, las deudas de este mundo incluyen muchas cosas que hemos hecho en el pasado y el presente y tal vez en los días futuros de nuestra vida física. Ahora, todo esto tiene que ser limpiado, justo como se hace en la aduana, antes de que podamos ir más allá de este mundo. Pero, cuando estamos en el Segundo Nivel empezamos a trabajar

con cualquier karma restante de vidas pasadas o de esta vida presente. Porque sin nuestro karma pasado no podríamos existir en esta vida presente.

Los Maestros tienen dos categorías diferentes. Uno sin karma, pero que toma karma prestado para bajar y el otro que es como nosotros, seres ordinarios, pero con el karma más limpio. Así que, cualquiera puede y podría ser un Maestro, un futuro Maestro. Algunas veces el Maestro desciende de un mundo muy alto con karma prestado. ¿Cómo les suena eso de pedir karma prestado? (La Maestra ríe). Es posible, es posible.

Por ejemplo, antes de bajar a este mundo ustedes ya han estado aquí. Y han dado y recibido de diferentes personas en el mundo, durante muchas eras o muchos cientos de años. Entonces vuelven al cielo o a su morada, la cual está muy lejos, en diferentes niveles al menos hasta el Quinto Nivel. Esa es la casa del Maestro, el Quinto Nivel, pero más allá hay más niveles.

Ahora, cuando ustedes quieren volver de nuevo al mundo, debido a la compasión o por algún trabajo que ha sido asignado por el Padre, por ejemplo, entonces descenderemos y por la afinidad con la gente en el pasado, podríamos pedir prestado algunas de sus deudas, ustedes saben, karma. Sólo deuda, nada, nada hermoso de la gente. Podemos pedir prestadas algunas deudas y entonces las pagamos poco a poco,

con nuestro poder espiritual, hasta que finalizamos el trabajo en este mundo. Así que esta es una clase diferente de Maestro. Hay también unos que son de este mundo, que después de haber practicado se convierten inmediatamente en Maestros aquí, justo como si se hubieran graduado. Sí. Así como en la universidad en donde tenemos profesores y tenemos estudiantes que se gradúan y se convierten después en profesores. Hay profesores muy antiguos y profesores recién graduados, etcétera. Del mismo modo, existe esta clase de Maestros.

Ahora, si queremos ir al Tercer Mundo, debemos estar absolutamente limpios de cualquier rastro de karma. Karma es la ley que dice: “Lo que siembres, cosecharás”. Como cuando plantamos una semilla de naranja, entonces obtenemos naranjas, si sembramos semillas de manzana entonces obtendremos manzanas, estos son los llamados karmas. Es el término sánscrito para causa y retribución. La Biblia no habla de karma pero dice: “Lo que siembres, cosecharás”, es lo mismo.

La Biblia es una forma resumida de la enseñanza del Maestro, pero de todos modos su vida también fue breve. Por eso no encontramos muchas explicaciones en la Biblia y muchas de las versiones de la Biblia han sido censuradas para satisfacer algunos de los llamados líderes de estos movimientos, los cuales no necesariamente eran personas con una mente espiritual. Ustedes saben en todo tipo de aspectos la

gente vende y compra de todo. Agentes comerciales, hay agentes comerciales en todos los aspectos de la vida. Pero la verdadera Biblia, nosotros sabemos que es un poco diferente, un poco más amplia, mucho más precisa y más fácil de entender. De cualquier modo, ya que no podemos probarlo, no hablemos mucho al respecto, para que no digan que estamos blasfemando. Por lo tanto, hablemos únicamente de lo que podemos probar.

Y entonces me preguntarán: “Usted habla del Segundo Mundo, del Tercer Mundo y del Cuarto Mundo. ¿Cómo puede probarlo?” Bueno, ¡Yo puedo! Puedo probarlo. Si ustedes caminan junto a mí, por la misma senda, verán las mismas cosas, pero si no caminan conmigo, entonces no se lo puedo probar. Así es, por supuesto. Así es, por supuesto. Por lo tanto, me atrevo a hablar de estas cosas porque hay una prueba. Tenemos la prueba con cientos de miles de discípulos de todo el mundo. Así que hablamos de cosas que conocemos, pero, para esto tienen que caminar conmigo, tienen que caminar. De otra forma no podrían decirme, “camine por mí y luego me cuenta y me muestra todo”. No puedo.

Por ejemplo, si yo no estoy en las Naciones Unidas en este salón, no importa cuánto puedan hablar ustedes de este salón, la realidad es que yo no lo he experimentado. ¿De acuerdo? Así, que tenemos que caminar con quien sea un guía experimentado. Y tengo

algunos de los discípulos en este salón los cuales tienen diferentes nacionalidades, ellos han tenido algunas de las experiencias que yo acabo de describirles, algunos completamente, otros sólo una parte.

Entonces después del Tercer Mundo, esto no es de ninguna manera todo. Lo que les he dicho es una parte únicamente, es como un relato de un viaje, en donde se describen las cosas sin mucho detalle. Aunque leamos un libro sobre un país, no es el país real, ¿verdad? Por lo tanto, aunque tenemos muchos libros de viajes de diferentes países del mundo, aún así continuamos deseando ir allá por nosotros mismos. Conocemos sobre España, Tenerife y Grecia, pero esto son únicamente películas o sólo libros. Tenemos que ir allá y experimentar realmente la alegría de estar ahí, la comida que ofrecen, las deliciosas aguas del mar, el maravilloso clima, su gente tan amigable y todo tipo de ambientes que no podemos experimentar al leer libros.

Así que, de todos modos, supongamos que hemos pasado al Tercer Mundo, ¿qué sigue? Por supuesto vamos al siguiente, al Cuarto. Y el Cuarto Mundo, verdaderamente está más allá de lo extraordinario. No podemos utilizar el lenguaje común, para describir todas esas cosas a las personas comunes, por miedo a ofender al señor de ese mundo. Porque ese mundo es muy bello a pesar de que tiene algunas partes que son muy oscuras, más oscuras que la ciudad de Nueva

York cuando ocurrió el apagón. ¿Experimentaron ustedes la totalidad de la ciudad, la ciudad completamente a oscuras? Sí, ¡es aún más oscuro que eso! Porque, antes de que alcancen la Luz, es mucho más oscuro que eso, es un tipo de ciudad prohibida. Pero con un Maestro, con un Maestro experimentado podemos cruzar, de lo contrario no podríamos encontrar el camino en un mundo de este tipo.

Cuando alcanzamos diferentes niveles o planos de existencia, experimentamos no sólo cambios espirituales, sino físicos e intelectuales y todo lo demás cambia en nuestra vida. Vemos la vida de una forma diferente, caminamos diferente, incluso nuestro trabajo, hasta nuestro trabajo diario cobra un significado diferente y entendemos por qué tenemos que trabajar de esta forma, por qué tenemos que estar en este trabajo o por qué tendríamos que cambiar este trabajo. Entendemos el propósito de la vida, por lo tanto ya no nos sentimos inquietos y agitados. ¡Sí! Aunque esperamos armoniosa y pacientemente que nuestra misión en la Tierra termine, porque ya sabemos adónde vamos a ir después. Lo sabemos mientras estamos viviendo. Por eso se dice: "Morir mientras vivimos". ¡Sí, sí! Supongo que ustedes han oído algo así anteriormente, no conozco ningún maestro que hable diferente (la Maestra ríe), excepto que hemos de experimentar la verdadera alegría de la experiencia interna.

¿Cómo podrá describir alguien un Mercedes Benz diferente? Tiene que ser la misma cosa. Así que todo aquel que tiene un Mercedes, que conoce el Benz, describirá la misma cosa, pero esto (la descripción) no es el Mercedes. Por lo tanto, aunque les hablo en un lenguaje ordinario, estas no son cosas ordinarias, estas son la clase de cosas que debemos experimentar por nosotros mismos, con trabajo, sinceridad y con un guía. Es mucho más seguro de esta forma. Aunque quizás, pudiera suceder, uno en un millón, que podamos hacerlo por nosotros mismos, pero sería muy peligroso, muy arriesgado, sin ninguna seguridad de que tendremos resultados y no muy seguro.

Algunas de las personas del pasado, por ejemplo, Swedenborg. En cierto modo lo hizo por sí mismo. O quizás Gurdieff, se supone que lo consiguió por sí mismo, andar todo el camino solo. Pero cuando leo acerca de estas personas, de este trabajo, no han estado sin peligros y gran número de problemas. Y no necesariamente todos ellos alcanzaron el nivel más alto.

Así que, después de esto vamos a un nivel más alto. Después del Cuarto, vamos a otro más alto, a la casa del Maestro que es el Quinto Nivel. Todos los maestros vinieron de ese nivel. Aunque su nivel sea más alto que el Quinto, permanecen ahí. Es la residencia de los Maestros. Y más allá de éste, hay muchos aspectos de Dios, los cuales son muy difíciles de entender. Yo tengo

el temor de confundirlos, probablemente en otra ocasión se los diré, o tal vez después de la iniciación, cuando estén un poco más preparados, y les contaré algunas cosas sorprendentes sobre su imaginación. Cómo a veces tiene conceptos erróneos de muchas ideas sobre Dios.

Preguntas y respuestas

Después de la conferencia

P: Usted mencionó que el Maestro puede pedir karma prestado de la gente. En este caso, ¿el karma de esas personas es lavado? ¿Qué consecuencia tiene esto para las personas?

M: El Maestro puede limpiar el karma de cualquiera. Si eso es lo que el Maestro ha escogido hacer. De hecho, a todos los discípulos, en el momento de la iniciación todo el karma del pasado tiene que ser borrado. Yo sólo les dejo el karma de la vida presente, para permitirles que continúen en esta vida de lo contrario tendrían que morir inmediatamente. Sin karma no podrán vivir aquí. Así que el Maestro tiene que limpiar únicamente el karma almacenado, así la persona está limpia, sólo deja un poco de karma para que pueda continuar viviendo y para que haga lo que tiene que hacer en esta vida. Después de esta vida la persona habrá terminado, por eso es que puede liberarse, de lo contrario, ¿cómo podría irse? Aunque estuviera limpio en esta vida, ¿en qué medida? ¿Qué sobre la vida pasada? ¿Entienden?

P: ¿Cuál es la meta de su práctica?

M: ¿Cuál es la meta? ¿No lo he dicho? El viajar más allá de este mundo, regresar al Reino de Dios, conocer su sabiduría, e inclusive ser una persona mejor en esta vida.

P: ¿Existe el karma en todos los reinos?

M: No en todos los reinos, únicamente hasta el Segundo Reino, porque nuestra mente, nuestro cerebro, la computadora, está “hecha” en ese Segundo Plano. Cuando descendemos desde los planos más altos a este plano físico, supuestamente para realizar algún trabajo. ¿De acuerdo? Por ejemplo, incluso el Maestro tiene que venir del Quinto Plano abajo al mundo físico, tiene que pasar por el Segundo Plano y tomar esta “computadora” y arreglarla, para poder trabajar en este mundo. Es semejante a un hombre rana que bucea en el mar. Tiene que pasar por una preparación de una máscara, de oxígeno y todo lo demás. Aunque originalmente no parece tan ridículo, cuando usa el tanque de oxígeno y su traje de buceo, parece una rana. Algunas veces así es como nos vemos con nuestra computadora y estos obstáculos físicos. De otro modo, somos absolutamente hermosos, incluso aunque usted crea que es muy bella ahora, usted es muy fea, comparada con lo que realmente es. Debido a todos los instrumentos que tenemos que usar para bucear profundo dentro de este mundo para trabajar.

Después de que hayamos pasado al segundo nivel y continuemos subiendo, tenemos que dejar allá nuestra computadora, arriba no la necesitaremos nunca más. Es como cuando el hombre rana llega a la ribera, se quita la máscara de oxígeno y todo el equipo de buceo y se verá como era anteriormente. ¿Sí? ¡Está bien!

P: Usted dijo que al final del segundo mundo, antes de seguir ascendiendo, dejamos atrás todo nuestro karma, o tenemos que resolver o lavar todo el karma. ¿Eso también incluye, todo el karma de vidas pasadas con el cual venimos a esta vida?

M: Sí, debido a que no hay “computadora” que pueda registrar cosa alguna. Sólo tenemos karma porque tenemos esta computadora, la mente, el cerebro, la cual registra todas las experiencias de este mundo físico. Para eso es que la tenemos ya sea bueno o malo todo queda registrado ahí. Eso es lo que llamamos karma. ¿Qué es el karma? Son justamente las experiencias, buenas y malas, nuestras reacciones, nuestras experiencias de aprendizaje durante muchas vidas. Y debido a nuestra llamada conciencia, sabemos que deberíamos ser buenos y que a veces hicimos mal. Por lo tanto, a esto lo llamamos karma. Las malas acciones pesan sobre nosotros, así como cuando llevamos mucha basura, o mucho equipaje, debido a la ley de la gravedad nos hace descender y hace dificultoso escalar la montaña. Puesto que en este mundo existe gran cantidad de disciplinas morales y

reglas, muchas costumbres y tantos hábitos en los diferentes países, esto nos ata a las llamadas concepciones de bueno o malo, culpable o inocente, por eso es que cuando interactuamos con personas de este mundo, tenemos experiencias de bueno y malo, culpable o inocente, según sean las costumbres, hábitos o leyes de la nación. Y se convierte en un hábito el que pensemos de esa manera. Si hacemos esto somos culpables, si hacemos lo otro, somos malas personas y todo esto es grabado aquí. Esto es lo que nos hace transmigrar y nos ata a este mundo físico o a un mundo un poco más elevado. Pero no lo suficientemente elevado, no somos lo suficientemente libres, no somos lo suficientemente livianos para flotar allá arriba. Debido a todas estas concepciones o preconcepciones.

P: ¿Está predeterminado que alcanzaremos cierto nivel en cada vida que nacemos?

M: No, tenemos libre albedrío para ir más rápido o despacio. Por ejemplo, le pone a su auto cien litros de gasolina. Pero con esto podría ir más rápido y alcanzar su destino más pronto, o puede ir más despacio. Queda a su elección.

P: Bueno únicamente quiero preguntarle a usted por los ángeles, ¿Qué nivel tienen?

M: ¿Qué nivel tienen? ¡Ah! Depende de qué tipo de ángeles sean.

P: Los ángeles guardianes.

M: Los ángeles guardianes, pueden estar hasta el Segundo Nivel. Los ángeles son inferiores a los humanos, de menos prestigio. Ellos están para servirnos.

P: ¿Y ellos nunca van más allá de eso?

M: ¡No! Excepto cuando llegan a ser humanos. Todos envidian a los humanos, porque Dios mora dentro de ellos. Nosotros tenemos todas las facilidades para ser uno con Dios, los ángeles no. Es complicado. Hablaremos sobre eso otro día.

Hay diferentes cosas hechas para nuestro uso, también ustedes comprenden, las diferentes clases de ángeles. Por ejemplo, si es hecho por Dios, entonces es hecho para servirnos. Y no deberían..., no deben ir más allá de eso. Pero ellos podrían. Algunas veces, algunas cosas son hechas sin el arreglo adecuado para progresar.

Por ejemplo, en su casa usted fabrica algo para su propia comodidad. Incluso aunque es muy fantástico. Por ejemplo, usted se sienta aquí y puede encender y apagar las luces de toda la casa y el jardín y encender y apagar la televisión, pero como usted lo inventó es sólo para usted, pero esto es sólo para servirlo. Aunque piense que en cierto modo, es mejor que usted en algunos aspectos, porque puede controlarlo todo y usted no lo puede controlar por medio del esfuerzo humano, pero eso no significa que es mejor que usted. Fue hecho con el único propósito de servirlo y a pesar

de que parece ser mejor que usted, en realidad no lo es. ¿De acuerdo? Bueno, la computadora nunca podrá ser un ser humano.

P: Maestra Ching Hai, me gustaría saber, si debido a que ahora estamos en el cuerpo, ¿esto significa que no pudimos liberarnos anteriormente? ¿Hemos estado permanentemente en este estado o anteriormente estuvimos en un estado mejor, o solamente en este estado? ¿Cuál es la actitud o disposición correcta para avanzar rápidamente?

M: ¿Dejar el cuerpo para adelantar? Sí, podemos hacerlo si sabemos cómo. Sí. Hay muchos métodos para dejar el cuerpo e ir más allá de este mundo. Algunos no van muy lejos, otros van muy lejos y algunos llegan hasta el final. De acuerdo a las comparaciones que he hecho según he investigado desde que era joven, aunque todavía me veo joven ahora, pero era más joven entonces. Nuestro Método es el mejor, ¡Sí!, Va hasta el puro final, al puro final, hasta los confines.

Hay muchos otros métodos, si usted elige experimentar, usted puede elegir, hay muchos en el mercado: algunos van al mundo astral, algunos van al Tercero o al Cuarto, pero no muchos pueden llegar al Quinto. Así que nuestro método, nuestra práctica es para llevarlo al Quinto antes de que le liberemos. Dejarlo caminar por su cuenta. Más allá del quinto nos

aproximamos a un aspecto diferente de Dios, pero no siempre es placentero.

Siempre nos imaginamos que entre más alto mejor será, pero esto no siempre es verdad. Por ejemplo, algunas veces vamos a un palacio muy bello y entonces nos invitan a la sala del señor. Nos sentamos allá y nos sirven bebidas frescas, una deliciosa comida y todo. Entonces pensamos en dar un vistazo a otros lugares de la casa, nos aventuramos y llegamos al lugar dónde está la basura y conocen muchas otras cosas en la casa. No siempre es importante. También nos aventuramos en la casa de la fuente de energía, nosotros nos aventuramos en la casa de potencia eléctrica, la cual está detrás de la casa o un poco más allá y nos electrocutamos y nos morimos ahí. Así que no siempre es recomendable profundizar, pero lo podemos hacer por la aventura.

P: Tengo dos preguntas. Una es: ¿De qué mundo provienen las memorias de vidas pasadas, si es que usted pudiera tener las memorias de la vida pasada? Y segunda, ¿Cómo se relacionan las vidas pasadas al karma presente y al entendimiento presente de uno? ¿Son parte del "equipaje excesivo"?

M: Sí, sí. Ellos están íntimamente relacionados. Primera pregunta, ¿De dónde viene nuestro karma pasado? Puede leer los registros de vidas pasadas, por supuesto. Los registros de vidas pasadas, como ya lo he dicho, vienen del registro Akásico. Sí. Esta es una

especie de biblioteca, en el Segundo Mundo, la cual es accesible a cualquiera que pueda llegar ahí. No todos tienen acceso y pueden ir a la biblioteca de las Naciones Unidas. Pero, por ejemplo, yo puedo ir hoy porque he sido invitada a las Naciones Unidas. ¿De acuerdo? No todos pueden, pero ustedes sí porque son un tipo de residentes aquí. Así que de forma semejante, cuando tenemos acceso al Segundo Mundo, podemos leer las vidas pasadas. También cuando tenemos acceso al Primer Mundo, a algo de él, podemos ver algo de las vidas pasadas de una persona. Pero esto no es muy elevado y el registro no es muy completo.

¿Cómo estas experiencias de las vidas pasadas se relacionan con el karma presente? Podemos decir que esas son las experiencias que hemos adquirido para poder arreglárnoslas en esta vida. Lo que han asimilado en el pasado, lo pondrán en práctica en la vida presente. De manera semejante, demasiadas experiencias no placenteras lo atemorizarán, cuando vea algún símbolo que es muy semejante a la vida pasada. Por ejemplo, si en la última vida, se ha caído de las escaleras por accidente en la oscuridad y estaba muy herido y nadie lo ayudó. Ahora cuando baja las escaleras, especialmente cuando está oscuro y es muy profundo, se sentirá asustado y tendrá una lucha interna antes de decidir si va o no. Si en su vida pasada ha estudiado y ha hecho investigaciones muy profundas relacionadas con un campo científico, encontrará que en esta vida también está muy

interesado en eso. Así que aún se sentirá atraído por cualquier tipo de investigación científica, aunque ahora no sea científico. O algo semejante a eso.

Por eso es que Mozart era un genio cuando tenía cuatro años, fue directo al piano y se hizo famoso y lo es aún ahora. Él era un genio porque practicó en otras vidas hasta obtener el dominio completo, pero después de esto murió. Antes de que alcanzara el clímax de su carrera murió y no estaba satisfecho con dejar su carrera, porque adoraba la música. Así que él regresó y también todo su talento musical, porque tenía un deseo fuertísimo de seguir cuando murió.

Algunas de estas personas aprenden muchas cosas del mundo astral o del Segundo Mundo antes de renacer en este mundo otra vez. Por lo tanto ellos tienen extraordinarios talentos científicos, musicales, literarios o cualquier clase de inventos, que la gente común no conoce. Comprenden, inventos extraordinarios que las otras personas no pueden entender y ni siquiera imaginan inventar. Porque ellos los han visto, los han aprendido.

Por lo tanto, hay dos tipos de aprendizaje: en este mundo o en el mundo del más allá. Aquellos que están dotados y son excelentes como los genios, son expertos del mundo del más allá, como el Mundo Astral; el Segundo Mundo, algunas veces del Tercer Mundo, si ellos escogen venir, son excelentes, son genios.

P: ¿Cuáles son los compromisos que conlleva su iniciación y cuál es la práctica diaria una vez que nos hemos iniciado?

M: Bien, primero que todo es gratuito, no implica ninguna atadura. Excepto que usted misma se compromete si es que quiere continuar avanzando. En cuanto a condiciones, no se necesita ninguna experiencia previa. No se requiere tener conocimientos previos acerca de ningún tipo de yoga, o algún tipo de meditación. Sin embargo, usted misma tiene que comprometerse con una dieta vegana para toda la vida, nada de huevos. Todo lo que no esté relacionado con la matanza, está bien.

Los huevos aunque no estén fecundados, comerlos implicaría al menos la eliminación de la mitad de una vida. Además, los huevos tienen la cualidad de atraer fuerzas negativas. Por eso es que en magia negra y en magia blanca y la llamada gente del vudú utilizan huevos para sacar los espíritus de las personas poseídas. ¿Sabían esto o no? (Algunos contestan: Sí) ¿Lo sabían? ¡Ah, es fantástico! Aunque con usted la iluminación inmediata todavía no ha venido, pero al menos la prueba inmediata sí. (Risas).

En el momento de la iniciación experimentarán la Luz y el Sonido de Dios. La música del espíritu lo atraerá a estados elevados de conciencia. Comprenderá la experiencia del Samadhi, la alegría y la paz

insondables. Y después de esto, si lo toma en serio, continuará la práctica en su casa. Si no lo hace, yo no la puedo presionar para eso, yo no puedo molestarla nunca más. Si usted continúa y desea que yo siga ayudándola, entonces yo seguiré ayudándola. Si no lo desea, entonces será como usted quiera. Dos horas y media de meditación al día. Se levanta temprano y medita en la mañana y también antes de dormir y tal vez una media hora al medio día. Cuando yo no estoy aquí para hablarles, ustedes tienen una hora para almorzar, pueden esconderse en algún lugar y meditar. Por ahí tenemos una hora. Y en la noche hace una hora o media hora más. En la mañana se levanta temprano y medita una hora.

Ajusten más su vida, usted sabe, menos televisión, charlar menos, menos teléfono, menos periódicos, entonces usted tendrá muchísimo tiempo. Si, en realidad tenemos mucho tiempo, pero lo desperdiciamos. Así como nuestro automóvil que lo utilizamos para dar vueltas por nuestro patio en lugar de ir a Long Island. Sí. ¿Está satisfecha con esto? (La persona que pregunta: ¡Sí!) No le pondremos ninguna condición excepto que usted misma se comprometa con esta práctica para toda la vida. Cada día experimentará diversos cambios para mejorar y diferentes milagros en su vida, no es que usted los desea, es que éstos ocurrirán de todos modos. Si realmente lo toma en serio, entonces experimentará el significado de vivir el cielo aquí en la Tierra. Por eso es

que muchos cientos de miles de discípulos todavía continúan, todavía me siguen después de muchos años, porque ellos tienen mejores y mejores experiencias, porque ellos se lo han tomado en serio y practican de verdad.

P: Por favor explique la naturaleza de la conciencia.

M: La naturaleza de la conciencia, está bien, es difícil de explicar, pero puede utilizar su inteligencia para imaginarlo. Es un tipo de sabiduría, como cuando sabe algo mucho mejor que antes. Sí, saben algo que está más allá de este mundo, saben algo en este mundo de lo que antes no sabían y comprenden muchas cosas que no comprenden o comprendían antes. Esto es la conciencia.

Y también cuando abran esa conciencia, o la llamada sabiduría, entenderán verdaderamente quién es, por qué esta aquí y qué más hay más allá de este mundo y quien más, más allá o aparte de los ciudadanos de este mundo. Hay muchas cosas. Así que, el nivel de conciencia tiene relación con los diferentes grados de entendimiento. Es semejante a cuando se gradúa en la universidad. Entre más aprende, más sabe, hasta que se gradúa.

Es difícil de explicar algo que es abstracto, pero lo he intentado. Es un tipo de conciencia. Es difícil explicar la conciencia. Cuando va a diferentes niveles más elevados de conciencia, su conocimiento es diferente.

Comprende las cosas de manera diferente y se siente diferente. Se siente absolutamente en paz, tranquilidad y bienaventuranza. No tiene preocupaciones y todo en su vida diaria llega a estar claro para usted. Sabe cómo manejar las cosas y cómo resolver los problemas de una mejor manera. Aún en el ámbito físico obtiene beneficios y dentro usted, solo usted sabe, como se siente. Es difícil explicar estas cosas. Es similar a cuando se casa con la mujer que ama. Sólo usted sabe cómo se siente. Nadie más lo puede sentir por usted.

P: Honorable Maestra, gracias por el conocimiento que nos ha dado. Me pregunto si usted podría referirse a algo que ha estado en mi conciencia. ¿Por qué hay tantos Maestros en la Tierra en este momento ofreciéndonos la oportunidad de aprender muy rápidamente, mientras que en el pasado era tan difícil? ¿Podría referirse a eso?

M: Sí, por supuesto. Porque en nuestra época, la comunicación es mejor. Por eso sabemos más acerca de los Maestros, pero eso no quiere decir que en el pasado no existían o que en el pasado eran inaccesibles. Por supuesto, es verdad, que muchos Maestros son más accesibles que otros. Depende de su voluntad para dar, o de su afinidad con todas las personas en general. Pero en cada era hay uno, dos, tres, cuatro o cinco Maestros, dependiendo de las necesidades del momento, sólo que ahora somos más conscientes de la presencia de muchos Maestros

diferentes, quizás, maestros de diferentes grados, porque en esta época tenemos la fortuna de contar con los medios de información colectiva, tenemos la televisión, la radio, los libros, los cuales podemos imprimir en millones, o en miles de millones de copias en un tiempo muy breve.

En los tiempos antiguos si queríamos imprimir un libro, primero teníamos que cortar todo el árbol nosotros mismos y picarlo, utilizando instrumentos muy simples, los cuales se descomponían en poco tiempo o quedaban fuera de uso en poco tiempo y tenían que ser afilados con piedras o todo tipo de cosas y había que labrar una palabra tras otra. Cuando querían trasladar toda una serie de Biblias, se necesitaba toda una caravana, grandes camiones, si es que tenían camiones en aquel tiempo. Así que, es por eso que conocemos muchos Maestros.

Sí, por lo tanto, es una fortuna que en estos días exista la oportunidad de escoger el maestro que deseen. Así que nadie podrá engañarlos diciendo: "Yo soy el mejor". Sí, ciertamente podrán comparar y usar su sabiduría para juzgar. "¡Ah!, este es mejor, "o "Aquel me gusta más", "Su cara es espantosa", "¡Ah!, aquel otro es feo". (Risas)

P: Ya que usted habló acerca de ir de compras, ¿consideraría iniciar a alguien que fue iniciado por otro Maestro?

M: Lo haría únicamente si esa persona verdaderamente cree que Yo la puedo llevar a un nivel más alto y más rápidamente. De lo contrario, es mejor mantenerse con el maestro de uno, si todavía se siente muy atado y tiene mucha fe en ese Maestro. Si cree que su Maestro es el mejor, entonces no lo cambie. Si todavía tiene dudas, si todavía no ha obtenido la Luz y el Sonido que les he mencionado, entonces puede probar. Sí, porque la Luz y el Sonido son el patrón de medida de un Maestro real. Si alguien no es capaz de darte la Luz y el Sonido de inmediato, no es un Maestro real, siento decirlo. El camino hacia el cielo está equipado con la Luz y el Sonido.

De manera semejante a cuando vas a bucear al mar tienes que equiparse con una máscara de oxígeno y todo tipo de cosas. Cada cosa tiene su propósito. Es por eso que puedes ver a todos los santos con un halo alrededor de ellos. Esto es Luz. Cuando practica este método, usted irradia la misma Luz que pintan alrededor de Jesús y la gente la puede ver. Si alguien es psíquico, pueden ver su Luz. Por eso es que pintan a Jesús con la aureola y pintan al Buda con luz alrededor de ellos. Usted puede ver a los practicantes de alto nivel con esta luz, si usted está abierto [la Maestra apunta hacia Su ojo de la sabiduría]. Muchas personas pueden ver esto. ¿Algunos de los que están aquí lo han visto? ¿Usted? ¿Qué ha visto?

P: Bueno yo puedo ver las auras...

M: Sí, pero las auras son diferentes de la Luz. Las auras son de diferentes colores, algunas veces son negras, cafés, amarillas o rojas. Depende de su temperamento en aquel momento. Pero cuando vemos a una persona con una aura espiritual muy fuerte, entonces sabemos que es diferente. ¿De acuerdo?

P: Realmente no tengo una pregunta. Yo practiqué Raja Yoga por algún tiempo. Yo creo que veía auras, quiero decir en aquel tiempo, no tenía mucho conocimiento o entendimiento.

M: ¿Y no las ve ahora? ¿Las ve únicamente de vez en cuando?

P: No, ahora no medito.

M: Ah, por eso es que ha perdido su poder, debería volver a meditar. Si todavía cree en esa senda, debería meditar. La puede ayudar en cierta medida. No le hará daño. ¿De acuerdo?

P: Observé en la hoja que hay cinco lineamientos. Una vez que se es iniciado, ¿se debe vivir de acuerdo con estos lineamientos?

M: Sí, sí, sí. Estas son las leyes del universo.

P: No entiendo lo que significa "conducta sexual desordenada".

M: Significa que si ya tiene un esposo, por favor no piense en tener un segundo. [Risas] Muy simple. Mantenga su vida lo más simple, sin ninguna complicación, ni disputa relativa a las emociones. Sí.

Hiere los sentimientos de las otras personas. Eso es lo que es. Tratamos de evitar conflictos. Tratamos de evitar el sufrimiento emocional, físico, mental, para todos, especialmente nuestros seres queridos. Eso es todo.

Si en este momento ya tiene uno, no se lo diga. El dolor es mayor cuando se lo dice. Resuélvalo poco a poco y de manera silenciosa, pero no se lo confiese. Porque algunas personas piensan que si tienen un amorío y van a la casa y se lo confiesan a su esposo o a su esposa es algo muy sabio y honesto. Esto son tonterías. No está bien. Si ya has cometido un error, ¿para qué traer basura al hogar y permitir que otros disfruten con esto? Si él no lo sabe, no se sentirá tan mal. El hecho de saberlo duele. Así que procuramos resolver el problema y no volverlo a tener otra vez, eso es todo. Es mejor no contarle a la pareja, porque hará daño, hará daño a la pareja.

P: He notado que muchos Maestros espirituales tienen un gran sentido del humor. ¿Qué relación tiene el humor con la práctica espiritual?

M: Creo que tal vez simplemente sea que se sienten felices, relajados y alegres acerca de todo. Ellos son capaces de reírse de sí mismos y de los otros. Reírse de las cosas ridículas de esta vida, a las cuales tanta gente se aferra y en las que piensan tan seriamente.

Después de un tiempo de practicar, nos sentimos relajados. No nos sentimos muy serios nunca más, si debemos morir mañana, moriremos; si debemos vivir, viviremos. Si debemos perderlo todo, lo perdemos, si lo tenemos todo, entonces lo tenemos todo. Ciertamente, después de la iluminación tendremos la suficiente habilidad para cuidar de nosotros mismos en cada situación. Así que no le tememos a nada. Perdemos nuestro miedo y la ansiedad. Por eso es que estamos relajados. Nos sentimos distanciados al mundo. Ya sea que tengamos ganancias o pérdidas, no significa mucho para nosotros. Si obtenemos muchas ganancias, esto es sólo para el beneficio de las personas, entonces lo ofrecemos y para el beneficio de los que amamos. De lo contrario, no nos consideramos a nosotros mismos o a nuestra vida tan importante para tener que pasar toda esa lucha y sufrimiento para preservarla. Si la preservamos, está bien, esto no significa que todo el día estemos sentados en la cama o en la cama de clavos y entonces meditemos. Sino que trabajamos.

Por ejemplo yo aún trabajo. Pinto y hago artesanías para ganarme la vida. Así que, no quiero aceptar donaciones de nadie. Sin embargo, mis ganancias son tan grandes que dan aún para que ayude a la gente. Puedo ayudar a los refugiados, a las víctimas de los desastres y todo eso. ¿Por qué razón no deberíamos trabajar? Después de la iluminación tenemos tantas habilidades y talentos que simplemente no sentimos la

necesidad de preocuparnos. De manera que naturalmente nos sentimos relajados. De ahí nace el sentido del humor. Supongo que así es. ¿Me encuentran divertida? (El auditorio: ¡Sí!) [Risas y aplausos]. Entonces quizás, Yo sea una Maestra que tiene un tipo de..., [Risa]. Esperemos que así sea, para su beneficio, que no hayan escuchado a una persona no iluminada por dos horas, sería una pérdida de tiempo.

P: Estas son el tipo de preguntas que nosotros, como almas buscadoras, siempre nos hemos hecho y hemos recibido teorías e historias como respuestas, por lo que me gustaría saber qué es lo que usted puede decir al respecto. La primera es, ¿Quiénes somos nosotros? ¿Quién soy yo? ¿Cómo es que yo llegué a estar en la difícil situación de que debo regresar a mi hogar? ¿Cómo fue que dejé mi hogar y por qué es importante volver al hogar? Usted habló acerca de ir al Quinto Reino y que no era necesariamente importante ir más allá de ese. Pero si hay uno más allá, ¿entonces cuál es su propósito? ¿Qué relación tiene esto conmigo si yo no necesariamente voy a volver allá?

M: Se está poniendo divertido ahora. [Risas y aplausos] Bien. En relación a la pregunta de, "¿Quién soy yo?", puede ir y preguntar a un Maestro Zen, que abundan en el estado de New York. Puede mirar en las páginas amarillas para localizar uno. [Risas] No estoy especializada en eso.

La segunda: "¿Por qué estás aquí?" Quizás porque a usted le gusta estar aquí. ¿O quién más puede forzarnos a estar aquí, ya que somos los hijos de Dios? Los llamados hijos de Dios son como Dios mismo. ¿No? Un príncipe es semejante al rey en algunos aspectos, más o menos como el rey, o el futuro rey. Así que, solo cuando a él le guste estar en un lugar, entonces estará allí. De cualquier manera, tenemos libre albedrío para escoger estar en el cielo o estar en cualquier otro lugar para experimentar por nosotros mismos. Por eso es que usted probablemente ha escogido estar aquí desde el principio, hace muchas eras, para aprender algo más aventurero, algo más aterradorante. A algunas personas les encantan las experiencias que producen miedo.

Por ejemplo, el príncipe puede estar en el palacio, pero podría estar deambulando por la selva, porque le encanta explorar cosas en la naturaleza. Podría ser de esa forma. Podría haber sido que estábamos muy aburridos, aburridos en el cielo, porque todo estaba ya hecho y servido a las puertas de nuestro palacio, así que, queríamos hacer algo por nosotros mismos. Igual que las amas de casa, de la realeza, algunas veces deciden cocinar ellas mismas y no quieren a los sirvientes cerca. Y se embadurnan de aceite y tomate, así como todo el lugar, pero les fascina. No se ve muy principesco, pero les encanta.

Yo por ejemplo, tengo gente que maneja para mí. A cualquier lugar que vaya, a las personas les encanta ser mis conductores. Pero algunas veces, me gusta manejar por mí misma. Manejo mi pequeño triciclo, el cual no produce contaminación, es de enchufe eléctrico, diez kilómetros por hora. Me gusta pasear de esta manera. Ya que a todo lugar que voy, la gente está muy atenta a mí, a veces quiero ir a algún lugar en el que la gente no me conozca. Soy muy tímida, excepto cuando tengo que dar conferencias porque esto se ha vuelto un deber, desde que la gente me descubrió y me hizo famosa hasta este momento. No puedo fugarme con mucha frecuencia, pero a veces lo hago, por dos o tres meses. Así como una esposa consentida se escapa de su marido. Por lo tanto, es mi elección.

Así que, tal vez, usted ha escogido estar aquí por algún tiempo. Y tal vez ahora es tiempo de que usted quiera regresar, porque ha aprendido suficiente de este mundo y siente que no hay nada más que quiera aprender y está cansado de viajar. Quiere descansar. Ir a Casa, tener primero un descanso. Y entonces verá si quiere ir otra vez o no, a un viaje de aventuras. Eso es todo lo que le puedo decir hasta el momento.

¿Por qué tiene que regresar a Casa? ¿Y por qué el Quinto y no el Sexto? Esto queda a su elección. Después del Quinto, puede ir a cualquier lugar que quiera. Hay muchos niveles más hacia arriba. Pero es más reconfortante, más neutral el permanecer allí. Es

demasiado poderoso, ir más arriba, quizás es así. Puede ir por un tiempo, pero tal vez no le guste descansar.

Por ejemplo, su casa es hermosa, pero hay algunas partes de la casa como el retrete y no querría descansar ahí para siempre, incluso aunque estén más allá de su casa. Es como la montaña que entre más alta, más hermosa, pero no es el lugar para descansar. O como el cuarto desde donde se alimenta con energía eléctrica a la casa, el generador, es ruidoso, estrepitoso, caliente y peligroso. Así que, no quisieras estar ahí aunque es muy útil para la casa. Eso es todo.

Hay muchos aspectos de Dios que no podemos imaginar. Siempre imaginamos que entre más alto vamos, más amoroso será, pero hay diferentes tipos de amor. Hay un amor violento, un amor fuerte, amor apacible, amor neutral. Así que, depende de lo que nosotros podamos soportar. Dios nos dará diferentes grados de amor. Correcto. Los diferentes niveles ofrecen diferentes grados de amor de Dios. Pero algunas veces es muy fuerte, sentimos que nos hacen trizas.

P: Veo que hay mucha destrucción a mi alrededor, destrucción ambiental. Crueldad hacia los animales. Me pregunto: ¿cómo percibe usted esto y qué recomienda a las personas que están tratando de liberarse de este mundo en una forma espiritual, para

ayudarles a hacer frente a sus entornos y enfrentarse con toda la devastación que ocurre alrededor de ellas? ¿Y cree usted que yendo más allá de este mundo es suficiente para reconocer lo que dejamos atrás, o cree que en este plano tenemos el deber de tratar de aliviar el sufrimiento? ¿Hará esto algún bien?

M: Lo hará. Lo hará. Al menos para nosotros, para nuestra conciencia, para sentir que estamos haciendo algo, que hemos tratado de hacer lo mejor para aliviar el sufrimiento de nuestros hermanos. Yo hago lo mismo. Cualquier cosa que pida, lo estoy haciendo, lo hice, lo hago y lo haré.

Ya les he dicho, que nuestros recursos económicos son distribuidos a diferentes organizaciones, algunas veces, o a diferentes países, cuando hay desastres. No quiero hacer alarde de ello, pero ya que pregunta, por ejemplo, ayudamos a Filipinas el año pasado, para socorrer a las víctimas del Monte Pinatubo. También ayudamos a las víctimas de las inundaciones en Au Lac y China, etcétera. Y estamos tratando de ayudar a los refugiados de Au Lac, tratamos de ayudar a las Naciones Unidas a sobrellevar esa carga, suponiendo que las Naciones Unidas quieran que ayudemos. Pero estamos intentándolo. Los ayudamos con apoyo económico y también podremos reubicarlos, si las Naciones Unidas permiten que eso suceda, con la bendición de las Naciones Unidas.

Sí, así que si hacemos todas estas cosas que usted ha pedido y también aprovechando el que ya estamos aquí, podemos limpiar el ambiente tanto como sea posible. Por lo tanto, ayudamos con el sufrimiento y también con el patrón moral del mundo. Espiritualmente y físicamente. Sí. Porque algunas personas no desean recibir ayuda espiritual de mí. Ellas solo quieren recibir ayuda física. Así que, los ayudamos físicamente. Eso es lo que hacemos, por eso tengo que ganar dinero. Es por eso que no quiero vivir de las donaciones de las personas.

Todos mis monjes y discípulos tienen que trabajar como usted lo hace. Entonces, además de eso, también ayudamos espiritualmente; ayudamos con el sufrimiento del mundo, ayudamos a aliviar el sufrimiento del mundo. Tenemos que hacer esto. No significa que nos sentamos todo el día en Samadhi, a disfrutar nosotros mismos. Este es un Buda (ser iluminado) muy egoísta. No queremos tenerlo aquí.
[Risas]

P: Usted habló de un nivel en donde uno es consciente de que hay poderes que vienen de esa conciencia. Ahora, ¿qué sucede si uno es consciente de los poderes, que no sabe que los tiene, pero es consciente de que los tiene? Inclusive podría ser que sintamos que los tenemos. ¿Cómo accedes a eso o no accedes? En caso de que no accedas a eso, ¿cómo no ponerse impaciente con el proceso que ocurre alrededor?

Como que ves que el proceso lleva un curso lento y mundano, cuando sabes que puedes simplemente orar o hacer alguna otra cosa para que esto se resuelva de una manera mejor o más rápida. ¿Qué significado tiene y cómo accedemos a eso, con la bendición de que resultará bien? ¿Entiende lo que quiero decir?

M: Entiendo, entiendo. Lo que quiere decir es que cuando tenemos el poder de cambiar las cosas y cuando las cosas alrededor, van de una forma burocrática y muy lenta, ¿cómo tendría la paciencia de aguantarlo? ¿Verdad? O, ¿simplemente oraría, o haría algo de magia, o dirigiría el índice para acelerar el proceso? ¿Verdad? No lo haría, tengo paciencia porque debemos trabajar al paso de este mundo para evitar producir el caos. Sí.

Por ejemplo, un niño no puede correr. No porque usted tenga prisa, o quiera correr, hará que el niño tropiece y caiga. Por eso, tenemos que ser pacientes. Aunque tengamos el poder para correr, caminamos con el niño, sí. Por eso es que algunas veces también me siento frustrada e impaciente, pero me he enseñado a mí misma a ser paciente. Por eso es que tengo que ir a inclinar mi cabeza ante un presidente tras otro por los refugiados, a pesar de que nosotros queremos dar todo el apoyo financiero. Daríamos todo lo que tenemos, todo, millones de dólares o aún miles de millones. Tenemos que ir a través del sistema burocrático. Dar al César lo que es del César.

Yo no voy a blandir mi cabeza o apuntar un dedo a las Naciones Unidas, para que se apresuren. No, no. Causamos desastres en este mundo si usamos los poderes mágicos o síquicos. Tiene que ir de la manera que va. Pero podemos elevar el nivel de conciencia de las personas por medio de la sanación espiritual, la sabiduría espiritual y el entendimiento. Impartirles el conocimiento de tal forma que ellos estén dispuestos a hacerlo y cooperen. Esta es la mejor forma, no el uso de poderes mágicos. Yo nunca uso intencionalmente los poderes en ningún aspecto de mi vida. Pero los milagros simplemente ocurren en torno a los practicantes espirituales. Eso es muy natural, pero no intencional. No tratando de apurar las cosas. Sí, eso no es bueno. Los niños no pueden correr. ¿De acuerdo? ¿Estás satisfecha con mi respuesta?

Si alguna de mis respuestas no les satisface, háganmelo saber, porque puedo explicar con mayor amplitud. Pero, confío en que son muy inteligentes, ya que ustedes son los más escogidos e inteligentes de cada nación. Por lo tanto, no elaboro mucho.

Por cierto, tengo que decir, que es bueno que tengamos las Naciones Unidas. Sí, sí. Eliminamos muchos de los conflictos y guerras del mundo, aunque no podamos minimizarlas completamente. He leído los libros de las Naciones Unidas. Todos somos las Naciones Unidas. Y he seguido algunos de los trabajos de las Naciones Unidas. Y debo alabar sus esfuerzos y la eficiencia de las Naciones Unidas en el rescate de

rehenes, donde otra gente no pudo rescatarlos. Todo el poder del mundo no pudo rescatarlos y un comisionado de las Naciones Unidas lo hizo. Sí. Y muchas otras cosas concernientes a la ayuda en desastres, al problema de los refugiados.

He oído que ustedes tienen la responsabilidad de doce millones de refugiados. ¿No? Es mucho trabajo y las guerras y todo lo demás. Así que es bueno que tengamos a las Naciones Unidas. ¡Sí! Es muy bueno.

P: Gracias Maestra Ching Hai, por compartir Su sabiduría con nosotros. Tengo una pregunta. Es acerca del aumento de la población del mundo y el consecuente problema adicional en el abuso ambiental y una mayor demanda extra de alimento. ¿Podría hacer algún comentario en relación con el aumento de la población del mundo? ¿Se debe esto al karma del mundo? ¿O va esto a crear cierto tipo de karma en el futuro?

M: Tener más gente en este mundo, también es muy bueno. ¿Por qué no? Más multitud, más ruido, más diversión, ¿No? [Risas] No es realmente que tengamos sobrepoblación. No estamos distribuidos uniformemente. La gente se concentra en ciertas áreas del mundo y no quiere ir a otras áreas. Eso es todo. Tenemos muchas vastas áreas de tierras vírgenes que no han sido usadas. Muchas islas vírgenes, muchas vastas mesetas con verdes bosques y nada más. A la gente sólo le gusta concentrarse en New York, por ejemplo, [Risas], porque es más divertido aquí. Si un

gobierno o cualquier gobierno, es capaz de crear trabajos e industria y diferentes tipos de trabajos en diversos sitios, la gente también iría allí a trabajar. Ellos sólo se concentran en algunos lugares, porque es más fácil conseguir trabajo, o por la seguridad. Si la seguridad, la protección y las oportunidades de trabajo se ofrecen también en otras áreas, la gente iría allí también. Ellos irían por la seguridad, por su subsistencia. Eso es muy natural.

Por lo tanto, no debemos preocuparnos por la sobrepoblación. Debemos organizarnos mejor, para ofrecerles a los habitantes del mundo mejores oportunidades de trabajo y seguridad. Entonces cualquier lugar será igual. Nunca estaremos poblados en exceso.

En relación con su pregunta relativa a la comida, usted debería saberlo mejor, ya que en los Estados Unidos tenemos una gran cantidad de información disponible que habla de cómo preservar el mundo. La dieta vegana es una de las mejores formas de preservar los recursos del mundo, para alimentar la totalidad de la población mundial porque se desperdicia una inmensa cantidad de comida vegetariana, energía, electricidad, medicinas, para criar animales, en lugar de usar esto para alimentar a las personas. Muchos países del tercer mundo venden su comida vegetariana rica en proteínas por un bajo precio. Pero esto no ayuda mucho a resolver las necesidades de la otra parte de la población del mundo. Si distribuimos la comida

equitativamente, la dieta vegana ayudará a esto, no sólo para nosotros, no sólo para los animales, sino para todo el mundo.

Una investigación en una revista decía que si todos en el mundo fueran veganos, no habría más hambre en el mundo. También tenemos que organizarnos. Conocí a una persona que podía transformar el salvado de arroz en una comida muy nutritiva y aún en leche. La última vez hablamos acerca de esto. Él dice que con trescientos mil dólares él puede dar de comer a seiscientas mil personas en Ceilán, los pobres, los mal alimentados, las madres y todo ello. Verdaderamente es fantástico, porque de la manera como actuamos en muchas partes del mundo, desperdiciamos los recursos naturales, no es que no tengamos suficiente. Dios no nos pondría aquí para que nos muriéramos de hambre. En realidad, somos nosotros los que morimos de hambre.

Así que, tenemos que pensar mejor, pensar, organizarnos, pero todo esto necesita la colaboración de muchos gobiernos. Ellos tienen que bendecirnos con una honestidad absoluta, limpieza, dignidad y deseo de servir a la gente en lugar de servirse a sí mismos. Si tuviéramos esta bendición de los gobiernos de todos los países, no tendríamos realmente ningún problema. Ningún problema.

Tenemos que tener buenos líderes, buena organización económica, talento para gobernar y gobiernos honestos. Pero esto sucederá más rápidamente cuando

muchas personas, la mayoría de las personas o todas, lleguen a ser espirituales. Entonces conocerán la disciplina. Entonces conocerán los preceptos. Y entonces sabrán cómo ser honestos y limpios. Sabrán cómo utilizar su sabiduría. Podrán pensar en muchas cosas para reorganizar nuestra vida.

P: Eso parece algo muy difícil, porque tal y como yo veo las cosas, la mayoría del abuso al medio ambiente se da debido a la demanda de una población en crecimiento, a la necesidad de espacio para vivir, para construir casas, para vivir de la forma en que nosotros en el siglo veinte, sabemos y queremos vivir.

Por lo tanto, el abuso en las selvas del Brasil, el abuso del medio ambiente allá. La destrucción de los bosques húmedos. La tierra está siendo deforestada y esto produce inundaciones y no es que todas estas cosas no tengan relación con el exceso de población.

M: Sí, en este mundo, por supuesto, todas las cosas están interrelacionadas. La única manera es darle una solución desde las raíces, no de las ramas. Y la raíz es la estabilidad espiritual. ¿Comprende? [Aplausos]

Por lo tanto, lo único que tenemos que hacer es propagar el mensaje espiritual, aquel que conocemos y aferrarnos a la práctica espiritual. Esto es lo que las personas no tienen. Está bien conectarse a una máquina eléctrica y tener algunas luces y alguna música sedante y obtener el Samadhi. Pero si no

tenemos una disciplina moral, algunas veces usamos el poder para cosas malas. No lo podemos controlar.

Por eso es que en nuestro camino lo primero que enseñamos son los lineamientos. Los lineamientos son muy importantes. Debemos saber a dónde vamos para manejar nuestro poder. El poder, sin el amor, sin la compasión, sin el apropiado entendimiento de los valores morales, no tiene sentido. Se convierte en magia negra, en abuso. ¡Sí, verdaderamente, de ahí es donde procede la magia negra!

Así que es fácil obtener la iluminación, pero es difícil mantenerla. En nuestro camino si alguien no tiene la disciplina y no posee la moral adecuada, el Maestro le quitará el poder para que no haga mal uso de éste y no dañe a la sociedad. Esta es la diferencia, el Maestro tiene el control. El poder del Maestro, El poder del Maestro. ¿De acuerdo?

Sí, estoy muy contenta con todas sus inteligentes preguntas, muy inteligentes.

Las personas hacen estas cosas porque les falta sabiduría, como el abusar de la tierra como usted dijo, o el hacer algo debido a su falta de sabiduría. Sí, así que la raíz es la sabiduría, la práctica espiritual. Obtener la iluminación.

Les doy las gracias por su atención. Les deseo todo lo mejor.

La Iniciación: El Método Quan Yin

La Maestra Ching Hai, inicia en el Método Quan Yin, a las personas sinceras que anhelan conocer la Verdad. Los caracteres chinos “Quan Yin” significan la contemplación de la vibración del sonido. El método incluye la meditación en la Luz Interna y el Sonido Interno. Estas visiones internas han sido repetidamente descritas en la literatura espiritual de todas las religiones del mundo desde tiempos antiguos.

Por ejemplo, la Biblia cristiana dice: “En el principio era la Palabra y la Palabra estaba con Dios y la Palabra era Dios”. (Juan 1:1). Esta Palabra es el Sonido Interno. También se le ha llamado el Logos, Shabd, Tao, Corriente de Sonido, Naam, o la Música Celestial. La Maestra Ching Hai dice: “Eso vibra dentro de toda vida y sostiene todo el universo. La melodía interna puede sanar todas las heridas, satisfacer todos los deseos y apagar toda la sed mundana. Es todo poder y todo amor. Es debido a que estamos hechos de este Sonido, que el contacto con éste nos trae paz y felicidad a nuestros corazones. Después de haber escuchado el Sonido, la totalidad de nuestro ser

cambia, nuestra concepción de la vida cambia grandemente para mejorar”.

La Luz Interna, la Luz de Dios, es la misma luz referida en la palabra “Iluminación”. Su intensidad puede ir desde una sutil brillantez a la brillantez de muchos millones de soles. Es por medio de la Luz y el Sonido Internos que conocemos a Dios.

La iniciación en el Método Quan Yin no es un rito esotérico o una ceremonia para entrar en una nueva religión. Durante la Iniciación, se dan instrucciones específicas para meditar en la Luz y el Sonido Internos y la Maestra Ching Hai provee la “Transmisión Espiritual”. Esta primera experiencia de la Presencia Divina se da en silencio. La Maestra Ching Hai no necesita estar físicamente presente para abrir esta “puerta” para ustedes. Esta Transmisión es una parte esencial del Método. La técnica en sí misma es de poco beneficio sin la Gracia de la Maestra.

Debido a que usted puede oír el Sonido Interno y ver la Luz Interna inmediatamente después de la Iniciación, este evento a veces es llamado “Iluminación Repentina” o “Iluminación Inmediata”.

La Maestra Ching Hai acepta para la iniciación a personas de todas las formaciones y afiliaciones religiosas. Usted no tiene que cambiar su religión o sistema de creencias. No se le pedirá que se una a

ninguna organización o que participe en nada que no esté de acuerdo con su presente estilo de vida.

Sin embargo, se le pedirá que se haga vegano. Un compromiso de por vida con la dieta vegana es un prerequisite para recibir la Iniciación.

La Iniciación se ofrece gratuitamente.

La práctica diaria del Método Quan Yin de meditación y el guardar los Cincos Lineamientos son los únicos requisitos después de la iniciación. Los lineamientos le ayudarán a no dañarse a sí mismo ni a otros seres vivientes. Esta práctica profundizará y fortalecerá su experiencia de iluminación inicial y le permitirá al final, llegar al nivel más alto del Despertar o Divinidad. Sin la práctica diaria, de seguro usted casi olvidará su iluminación y retornará a un nivel normal de conciencia.

La meta de la Maestra Ching Hai es enseñarnos a ser autosuficientes. Por lo tanto, Ella nos enseña un método que puede ser practicado por todos sin amuletos ni atuendos de ningún tipo. Ella no busca seguidores, adoradores, ni discípulos, ni establecer alguna organización que requiera del pago de una membresía. Ella no aceptará dinero, que se incline ante ella ni que le ofrezca regalos, así que, usted no necesita ofrecerle esto a Ella.

Ella aceptará su sinceridad en la vida diaria y la práctica de la meditación, para que usted mismo progrese hacia la Santidad.

Los Cinco Lineamientos

1. Abstenerse de dañar a cualquier ser viviente*.
2. Abstenerse de hablar lo que no es cierto.
3. Abstenerse de tomar lo que no nos pertenece.
4. Abstenerse de una conducta sexual desordenada.
5. Abstenerse del uso de intoxicantes.**

* Este lineamiento requiere la estricta adherencia a una dieta vegana. Nada de carne, lácteos, pescado, pollo (aves de corral) ni huevos (fertilizados o no fertilizados)

**Esto incluye evitar todo tipo de venenos como: el alcohol, las drogas, el tabaco, los juegos de azar, la pornografía y las películas, literatura o videojuegos que sean excesivamente violentos.

“Una persona completamente divina es un ser humano completo. Un ser humano completo es completamente divino. Ahora somos únicamente seres humanos a medias. Hacemos las cosas con dudas, hacemos las cosas con ego. No creemos que es Dios quien arregla todo para nuestro disfrute, para nuestra experiencia.

Separamos el pecado y la virtud. Hacemos un alboroto de cualquier cosa y en consecuencia nos juzgamos a nosotros mismos y a las otras personas. Sufrimos de nuestras propias limitaciones acerca de lo que Dios debería hacer. ¿Entienden? Verdaderamente, Dios está dentro de nosotros y nosotros lo limitamos. Nos gusta disfrutar y jugar, pero no sabemos cómo. Únicamente les decimos a otros: ‘¡Ah! Usted no debería hacer esto’ y a nosotros mismos: ‘Yo no debería hacer esto. Yo no debo hacer esto. Por tanto, ¿Por qué debería ser vegano?’ ¡Sí! Yo sé. Yo soy vegano porque el Dios dentro de mí, así lo quiere”.

~Maestra Suprema Ching Hai~

“Cuando somos puros en nuestros actos, palabra y pensamiento, aún por un segundo, todas las deidades, los dioses, los ángeles guardianes nos apoyarán. En este momento, el universo entero nos pertenece y nos apoya y el trono está allí para que nosotros reinemos”.

~Maestra Suprema Ching Hai~

Los beneficios de una dieta vegana

Información compilada por los miembros de la Asociación

Un compromiso de por vida para una dieta vegana es un pre-requisito para la iniciación en el Método Quan Yin. Se permiten en esta dieta, las comidas de fuentes vegetales, pero no deben comerse todos los otros alimentos de fuentes animales, ni los huevos. Hay muchas razones para esto, pero la más importante proviene del primer lineamiento, el cual nos dice que debemos abstenernos de dañar a los seres sensibles, o “No matarás”.

El no matar o el no causarles daño a otras criaturas vivientes es de obvio beneficio para estas. Menos obvio es el hecho de que al abstenernos de causarles daño a otros, es igualmente ventajoso para nosotros. ¿Por qué? Por la Ley del Karma que dice: “Aquello que siembras, cosecharás”. Cuando usted mata o es la causa de que otros maten para usted, para satisfacer su deseo de comer carne, se incurre en una deuda kármica y esta deuda deberá al final ser pagada.

Así que, en un sentido verdadero, el mantener una dieta vegana es un regalo que nos damos a nosotros

mismos. Nos sentimos mejor, la calidad de nuestras vidas mejora y la pesadez de nuestra deuda kármica se reduce y se nos ofrece entrada dentro de los sutiles y celestiales reinos de las experiencias internas. ¡Vale la pena el pequeño precio que hay que pagar!

Los argumentos espirituales en contra del consumo de carne son convincentes para algunas personas, pero existen otras razones poderosas para ser vegano. Todas están basadas en el sentido común. Tienen que ver con asuntos relacionados con la salud y la nutrición, la ecología y el medio ambiente, la ética y el sufrimiento animal y el hambre en el mundo.

Salud y nutrición

Estudios de la evolución humana han mostrado que nuestros ancestros eran vegetarianos por naturaleza. La estructura del cuerpo humano no es apropiada para comer carne. Esto fue demostrado en un trabajo sobre anatomía comparada del Dr. G.S. Huntington de la Universidad de Columbia. Él manifiesta que los animales carnívoros tienen más cortos los intestinos delgado y grueso. Su intestino delgado se caracteriza por ser muy recto y liso. En contraste, los animales vegetarianos tienen ambos intestinos, el delgado y el grueso, más largos. Debido al bajo contenido de fibra y al alto contenido de proteína de la carne, los

intestinos de los animales carnívoros no requieren de un largo tiempo para absorber los nutrientes, así que, los intestinos de los carnívoros son más reducidos en longitud que los intestinos de los animales vegetarianos.

Los humanos, así como otros animales que son vegetarianos por naturaleza, tienen ambos intestinos, el delgado y el grueso, más largos. Juntos, nuestros intestinos miden ocho metros y medio (28 pies) de largo. El intestino delgado se pliega hacia atrás muchas veces y sus paredes son rugosas, no lisas. Debido a que nuestros intestinos son más largos que los encontrados en los carnívoros, la carne que comemos permanece en ellos durante un período más largo de tiempo. En consecuencia la carne se pudre produciendo toxinas. Estas toxinas están implicadas en el cáncer de colon y también incrementan el trabajo del hígado que tiene la función de eliminar las toxinas. Esto causa cirrosis e incluso cáncer de hígado.

La carne contiene mucha proteína uroquinasa y urea que sobrecargan los riñones y pueden destruir el funcionamiento de los mismos. Hay catorce gramos de proteína uroquinasa por cada libra de carne. Si las células vivientes se ponen en proteína uroquinasa líquida, su función metabólica se degenera. Más aún, la carne no contiene celulosa ni fibra y la ausencia de fibra produce estreñimiento. Se sabe que el

estreñimiento puede producir cáncer rectal y hemorroides.

El colesterol y las grasas saturadas en la carne, también crean enfermedades cardiovasculares. Las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en los Estados Unidos y ahora en Formosa. El cáncer es la segunda causa de muerte. Los experimentos han mostrado que el quemar o rostizar la carne produce un elemento químico, el metilcolantreno, que es un poderoso carcinógeno.

La mayoría de la gente supone que la carne es limpia y segura, que se hacen inspecciones en las carnicerías. Hay demasiado ganado, cerdos, aves, etc., que se matan para ser vendidos cada día, para que en realidad se examinen uno por uno. Es muy difícil saber si un pedazo de carne tiene cáncer, ni que decir el verificar cada animal. Por lo general la industria de la carne sólo corta la cabeza cuando tiene un problema, o corta la pierna que está enferma. Sólo las partes malas son eliminadas y el resto se vende.

El famoso doctor vegetariano, Dr. J.H. Kellogg dijo: "Cuando comemos alimentos vegetarianos no tenemos que preocuparnos por la clase de enfermedad de la

que murió nuestra comida. ¡Esto hace que la comida sea placentera!”

También hay otra preocupación. Los antibióticos, así como otras drogas, incluidos los esteroides y las hormonas del crecimiento, son agregados a los alimentos o bien inyectados directamente en los animales. Se ha reportado que las personas que comen estos animales absorberán estas drogas en su cuerpo. Es posible que los antibióticos en la carne estén disminuyendo la efectividad de los antibióticos para uso humano.

Hay algunas personas que consideran que la dieta vegetariana no es lo suficientemente nutritiva. Un experto cirujano norteamericano, el Dr. Miller, ejerció la medicina en Formosa por cuarenta años. Él estableció un hospital allá, donde todas las comidas eran vegetarianas, tanto para el personal como para los pacientes. Él decía: “Las medicinas que nos provee la ciencia moderna han progresado en gran medida, pero sólo pueden tratar la enfermedad. La comida sin embargo puede mantener nuestra salud”. Él manifestaba que “...la comida proveniente de las plantas es una fuente más directa de nutrición que la carne”. La gente come animales, pero la fuente de nutrición de los animales que comemos son las plantas. La vida de los animales es corta y los animales tienen casi todas las enfermedades que tiene la humanidad. Es muy probable que las enfermedades de

la humanidad provengan de comer la carne de animales enfermos. Así que, ¿por qué la gente no obtiene su nutrición directamente de las plantas? El Dr. Miller sugería que lo único que necesitamos comer es: cereales, frijoles (legumbres) y vegetales para obtener todos los nutrientes que necesitamos para mantener una buena salud.

Mucha gente tiene la idea que la proteína animal “es superior” a la proteína vegetal, porque la primera es considerada proteína completa y la última es considerada incompleta. La verdad es que la proteína de algunas plantas es completa y que la combinación de alimentos puede crear proteína completa a partir de diversos alimentos de proteína incompleta.

En marzo de 1988 la Asociación Dietética Americana publicó: “La posición de la ADA es que las dietas vegetarianas son saludables y nutritivamente adecuadas, cuando se planean adecuadamente”.

Se cree erróneamente que los que comen carne son más fuertes que los vegetarianos, pero un experimento conducido por el Profesor Irving Fisher de la Universidad de Yale con 32 vegetarianos y 15 comedores de carne, mostró que los vegetarianos tienen más fortaleza que los comedores de carne. Él pidió a las personas que mantuvieran extendidos sus brazos por el tiempo que les fuera posible. El resultado de la prueba fue muy claro. De los 15 comedores de

carne sólo dos personas pudieron extender sus brazos por un período entre quince y treinta minutos; de los 32 vegetarianos, 22 personas extendieron sus brazos entre quince y treinta minutos, 15 personas durante más de treinta minutos, 9 personas por más de una hora, 4 personas por más de dos horas y un vegetariano mantuvo sus brazos extendidos por más de tres horas.

Muchos atletas corredores de larga distancia mantienen una dieta vegana o vegetariana por el tiempo que precede a la competencia. La Dra. Bárbara More, una experta en la terapia vegana y vegetariana completó una carrera de ciento setenta y seis kilómetros (110 millas) en veintisiete horas y treinta minutos. Una mujer de cincuenta y seis años rompió todas las marcas obtenidas por los hombres jóvenes. “Yo quiero ser un ejemplo para mostrar que aquellas personas que tienen una dieta vegetariana completa disfrutarán de un cuerpo fuerte, una mente clara y una vida purificada”.

¿Tienen los veganos suficientes proteínas en su dieta? La Organización Mundial de la Salud recomienda que el 4.5% de las calorías provengan de las proteínas. El trigo tiene 17% de sus calorías como proteínas, el brócoli tiene el 45% y el arroz el 8%. Es muy fácil tener una dieta rica en proteínas sin comer carne.

Con el beneficio adicional de poder evitar muchas enfermedades causadas por las dietas ricas en grasas,

como las enfermedades del corazón y muchos tipos de cáncer, el veganismo es la mejor óptima.

Ha sido probada, la relación entre el exceso en el consumo de carne y otros alimentos provenientes de fuentes animales, que contienen altos niveles de grasas saturadas, con las enfermedades del corazón, con el cáncer de mama, cáncer del colon y derrames cerebrales. Otras enfermedades que a menudo se previenen y que algunas son curadas por una dieta vegana baja en grasas incluyen: piedras en los riñones, cáncer de próstata, diabetes, úlcera péptica, cálculos biliares, síndrome de intestino irritable, artritis, problemas en las encías, acné, cáncer de páncreas, cáncer de estómago, hipoglucemia, estreñimiento, diverticulitis, hipertensión, osteoporosis, cáncer de ovarios, hemorroides, obesidad y asma.

Aparte de fumar, no hay riesgo más grande para la salud que el comer carne.

Ecología y medio ambiente

Criar animales para el consumo de carne tiene sus consecuencias. Esto conduce a la destrucción de las selvas tropicales, al aumento de la temperatura a nivel global, contaminación del agua, escasez de agua, desertización, mal uso de los recursos energéticos y hambre a nivel mundial. La utilización de la tierra, el

agua, la energía y el esfuerzo humano para producir carne, no es una forma eficiente de utilizar los recursos de la tierra.

Desde 1960, el 25% de la selva tropical húmeda de Centroamérica ha sido cortada y quemada para sembrar pastizales para el ganado de carne. Se ha estimado que cada hamburguesa de 100 gramos hecha de carne proveniente de estas selvas, destruye 5 metros cuadrados de selva tropical húmeda. Además, el criar ganado contribuye a la producción de tres gases que contribuyen al calentamiento global; es una de las principales causas de la polución del agua, cada 450 gramos de carne requieren la sorprendente cantidad de 9.327 litros de agua. Sólo se requieren 110 litros de agua para producir 450 gramos de tomates y 526 litros para producir un bollo de pan integral de 450 gramos. Casi la mitad del trigo que se produce en Estados Unidos se utiliza para la alimentación de ganado y otros animales.

Muchas personas más podrían ser alimentadas si los recursos utilizados para criar ganado, fueran usados para producir cereales para alimentar a la población del mundo. Un acre de tierra, si se usa para producir avena y alimentar a la gente, produce 8 veces más proteína y 25 veces más calorías, que si se usa para alimentar el ganado. Un acre de tierra usado en la producción de brócoli produce 10 veces más proteína, calorías y niacina que un acre de tierra destinado a la

producción de carne. Las estadísticas como éstas son numerosas. Los recursos mundiales serían más eficientemente utilizados, si las tierras destinadas a la producción de ganado, se utilizaran para la agricultura y alimentar a la gente.

Tener una dieta vegana le permite a usted “tratar al planeta más amigablemente”. Con relación a tomar únicamente lo que necesitamos y reducir el exceso, se sentirá mejor cuando sepa que un ser viviente no tuvo que morir cada vez que usted come.

El hambre en el ámbito mundial

Cerca de mil millones de personas sufren de hambre y mala nutrición en este planeta. Más de cuarenta millones mueren de hambre y la mayoría de ellos son niños. A pesar de esto más de un tercio de la producción de granos se desvía y en lugar de alimentar a la gente se usa para alimentar ganado. En Estados Unidos el ganado consume el 70% de todos los granos que se producen. Si alimentáramos a la gente en lugar de al ganado nadie tendría que sufrir de hambre.

El sufrimiento de los animales

¿Es usted consciente del hecho de que más de cien mil vacas son sacrificadas todos los días en los Estados Unidos?

La mayoría de los animales en los países occidentales son criados en “granjas de cría intensiva”. Estas instalaciones están diseñadas para producir el máximo número de animales para el sacrificio con el mínimo costo. Los animales son hacinados, desfigurados y tratados como máquinas para convertir el alimento en carne. Esta es una realidad que la mayoría de nosotros no veremos con nuestros propios ojos. Se dice que “Una visita al matadero te hará vegano de por vida”.

Leo Tolstoi dijo: “Mientras haya mataderos habrá campos de batalla. Una dieta vegetariana es la prueba a nuestro humanitarismo”. Aunque la mayoría de nosotros no apoyamos la matanza, hemos desarrollado el hábito, fortalecido por la sociedad, de comer carne regularmente, sin tener conciencia real de lo que se le está haciendo a los animales que nos comemos.

La compañía de los santos y otros

Desde el principio de los registros históricos podemos ver que los vegetales han sido la comida natural de los seres humanos. Los primeros mitos griegos y hebreos todos hablan de gente que originalmente comía frutas. Los antiguos sacerdotes egipcios nunca comieron carne. Muchos filósofos griegos como Platón, Diógenes y Sócrates defendieron el vegetarianismo.

En la India, Buda Shakyamuni enfatizaba la importancia de “Ahimsa”, el principio de no dañar ningún ser vivo. Él pedía a Sus discípulos que no comieran carne, de lo contrario otros seres vivos se aterrorizarían al verlos. Buda hizo las siguientes observaciones: “El comer carne es solamente un hábito adquirido. En un principio no nacimos con el deseo para esto”. “La gente que come carne corta la semilla interna de la Gran Misericordia”. “La gente que come carne se comen los unos a otros... esta vida yo me lo como, la próxima usted me come... y continuará así por siempre. ¿Cómo podrán ellos algún día salir de los Tres Reinos (de la ilusión)?”

Muchos de los primeros taoístas, cristianos y judíos fueron vegetarianos. Está escrito en la Santa Biblia: “Y Dios dijo: Yo les he provisto con todo tipo de granos y frutas para que coman; pero para los animales salvajes y para todos los pájaros Yo he provisto la hierba y las plantas que tienen hojas como comida.” (Génesis 1:29). Otros ejemplos que prohíben el comer carne en la Biblia son: “No deben comer carne con sangre, porque la vida está en la sangre”. (Génesis 9:4).

“Dios dijo: ¿Quién les dijo que mataran esos bueyes y esas cabras para ofrecérmelos en sacrificio? Laven sus manos de esta sangre inocente para que así pueda oír sus plegarias; de lo contrario volveré mi cara porque sus manos están llenas de sangre. Arrepiéntanse para que así pueda perdonarlos”. (Isaías 1:11-16) San Pablo uno de los discípulos de Jesús, dijo en su carta a

los Romanos: “Es bueno el no comer carne ni tomar vino.” (Romanos 14:21)

Recientes descubrimientos históricos han encontrado muchos libros antiguos que han arrojado una nueva luz en la vida de Jesús y sus enseñanzas. Jesús dijo, “La gente que toma la carne de los animales se convierte en su propia tumba. Les digo honestamente, el hombre que mata, será matado. El hombre que mata seres vivientes y come su carne, está comiendo la carne de hombres muertos”.

Las religiones de la India también evitan el comer carne. Se ha dicho que, “La gente no puede obtener carne sin tener que matar. Una persona que daña los seres sensibles nunca será bendecida por Dios. ¡Así que eviten comer carne!” (Preceptos Hindúes)

Las Escrituras Sagradas del Islam, el Corán, prohíbe el “comer animales muertos, sangre y carne”.

Un Gran Maestro Zen Chino, Han San Tsé escribió un poema en que se oponía fuertemente al consumo de carne: “Corra rápidamente al mercado a comprar carne y pescado y alimento a su esposa y a sus hijos. Pero ¿por qué sus vidas deben ser tomadas para sostener la suya? No es razonable. Esto no le traerá afinidad con el Cielo, ¡sino que lo hará escoria del Infierno!”

Muchos famosos filósofos, científicos, líderes eminentes, atletas, escritores, artistas son/fueron vegetarianos y veganos. Las siguientes personas abrazaron todos el vegetarianismo con entusiasmo:

El Buda Shakyamuni, Jesucristo, Mahoma, Tsong Khapa, Aristóteles, Virgilio, Horacio, Platón, Ovidio, Petrarca, Pitágoras, Sócrates, William Shakespeare, Voltaire, Rabindranath Tagore, Leo Tolstói, Sir Isaac Newton, Charles Darwin, Albert Einstein, Albert Schweitzer, Nikola Tesla, Leonardo Da Vinci, Benjamín Franklin, Mahatma Ghandi, Abdul Kalam, Janez Drnovšek, Martina Navratilova (vegana, tenista), Carl Lewis, Paavo Nurmi, Edwin C. Moses, Georgia Fumante, Toby Maguire (vegano), Natalie Portman, Leona Lewis, Michael Jackson, Brian Greene, John Robbins (activista y escritor) por nombrar unos pocos.

Albert Einstein dijo: "Creo que los cambios y los efectos purificadores que la dieta vegetariana tienen en la disposición el ser humano, son muy beneficiosos para la humanidad. Por lo tanto es beneficioso y pacífico que las personas escojan el vegetarianismo". ¡Esta ha sido la recomendación de muchas figuras importantes y sabios a través de la historia!

Preguntas y respuestas de la Maestra

P: Aunque comer animales es matar seres vivos, ¿No es también comer vegetales una forma de matar?

M: Comer plantas es también matar seres vivos y por lo tanto también se crearán obstáculos kármicos; pero el efecto es mínimo. Si practicamos el Método Quan Yin durante dos horas y media cada día, podemos borrar este efecto kármico. Como tenemos que comer para sobrevivir, escogemos la comida que tenga la menor consciencia y sufra lo menos posible.

Las plantas están compuestas de un 90% de agua, por lo que su nivel de consciencia es tan pequeño que casi no tienen sufrimiento. Además, cuando comemos vegetales no cortamos sus raíces, más bien ayudamos en su reproducción asexual al cortar sus ramas y hojas. Y el resultado final será de beneficio para la planta. Por esa razón los horticultores dicen que hay que podar las plantas para que crezcan grandes y bellas.

Esto es aún más evidente con las frutas. Cuando la fruta madura, atrae a la gente a comerla por su olor fragante, bellos colores y delicioso sabor. Así es como los árboles frutales cumplen su propósito de propagar su semilla en una amplia área. Si no las arrancamos y las comemos, se madurarán en exceso y caerán al suelo para podrirse, la semilla queda bajo la sombra del mismo árbol y el sol no le ayudará a germinar y morirá. Por lo que comer vegetales y frutas es una tendencia natural, que no les produce ningún sufrimiento.

P: La mayoría de las personas tiene la idea de que los vegetarianos son más bajos y delgados y los que

comen carne son más altos y grandes. ¿Es eso correcto?

M: Los vegetarianos no son necesariamente más delgados y bajos. Si su dieta es equilibrada, también pueden ser altos y fuertes. Como pueden notarlos, todos los animales grandes, como los elefantes, las jirafas, los hipopótamos, el ganado, etc., comen sólo vegetales y frutas. Son más fuertes que los carnívoros, más mansos y beneficiosos para la humanidad. Los animales que comen carne son muy violentos y de poca utilidad para nosotros. Si los seres humanos comen muchos animales, ellos también serán afectados por los instintos y las cualidades de los animales. Las personas que comen carne no son necesariamente más altas y fuertes, pero su vida es más corta como promedio. Los esquimales casi en su totalidad se alimentan de carne, ¿acaso son altos y fuertes? ¿Viven una larga vida? Creo que esto lo pueden entender claramente.

P: ¿Pueden los vegetarianos comer huevos?

M: No. Cuando comemos huevos, también estamos matando seres. Algunos dicen que los huevos que se venden comercialmente no están fertilizados, por lo que comerlos no es matar seres vivientes. Esto es sólo aparentemente correcto. Un huevo permanece sin fertilizarse porque las circunstancias apropiadas para su fertilización han sido reprimidas, por lo que el huevo no pudo completar su propósito natural de desarrollo y convertirse en gallina. Y aunque esto no haya ocurrido,

aún contiene la fuerza de vida innata, necesaria para esto. Sabemos que los huevos tienen fuerza de vida innata; de lo contrario, ¿por qué el óvulo es el único tipo de células que pueden ser fertilizadas? Otros dicen que los huevos contienen nutrientes como la proteína y el fósforo, necesarios para el cuerpo humano. Pero la proteína se encuentra en los frijoles (legumbres) y el fósforo en muchos de los vegetales, como las papas. Sabemos que desde la antigüedad hasta ahora ha habido muchos grandes monjes o monjas que no comieron carne o huevos e incluso vivieron muchos años. Por ejemplo, el Maestro Yin Guang, comía solo una taza de vegetales y arroz en las comidas y vivió hasta los ochenta años. Además, las yemas de huevo tienen mucho colesterol, que es uno de los principales motivos de los desórdenes cardiovasculares, causa número uno de muerte en Formosa y Estados Unidos. ¡Con razón vemos que la mayoría de los pacientes son comedores de huevos!

P: El hombre cría animales y aves de corral, como cerdos, ganado, gallinas y patos. ¿Por qué no podemos comerlos?

M: ¿Y entonces? Si los padres crían sus hijos, ¿tienen derecho de comérselos? Todas las cosas vivientes tienen el derecho de vivir y nadie debe quitárselo. Si vemos las leyes de Hong Kong, incluso el suicidarse va contra la ley. ¿Cuánto más ilegal debe ser el matar a otros seres vivientes?

P: Los animales nacen para que la gente los coma. Si no los comemos, el mundo se llenará de ellos. ¿No es cierto?

M: Esta es una idea absurda. Primero, antes de matar el animal, ¿le preguntas primero si quieren que los mates y los comas o no? Todos los seres vivos desean vivir y tienen miedo de morir. No queremos ser comidos por los tigres, ¿por qué querrían los animales que los humanos los comieran? Los seres humanos existen en este mundo hace varias decenas de miles de años, pero antes de ellos ya existían muchas especies de animales. ¿Acaso llenaron el mundo? Los seres vivos mantienen un balance ecológico natural. Cuando hay muchos, las limitaciones de espacio y de alimentos motivarán una drástica reducción en su población. Esto mantiene la población a un nivel apropiado.

P: ¿Por qué yo debería ser vegano?

M: Yo soy vegana porque el Dios dentro de mí así lo quiere. ¿Entiende? El comer carne está en contra del principio universal del no querer ser matado. Nosotros no queremos que nos maten, ni queremos que nos roben. Ahora, si nosotros le hacemos esto a otras personas, entonces estaremos actuando en contra de nosotros mismos y esto nos hará sufrir. Todo lo que haga en contra de los otros, lo hará sufrir. Usted no debe golpearse y no debe darse de puñaladas. De la misma forma usted no debe matar, porque esto va en contra del principio de la vida. ¿Entiende? Esto nos

hará sufrir, así que no lo hacemos. No quiero decir que nos limitamos a nosotros mismos de ninguna manera. Quiere decir que expandimos nuestra vida a todos los tipos de vida. Nuestra vida no estará limitada a este cuerpo, sino que se extenderá a la vida de los animales y a la de todo tipo de seres. Esto nos hace grandes, más felices, e ilimitados. ¿De acuerdo?

P: ¿Podría hablarnos sobre el veganismo y cómo puede contribuir esto a la paz mundial?

M: Sí. Veá, la mayoría de las guerras en este mundo se dan por motivos económicos. Reconozcámoslo. Las dificultades económicas se hacen más apremiantes cuando hay hambre en los países, por falta de alimento o de distribución equitativa de alimento en los diferentes países. Si usted se toma el tiempo para leer algunas revistas e investigar los hechos sobre la dieta vegana, entonces sabrá esto muy bien. Criar animales y ganado para carne, ha motivado que nuestras economías quiebren en todos los aspectos. Ha sido la causa del hambre en el mundo, por lo menos en el tercer mundo.

No soy Yo la que digo esto, es un ciudadano estadounidense quien hizo esta investigación y escribió un libro sobre el tema. Puede ir a cualquier librería y leer investigaciones sobre el veganismo e investigaciones sobre el procesamiento de alimentos. Puede leer “Dieta para una nueva América” de John Robbins. Él es un millonario muy famoso, fabricante de

helados. Y lo dejó todo para convertirse en vegano y escribir un libro vegano contra su negocio de tradición familiar. Perdió grandes cantidades de dinero, su prestigio y negocio, pero lo hizo en honor a la verdad. Ese libro es muy bueno. Hay muchos otros libros y revistas que le suministran mucha información y detalles sobre el veganismo y sobre cómo puede contribuir a la paz del mundo.

La verdad es que hemos llevado a la bancarrota nuestra provisión de alimentos al alimentar al ganado. ¿Saben cuánta proteína, medicinas, agua, esfuerzo humano, autos, camiones, carreteras y cuántas cientos de miles de hectáreas de terreno se han perdido, antes de que una vaca alcance para una cena? ¿Entienden? Todas estas cosas podrían haber sido distribuidas equitativamente a países subdesarrollados y hubiéramos solucionado el problema del hambre. Así que, si un país tiene necesidad de comida, posiblemente invada a otro para salvar a su propia gente. A largo plazo esto ha causado una mala causa y retribución. ¿Entienden?

"Lo que siembres, eso recogerás". Si matamos a alguien por comida, seremos muertos por comida después, en alguna otra forma, la próxima vez, en otra generación. Es una lástima, somos tan inteligentes, tan civilizados y sin embargo la mayoría de nosotros no sabemos la causa del sufrimiento de nuestros países

vecinos. Es por nuestro paladar, nuestros gustos y nuestro estómago.

Para dar de comer y alimentar un cuerpo, matamos muchos seres y matamos de hambre a muchos seres humanos. Y no estamos siquiera hablando de los animales todavía. ¿Entienden? Entonces este sentimiento de culpabilidad consciente o inconsciente, cargará nuestra conciencia. Nos hace sufrir de cáncer, tuberculosis y otras enfermedades incurables incluyendo el SIDA. Pregúntense por qué su país, los Estados Unidos de Norteamérica, es de los que más sufren. Tienen el más alto porcentaje de enfermos de cáncer en el mundo porque los estadounidenses comen mucha carne. Comen más carne que cualquier otro país. Pregúntense por qué los chinos o los países comunistas no tienen ese alto porcentaje de cáncer. Porque no tienen mucha carne que comer. ¿Entienden? Eso es lo que dicen los investigadores, no lo digo Yo. No me culpen a mí.

P: ¿Cuáles son algunos de los beneficios espirituales que obtenemos al ser veganos?

M: Me gusta que lo pregunte de esta manera, porque significa que usted sólo se concentra o se interesa por el beneficio espiritual. La mayoría de la gente se interesa por la salud, la dieta y la figura cuando hablan de la dieta vegana. Los aspectos espirituales de la dieta vegana son que es muy limpia y no-violenta.

“No matarás.” Cuando Dios nos dijo esto, no dijo no matar seres humanos, dijo no matar ningún ser. ¿Acaso no dijo Éla, que había hecho a los animales para que fueran nuestros amigos y nos ayudaran? ¿No puso a los animales bajo nuestro cuidado? Dios dijo que los cuidáramos y reináramos sobre ellos. Cuando uno reina sobre sus súbditos, ¿los matas y te los comes? Entonces serás un rey sin nadie sobre quien reinar. Ahora entienden por qué Dios nos dijo eso y lo debemos cumplir. No hay necesidad de dudar de Éla. Habló muy claramente, pero ¿quién entiende a Dios sino Dios mismo?

Así que ahora debe convertirse en Dios para entender a Dios. Los invito a ser como Dios de nuevo; a ser ustedes otra vez y no ser nadie más. Meditar en Dios no significa que usted lo adora, significa que usted se convierte en Dios. Realiza que Dios y usted son uno. “Mi Padre y Yo somos uno”. ¿No fue lo que dijo Jesús? Si Él dijo que Él y su Padre eran uno, entonces nosotros y Su Padre también somos uno; porque también somos hijos de Dios. También dijo Jesús que lo que Él hiciera, lo podríamos hacer nosotros aún mejor. Así, que tal vez podríamos ser mejores que Dios, ¿quién sabe?

¿Para qué adorar a Dios si no conocemos nada de Dios? ¿Por qué usar la fe ciega? Primero debemos conocer lo que estamos adorando, igual que debemos conocer primero a la muchacha con que nos casaremos. Hoy en día se acostumbra no casarse antes

de conocerse un tiempo. Así que, ¿por qué adorar a Dios con fe ciega? Tenemos el derecho a exigir que Dios se nos presente y que se haga cognoscible para nosotros. Tenemos el derecho de escoger el Dios que nos gustaría seguir.

Ya ven que está muy claro en la Biblia que deberíamos ser veganos. Por todas las razones de salud, deberíamos ser veganos. Por todas las razones científicas, deberíamos ser veganos. Por todas las razones económicas, deberíamos ser veganos. Por todas las razones compasivas, deberíamos ser veganos. Así como para salvar al mundo, deberíamos ser veganos.

Se dice en estudios que si la gente de los Estados Unidos fuera vegana una vez por semana, podríamos salvar a dieciséis millones de personas que mueren de hambre al año. Así que, ¡Sea un héroe, sea vegano! Por todas estas razones, incluso si no es mi seguidor y no practica el mismo método, sea vegano, por su propio beneficio y para beneficio del mundo.

P: Si todas las personas comieran plantas, ¿no habría una crisis de alimentos?

M: No. Utilizar la tierra para cosechar, produce catorce veces más alimentos que si se utiliza esa misma área para producir forraje para alimentar animales. Cada acre de tierra produce 800.000 calorías de energía como alimento vegetal. Sin embargo, si estos vegetales

se utilizan para criar animales, que a su vez se utilizan como alimento, la carne de animal únicamente provee 200.000 calorías de energía. Esto quiere decir que durante el proceso se pierden 600.000 calorías. Así que, la dieta vegana es evidentemente una forma más eficiente y económica, que la dieta con carne.

P: ¿Está bien que un vegetariano coma pescado?

M: Está bien si quiere comer pescado. Pero si quiere ser vegetariano, el pescado no es un vegetal.

P: Algunas personas dicen que es importante ser una persona de buen corazón, pero no es necesario ser vegano. ¿Tiene esto sentido?

M: Si uno es verdaderamente de buen corazón, ¿entonces por qué todavía come la carne de otros seres? ¡Al verlos sufrir, él no soportará comérselos! Comer carne es despiadado; por lo tanto, si lo hacemos, ¿Cómo podríamos decir que somos hombres de buen corazón? El maestro Lien Chih afirmó: “Mata su cuerpo y come su carne. En este mundo no hay nadie más cruel, malévolo o atroz que este tipo de hombre. ¿Cómo podrá aducir que él tiene buen corazón?”.

Mencious también dijo: “Si ve una criatura viva, no la puede ver morir y si la escucha gritar, no podría aguantar el comer su carne; así, un verdadero caballero se mantiene alejado de la cocina”.

La inteligencia humana es superior a la de los animales, por eso podemos usar armas que los hacen incapaces de defenderse y mueren llenos de odio. La clase de persona que hace esto y se aprovecha de criaturas más pequeñas y débiles, no tiene derecho a ser llamado caballero.

Cuando se mata a los animales, están terriblemente afectados por su agonía, el miedo y el resentimiento. Esto causa la producción de toxinas que se quedan en su carne, perjudicando a quienes la comen. La frecuencia vibratoria de los animales es más baja que las de los humanos y esto influencia nuestra vibración, afectando así el desarrollo de nuestra sabiduría.

P: ¿Podemos ser vegetarianos "a conveniencia"? (Los vegetarianos "a conveniencia" no son estrictos en evitar comer carne. Se comerían los vegetales de un plato que tenga una mezcla de vegetales y carne).

M: No. Por ejemplo, si ponemos comida en un líquido venenoso y la sacamos más tarde para comerla, ¿cree usted que estaría envenenada o no? En el sutra Maha-Para-Nirvana, Mahakasyapa preguntó a Buda: "Cuándo pedimos limosna y nos obsequian carne con vegetales juntos, ¿podemos comer este plato? ¿Cómo podemos limpiar los vegetales?". Buda contestó: "Debemos limpiarlos con agua y separarlos de la carne, luego los podremos comer".

De lo anterior, podemos entender que no debemos comer vegetales que han sido cocinados con carne, a menos que los lavemos en agua. ¡Ni qué decir comer

la carne sola! Por tanto es muy fácil ver que Buda y sus discípulos eran vegetarianos. Sin embargo, algunos calumnian a Buda diciendo que él era un “vegetariano a conveniencia” y que si los que daban limosna le ofrecían carne, Él comía la carne. Esto no tiene sentido. Quienes lo afirmaron, han leído poco o no entienden las escrituras.

En la India, más del 90% de la población es vegetariana. Si la gente ve mendigos con túnicas amarillas, entonces todos saben que se les debe dar comida vegetariana. Ni qué decir, que la mayoría de la población no tiene carne en sus casas para ofrecer.

P: Hace mucho tiempo oí a otro Maestro decir: “Buda comió pata de cerdo y luego contrajo diarrea y murió” ¿Es eso cierto?

M: Definitivamente no. Fue por comer una clase de hongo que Buda murió. Si hacemos una traducción directa del lenguaje de los brahmanes, este tipo de hongo se llama “pata de cerdo”, pero no es en realidad una pata de cerdo verdadera. Es como cuando nosotros llamamos a un tipo de fruta “longan” (literalmente esto en chino quiere decir el “ojo de dragón”). Hay muchas cosas que, por sus nombres, no parecen ser vegetarianas, pero en realidad lo son; por ejemplo, el “ojo de dragón”. Este hongo, en el idioma de los brahmanes es llamado “pata de cerdo” o “alegría de cerdo”, ambos están relacionados con cerdos. Este hongo no era fácil de encontrar en la

antigua India y era un manjar raro, por eso la gente se lo ofrecía al Buda en señal de adoración. Este hongo no se puede encontrar sobre la tierra, crece bajo la tierra. Si la gente quiere encontrarlo debe buscarlo con la ayuda de un cerdo viejo al que le gusta mucho comer este tipo de hongo. Los cerdos los detectan con su olfato, una vez que lo detectan deben usar sus patas para cavar en el barro para encontrarlo y comérselo. Por eso es que este hongo se llama “alegría de cerdo” o “pata de cerdo”. En verdad estos dos nombres se refieren al mismo hongo. Debido a que fue traducido sin cuidado y porque la gente no entendía a que se refería, esto hizo que las siguientes generaciones malentendieran y erróneamente tomaran a Buda por un hombre “devorador de carne”. Esto es algo realmente lamentable.

P: Algunos amantes de la carne dicen que ellos compran la carne del carnicero, así que ellos no matan por sí mismos. Por lo tanto, está bien comerla. ¿Usted cree que esto es correcto?

M: Este es un error desastroso. Usted debe saber que los carniceros matan seres vivos porque la gente quiere comerlos. En el Lankavatara Sutra, Buda dijo, “Si no hubiera nadie que comiera carne, entonces no habría ninguna matanza. Así que comer carne y matar seres vivos son el mismo pecado”. Es por la matanza de muchos seres vivos, que tenemos desastres naturales y calamidades creadas por el

hombre. Las guerras también son causa de la gran matanza.

P: Algunas personas dicen que las plantas no son capaces de producir la venenosa urea o uroquinasa, pero los agricultores que cultivan las frutas y los vegetales aplican muchos pesticidas a las plantas. Estos pesticidas son malos para nuestra salud, ¿no es así?

M: Si los agricultores utilizan pesticidas y otros venenos altamente tóxicos como el DDT en las cosechas, esto puede producir cáncer, infertilidad y trastornos en el hígado. Toxinas como el DDT pueden penetrar en la grasa, y normalmente se acumulan en la grasa animal. Cuando se come carne, se comen altas concentraciones de estos pesticidas y otros venenos acumulados en la grasa animal, que se han acumulado durante el tiempo de crecimiento del animal. Estas acumulaciones pueden ser hasta trece veces mayores que la concentración de las mismas en las frutas, vegetales y granos. Podemos limpiar los pesticidas de la superficie de las frutas, pero no podemos eliminar los pesticidas que se encuentran en la grasa animal. El proceso de acumulación se debe a que estos pesticidas son acumulativos, de manera que los consumidores en el último eslabón de la cadena alimentaria son los más afectados.

Los experimentos hechos en la Universidad de Iowa muestran que de los pesticidas encontrados en el cuerpo humano la mayoría provienen de comer carne. Se descubrió que el nivel de pesticidas en los

vegetarianos es menos de la mitad que el que presentan los que comen carne. En realidad, hay otras toxinas en la carne, además de los pesticidas. En el proceso de crianza de los animales, una gran parte del forraje está formado por sustancias químicas que se utilizan para que éstos se desarrollen más rápido, o para cambiar el color de la carne, el sabor o la textura y para preservarla, etc.

Por ejemplo, los preservantes que se producen a base de nitratos, son altamente tóxicos. El 18 de julio de 1971 el New York Times reportó: "El gran peligro para la salud, para aquellos que comen carne, lo constituyen las sustancias contaminantes invisibles en la comida; las bacterias en el salmón, los remanentes de pesticidas, los preservantes, las hormonas, los antibióticos y otros aditivos químicos". Además de lo anterior, los animales son inyectados con vacunas, las cuales pueden permanecer en la carne. En relación con esto, las proteínas en las frutas, las nueces, los frijoles (legumbres), el maíz y la leche, todas son más puras que la proteína de la carne, la cual tiene 56% de impurezas insolubles en agua. Los estudios demuestran que los aditivos hechos por el hombre, pueden conducir al cáncer y a otras enfermedades y a la deformación del feto. De tal modo que las mujeres embarazadas deberían comer alimentos veganos, los cuales son más puros, para así asegurar la salud física y espiritual del feto. Los frijoles (legumbres) suministran la proteína y las frutas y vegetales, las vitaminas y minerales.

Veganismo: La mejor solución para la crisis mundial del agua

El agua es esencial para la sobrevivencia de todos los seres vivos en la Tierra. Sin embargo, el uso excesivo de las fuentes de agua en nuestro planeta, como revela el Instituto Internacional de Agua de Estocolmo (SIWI por sus siglas en inglés), ha puesto este precioso recurso en peligro para las generaciones futuras.

A continuación les ofrecemos algunos hechos llamativos denunciados en la semana de la Conferencia Mundial Anual sobre el Agua de la SIWI, que se llevó a cabo del 16 al 20 de agosto del 2004:

*Por muchas décadas, el incremento en la producción de alimentos ha dejado atrás el crecimiento de la población. Ahora la mayoría del mundo simplemente se está quedando sin agua para producir más.

*Los granos para producir carne requieren de 10.000 a 15.000 Kg. de agua por cada Kg. de carne producido. (Esto lleva a un grado de eficiencia de menos del 0.01%; ¡si cualquier proceso industrial funcionara a este nivel de eficiencia, será rápidamente reemplazado!).

*Los cereales requieren de 400 a 3000 Kg. de agua por cada Kg. de granos producido. (El 5% de lo que requiere la carne).

*Hasta un 90% de toda el agua administrada se usa para producir alimentos.

*Países como Australia, donde el agua ya es escasa, en realidad exportan agua en forma de carne.

*En los países en vías de desarrollo, los comedores de carne utilizan recursos equivalentes a 5.000 litros (1.100 galones) de agua cada día, comparados con los 1.000 a 2.000 litros (200 – 400 galones) utilizados por los que tienen una dieta vegetariana. (Reportado en The Guardian 23/8/2004).

También se informa, en una nota aparte, que no proviene del reporte de la SIWI, cada vez más terreno de la Selva Amazónica está siendo deforestado para producir frijol de soja. Sin embargo estos frijoles se los están dando al ganado de carne. ¡Sería mucho más eficiente el darlo directamente a la gente!

Como muchos iniciados recordarán, la Maestra se refiere al efecto ambiental de la producción de carne en Su conferencia “Los beneficios de una dieta vegana” que se encuentra en el ejemplar gratuito *La Llave para la Iluminación Inmediata*: “Criar animales para carne tiene sus

consecuencias. Conduce a la destrucción de la selva tropical, [aumenta] la temperatura [global], contamina las aguas, hace que el agua escasee, contribuye a la desertificación, malversa los recursos energéticos y contribuye al hambre en el ámbito mundial. El uso de la tierra, el agua, la energía y el esfuerzo humano para producir carne no es una forma eficiente de usar los recursos de la Tierra.”

Así que para reducir significativamente la cantidad de agua que se consume globalmente, la humanidad necesita una nueva forma para abordar la alimentación del mundo, y la dieta vegana cumple con esta necesidad.

Para consultar informes relacionados, le invitamos a visitar:

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

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

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

Nota: Para producir un plato de:

CARNE se usan 4.542 litros (1.200 galones) de agua.

POLLO se usan 1.249 litros (330 galones) de agua.

En una comida completa VEGANA con TOFU, ARROZ Y VEGETALES se usan 371 litros (98 galones) de agua.

Fuente: http://www.suprememastertv.com/tw/water-shortage-&-pollution/?wr_id=574#v

Buenas noticias para los veganos

Una dieta vegana es no solamente de gran beneficio para nuestra práctica espiritual sino también muy saludable para nosotros. No obstante, debemos poner especial atención al balance nutritivo y asegurarnos de que no nos falte la necesaria proteína vegetal.

Hay dos tipos de proteína: la proteína animal y la proteína vegetal. Los frijoles de soja, los garbanzos, las arvejas (guisantes), son algunas de las fuentes de proteína vegetal. Mantener una dieta vegana no significa simplemente comer vegetales fritos. Se debe incluir la proteína para completar la nutrición que una persona requiere.

El Dr. Miller fue vegetariano toda su vida. Practicó la medicina y trató los pobres en la República de China por cuarenta años. Creía que sólo era necesario comer cereales, frijoles (legumbres), frutas y vegetales para obtener todos los nutrientes que necesitamos para mantener una buena salud. Según el Dr. Millaer, "el tofu es 'carne' sin hueso".

“El frijol de soja es muy nutritivo; suponga que la gente tuviera que comer sólo un tipo de comida y comieran frijoles de soja, podrían sobrevivir por más tiempo.”

Preparar una comida vegana es lo mismo que cocinar una comida con carne, excepto que en lugar de carne se utilizan los ingredientes veganos proteínicos tales como los trozos de pollo vegano, el jamón vegano o las rebanadas de carne vegana. Por ejemplo, en lugar de cocinar “carne molida con apio” o “sopa de algas con huevos”, ahora podemos cocinar “carne molida vegana con apio” o “sopa de algas con tofu”.

Si está en países donde estos ingredientes proteicos veganos no están disponibles, puede contactar el Centro local de la Asociación Internacional Maestra Suprema Ching Hai y nosotros le daremos información de algunos de los proveedores y restaurantes veganos para su referencia.

En lo relativo a cómo cocinar comida vegetariana, se puede referir a “La Cocina Suprema” publicada por la Asociación Internacional Maestra Suprema Ching Hai, o cualquier libro de cocina vegana.

Para obtener una lista de restaurantes veganos/vegetarianos en todo el mundo, le invitamos a visitar:

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

*Cuando el Amor del Maestro cae sobre mi alma
Yo renazco, soy joven
No me pregunten cuál es la razón:
¡La razón no es la lógica del AMOR!*

*Soy el vocero de toda la creación.
Voceando abiertamente sus aflicciones y dolores
De vida tras vida en la siempre girante rueda de la muerte.
Te lo ruego Compasivo Maestro
¡Apresúrate! ponle fin a esto.*

*Tus bendiciones se derraman sobre todos sin excepción
El malo y el bueno,
El bello y el feo,
El sincero y el indigno,
¡Por igual!
Oh Maestro nunca podré cantar tus alabanzas.
Tu Amor lo guardo en mi pecho,
Y duermo con él cada noche.*

*De “Lágrimas Silenciosas”
Maestra Suprema Ching Hai*

Publicaciones

Para elevar nuestro espíritu y proveer inspiración para nuestra vida cotidiana, una amplia colección de las enseñanzas de la Maestra Suprema Ching Hai están disponibles en forma de libros, video cintas, cintas de audio, casetes de música, DVDs y CDs.

Además de los libros publicados y de las cintas, una gran diversidad de las enseñanzas de la Maestra también se pueden consultar rápidamente y sin ningún costo en Internet. Por ejemplo, muchos sitios Web presentan las revistas de Noticias más recientes (Vea los “sitios Web Quan Yin” abajo). Otras publicaciones en línea incluyen la poesía de la Maestra y los inspiradores aforismos, así como conferencias en forma de archivos de video y audio.

Otra publicación ampliamente distribuida, ahora disponible a través de Internet en más de 74 lenguas, es el libro introductorio de la Maestra, el Ejemplar Gratuito. Para obtener una copia del Ejemplar Gratuito, por favor visite los siguientes sitios Web:

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

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

Libros

La llave para la iluminación inmediata
Colección de las conferencias de la Maestra

Disponible en inglés (libros 1-5); coreano (libros 1-8); español (libros 1-3); alemán (libros 1-2); francés (libro 1); portugués (libros1-2); chino (libros1-8); tailandés (libros1-6); aulacense (libros1-8); indonesio (libro1-5); japonés (libro1); mongol (libro 4 y 6); holandés (libro 1);polaco (libro1); húngaro (libro1)

La llave para la iluminación inmediata- Preguntas y respuestas:

Colección preguntas y respuestas de las conferencias

Disponible en inglés (libro 1); chino (libros 1-2); aulacense (libros 1-4); coreano (libros 1-2); francés (libro 1); portugués (libro1); indonesio (libro 1-3); alemán (libro 1)

La llave para la iluminación inmediata – Edición especial: Gira mundial de conferencias 1993.

Una colección de seis volúmenes de las conferencias de la Maestra Suprema Ching Hai durante la Gira mundial de conferencias que realizó en 1993.

Disponible en inglés y en chino.

La llave para la iluminación inmediata

Edición especial / Retiro de 7 días

Colección de las conferencias de la Maestra en 1992 en el retiro de siete días en San Di Mun, Formosa

Disponible en inglés y en aulacense.

Cartas entre la Maestra y los practicantes espirituales.

Disponible en español (libro 1); chino (libro 1-3); aulacense (libros1-2); inglés (libro 1)

La llave para la iluminación inmediata

Mis maravillosas experiencias con la Maestra.

Relatos de los discípulos

Disponible en chino (libros 1-2); aulacense (libros 1-2)

La Maestra cuenta historias.

Disponible en inglés, chino, español, aulacense, coreano, japonés y tailandés.

Coloreando nuestras vidas: Una colección de citas y enseñanzas espirituales de la Maestra. Disponible en aulacense, chino e inglés.

Dios se ocupa de todo – Cuentos de sabiduría ilustrados escritos por la Maestra Suprema Ching Hai.

Disponible en aulacense, chino, inglés, francés, japonés y coreano.

El humor iluminado de la Maestra Suprema Ching Hai – ¡Tu halo está demasiado apretado!

Disponible en chino y en inglés.

Secretos para una práctica espiritual sin esfuerzo.

Disponible en aulacense, chino e inglés.

Contacto directo con Dios- El camino para alcanzar la paz:

Una colección de las conferencias de la Maestra Suprema Ching Hai durante Su Gira europea de conferencias en 1999. Disponible en chino y en inglés.

Acerca de Dios y los humanos – Revelaciones a partir de historias bíblicas

Esta antología especial incluye trece historias bíblicas, contadas de forma única por la Maestra en diversas ocasiones.

Disponible en chino y en inglés.

La realización de la salud – Volviendo a la forma natural y correcta de vivir.

Disponible en chino y en inglés.

He venido a llevarlos a casa: Una colección de citas y enseñanzas espirituales de la Maestra. Disponible en árabe, aulacense, búlgaro, checo, chino, inglés, francés, alemán, griego, húngaro, indonesio, italiano, coreano, mongol, polaco, español, turco, rumano y ruso.

Aforismos

Perlas de sabiduría eterna de la Maestra.

Disponible en una edición en inglés y chino.

Disponible en una edición en español y portugués.

Disponible en una edición en francés y alemán.

Disponible en coreano.

La cocina Suprema (1): Cocina Internacional Vegetariana

Una colección de delicias vegetarianas recomendada por los compañeros practicantes de todo el mundo.

Disponible en edición inglés/chino, en aulacense y en japonés.

La cocina Suprema (2): Selecciones de sabor casero.

Edición en inglés/chino.

Un mundo de paz... a través de la música: Una colección de entrevistas y composiciones musicales de un concierto benéfico en Los Ángeles, California.

Edición combinada en inglés/aulacense/chino.

Colección de creaciones de arte de la Maestra Suprema Ching Hai.

Disponible en inglés y chino.

Ropa Celestial S.M. (6):

Disponible en edición bilingüe inglés/chino.

Los perros de mi vida (1-2): Este juego de 500 páginas en dos volúmenes es una fabulosa colección de cuentos de perritos publicados por la Maestra sobre Sus compañeros caninos. Disponible en aulacense, chino, inglés, alemán, japonés, coreano, español, polaco.

Las aves de mi vida: En este libro bellamente ilustrado, la Maestra Ching Hai nos muestra el secreto para descubrir el mundo interno de los animales. Disponible en aulacense, chino, inglés, francés, alemán, coreano, mongol, ruso, indonesio.

Los nobles seres silvestres: Compuesto y fotografiado con cariño por la propia Maestra, este libro está lleno de hermosa poesía e impresionantes fotografías. En esta historia íntima, la Maestra habla de Sus exploraciones junto al lago y nos revela las innatas cualidades nobles de nuestros amigos animales. Disponible en aulacense, chino, inglés, francés, alemán.

Arte Celestial: Arte Celestial es un distinguido volumen en el que la autora interpreta la creación artística desde una perspectiva espiritual para reflejar la Verdad, la Virtud y la Belleza del Cielo. Conforme los lectores son invitados al

infinito mundo del arte de la Maestra Suprema Ching Hai y elevados por medio de su resonancia con la Divinidad, serán profundamente conmovidos por las profundas emociones de una poeta, las sutiles pinceladas de una pintora, las ideas únicas de una diseñadora y el romántico corazón de una música. Sobre todo, te sientes benditamente introducido a la sabiduría y la compasión de una gran maestra espiritual. Disponible en chino y en inglés.

Pensamientos sobre la vida y la consciencia.

Un libro escrito por el Dr. Janez. Disponible en chino.

Colecciones de poesía

Lágrimas Silenciosas

Un libro de poemas escrito por la Maestra

Disponible en una edición en alemán y francés;

Disponible en una edición en inglés y chino;

Disponible en aulacense, inglés, español, portugués, coreano y filipino.

Poemas de Wu Tzu.

Disponible en aulacense, chino e inglés.

El sueño de una mariposa: Un libro de poemas escrito por la Maestra.

Disponible en aulacense, chino e inglés.

Rastros de vidas pasadas: Un libro de poemas escrito por la Maestra.

Disponible en aulacense, chino e inglés.

El tiempo de antaño: Un libro de poemas escrito por la Maestra.

Disponible en aulacense, chino e inglés.

Guijarros y oro: Un libro de poemas escrito por la Maestra.

Disponible en aulacense, chino e inglés.

Las memorias perdidas: Un libro de poemas escrito por la Maestra.

Disponible en aulacense, chino e inglés.

Más allá del reino del tiempo (CD, DVD) En aulacense.

Un toque de fragancia (CD) En aulacense.

Aquel y este día (CD) En aulacense.

Sueño en la noche (CD, DVD) En aulacense.

Con cariño, por favor (CD) En aulacense.

Por Favor consévalo para siempre (CD) En aulacense.

Canciones y composiciones de la Maestra Suprema Ching Hai
(CD, DVD) En aulacense, chino e inglés.

Canción de amor

La Maestra Suprema Ching Hai canta canciones eternas en inglés y aulacense.

(CD, DVD) En aulacense e inglés.

Versos Enjoyados

(CD, DVD)

Canciones y poesía recitada en aulacense por la Maestra Suprema Ching Hai, escritas por renombrados poetas aulacense.

El loto dorado

(CD, DVD)

Le invitamos a escuchar este recital de la hermosa poesía del Venerable Thich Man Giac, a través de la melodiosa voz de la Maestra Suprema Ching Hai, quien también recita dos de Sus propias poesías: “Loto Dorado” y “Sayonara”.

Rastros de vidas pasadas 1, 2, 3 (CD, vídeo, casetes) En aulacense.

Un camino a las leyendas del amor 1, 2, 3 (CD, vídeo, casetes) En aulacense.

Buenas noches, bebé: (CD) En inglés

- Los poemas de *Un camino a las leyendas del amor*, *Un antiguo amor*, *Más allá del reino del tiempo*, *Sueño en la noche*, *Por favor consérvalo para siempre*, *Aqué! y este día*, *Rastros de las vidas pasadas*, *Versos enojados*, *El loto dorado* y *Con cariño, por favor* fueron recitados o arreglados en música y cantados por la propia poeta.

Publicaciones en audio y vídeo

Ver las cintas de la Maestra puede restaurar nuestra perspectiva y ofrecernos un recuerdo de nuestro verdadero Ser. Con sabiduría a veces

transmitida a través del humor, Sus palabras y gestos también nos traen la calidez de la risa a nuestros corazones. Además, las versiones en audio de estas conferencias y charlas con los iniciados transformarán el tiempo que pasemos en transporte público en una experiencia de disfrute.

A continuación les ofrecemos una pequeña representación de las cintas disponibles. Para más información sobre cómo obtener éstas y otras cintas, por favor vea la sección “Nuestras publicaciones”.

Una oración por la paz en el mundo: Conferencia en Ljubljana, Eslovenia.

Sé tu propio Maestro: Meditación en grupo en AT, EEUU.

El pasaje invisible: Conferencia en Durban, Sudáfrica.

La importancia de la dignidad humana: Meditación en grupo en NY, EEUU.

Conectándote con Dios: Conferencia en Lisboa, Portugal.

Cómo amar a tu enemigo: Meditación en grupo en Santiman, Formosa.

Volver a la inocencia de la infancia: Conferencia en Estocolmo, Suecia.

El camino para alcanzar el tesoro interior: Meditación en grupo en Chiang Mai, Tailandia.

Las elecciones de cada alma: Meditación en grupo en LA, EEUU.

Caminar por la senda del amor: Meditación en grupo en Londres, Inglaterra.

Dejar que los demás crean en Dios como ellos quieran: Meditación en grupo en LA, EEUU.

Casetes de música y CDs.

Los regalos musicales que la Maestra nos da incluyen cantos budistas, poesía y composiciones originales que se interpretan en instrumentos tradicionales como la cítara china y la mandolina.

Muchas de las composiciones musicales y conferencias están disponibles tanto en cintas de audio como en CD. Para más información sobre cómo obtener éstas y otras composiciones, le invitamos a ver la sección “Obtener las publicaciones”.

Cantos budistas: CDs 1, 2, 3. (Cantos de meditación).

Cantos sagrados: Aleluya.

Colección de música compuesta por la Maestra: (CDs 1-9).

Composiciones originales interpretadas en dulcemele, arpa, piano, cítara china, piano digital y más.

DVDs

184 La verdad sobre el mundo –
El Buda Maitreya y seis niños
Hsihu, Formosa

240 Liderando el mundo hacia
una nueva era Hsihu,
Formosa

260 El misterio del mundo del
más allá ONU, E.E.U.U

356 Dejar a Dios servir a través
nuestro
ONU, Ginebra, Suiza.

389 Canciones y composiciones
de la Maestra Suprema Ching
Hai – (MTV)

396 Perdónate a ti mismo
California, E.E.U.U.

401 El misterio de causa y efecto
Bangkok, Tailandia

444 Confía en ti mismo (1-2)
Hawái, E.E.U.U.

467 El sufrimiento de este
mundo viene de nuestra
ignorancia Singapur

474 Siempre estamos juntos
Paris, Francia

493 Apreciar el valor de la
iniciación
Hamburgo, Alemania

497 Siempre estamos juntos
Hamburgo, Alemania

501 El camino de la armonía
familiar Hsihu, Formosa

512 Cómo practicar en la
complicada sociedad
Hsihu, Formosa

513 La mejor forma de
embellecerte
Hsihu, Formosa

518 Las 112 formas de
concentración de Shiva Centro
de Hsihu, Formosa

549 La marca de un gran santo
PhnomPenh, Camboya

560 Cada alma es el maestro
Centro de Raising, Camboya

562 La consciencia de Dios lo es
todo

Centro de Raising, Camboya

571 La verdadera manifestación
de un maestro viviente
Hotel Hyatt, Long Beach, CA,
E.E.U.U.

582 Sé determinado en el
sendero espiritual
Aus-tri-a

588 El peregrinaje de la Maestra
a los Himalayas (partes 1 y 2)
Centro de Los Ángeles,
E.E.U.U.

600 El verdadero significado de
Ahimsa Pune, India

602 Nuestra naturaleza infantil
es Dios
Centro de Los Ángeles,
E.E.U.U.

603 Entrando en la feliz unión
con Dios Singapur

604 Vida espiritual y ética
profesional
Washington D.C., E.E.U.U.

605 El propósito de la
iluminación
Washington D.C., E.E.U.U.

608 Los métodos de mejora al
Washington D.C., E.E.U.U.

611 El eterno cuidado de un
maestro verdadero

Washington D.C., E.E.U.U.

618Romance sagrado

Centro de Young
Dong, Sangju, Corea

620El verdadero poder del
Maestro

Young Dong Center,
Sangju, Korea

622Trayendo perfección a este
mundo

Centro de Young
Dong, Sangju, Corea

626Las elecciones de cada alma
Centro de Los Ángeles,
E.E.U.U.

638Saca lo mejor de ti mismo
Centro de Florida, E.E.U.U.

642El amor divino es el único
amor verdadero

Los Angeles, E.E.U.U.

645Conectándote con Dios
Lisboa, Portugal

648La forma de poner fin a las
guerras Edimburgo, Escocia.

656La espiritualidad brilla en la
adversidad Dublin, Irlanda

662Enfrenta la vida con coraje
Londres, Inglaterra

668El pasaje invisible
Durban, Sudáfrica

665aPacificando la mente
Estambul, Turquía

667Sé una antorcha para Dios
Joḥannesḡburgo,
Sudáfrica

670Nuestra naturaleza perfecta
Centro de Florida, E.E.U.U.

671Estar iluminado
Tel Aviv, Israel

673Trasciende las emociones
Ciudad del Cabo, Sudáfrica

674Caminando en amor y risas
Ciudad del Cabo, Sudáfrica

676 Parlamento de las
religioses del mundo
Ciudad del Cabo,
Sudáfrica

677La sonrisa de un ángel

- | | |
|---|--|
| Bangkok, Tailandia | 694La vida continúa para siempre Seúl, Corea |
| 680Más allá del vacío de la existencia Bangkok, Tailandia | 695Un intercambio espiritual e intelectual Conferencia en la Academia Sinica Formosa |
| 681El corazón de un niño Bangkok, Tailandia | 696Libertad más allá de la mente y el cuerpo Young Tong, Corea |
| 685Concentración en el trabajo: una forma de práctica espiritual Bangkok, Tailandia | 701Impartir la gran enseñanza Yong Dong, Corea |
| 688El amor es la verdadera esencia de la vida Malasia | 703 La telepatía interna con un tro Young Dong, Corea |
| 689Iluminación e ignorancia Nepal | 705Despertando del sueño Centro de Seúl, Corea |
| 690La verdadera felicidad es reconocer nuestra verdadera naturaleza Hong Kong | 709Una noche con las estrellas Los Ángeles, CA, E.E.U.U. |
| 691La ilusión es un reflejo de la realidad Manila, Filipinas | 710Celebrando el cumñios de la Maestra (partes 1 y 2) Young Dong, Corea |
| 692Escuchando a nuestra verdadera naturaleza interior Taoyuan, Formosa | 711El hotel llamado vida Fresno, California, E.E.U.U. |
| 693Sabiduría y concentración Tokio, Japón | 712La divina inteligencia de los animales |

Centro de Florida, E.E.U.U.

716Una forma natural de amar a Dios

Centro de Florida, E.E.U.U.

718Amar es siempre bueno
Centro de Florida, E.E.U.U.

719Superando los malos hábitos
Centro de Florida, E.E.U.U.

721El ojo de la sabiduría
Centro de Florida, E.E.U.U.

726Un motivo desinteresado
Centro de Florida, E.E.U.U.

728La bendición de un pensamiento amoroso
Centro de Florida, E.E.U.U.

729Grandeza es seguir tus ideales
Centro de Florida, E.E.U.U.

730Comunicando con amor
Florida, E.E.U.U.

731La fortaleza de muchos corazones
Centro de Florida, E.E.U.U.

732El poder de un pensamiento positivo

Centro de Florida, E.E.U.U.

734El toque de un maestro
Centro de Florida, E.E.U.U.

735El coraje de cambiar
Centro de Florida, E.E.U.U.

733Vivir con un noble propósito
Centro de Florida, E.E.U.U.

736El juego ilusorio de la vida
Centro de Florida, E.E.U.U.

737Practicar con tranquilidad
Centro de Florida, E.E.U.U.

739El cuerpo de transformación del Maestro
Centro de Florida, E.E.U.U.

740Aprendiendo a vivir en armonía
Centro de Florida, E.E.U.U.

741Actuaciones en la noche de fin de año del Milenio
Bangkok, Tailandia

742Elevando el mundo con
práctica espiritual
Hsihu, Formosa; Hong Kong
y China

743La tristeza de Buda (MTV)
E.E.U.U y Au Lac

744Desde que te amé (MTV)
E.E.U.U y Au Lac

745Contribuyendo a este
mundo
Los Angeles y Houston,
E.E.U.U Centro de Singapur

746Nuestros seres queridos van
al Cielo
Centro de Toronto Retiro
europeo en Hungría

747Niños del dragón y del hada
Centro de Florida, E.E.U.U

748 El principio de la
humildad
Seúl, Corea, San Francisco,
E.E.U.U

751Los bodisatvas que no
regresan
Hsihu, Formosa

752Una reunión de amor

753Amor para todos los seres
Centro de Indiana, E.E.U.U &
Centro de Viena, Austria

754La escalera de la iluminación
espiritual
Centro de Florida, E.E.U.U.

755Los santos que ríen
Centro de Florida, E.E.U.U.

757La verdad del Reino de los
Maestros
Centro de Florida, E.E.U.U.

756El valor de ser honesto
Centro de Florida, E.E.U.U.

758El poder de transmitir la
iluminación Centro de Florida,
E.E.U.U.

759Au Lac en los tiempos
antiguos
Houston, Texas, E.E.U.U.

760Los héroes reales
Stanton, CA, E.E.U.U.

761La canción del amor
Centro de Hungría

762Tratando con el karma

Centro de la ciudad de
México, México / Centro de
San José, Costa Rica

763La autodisciplina en la
práctica espiritual

Boston, E.E.U.U. /Yakarta,
Indonesia, Hamburgo,
Alemania

766Acudir a retiros con un
motivo puro

Centro de Florida, E.E.U.U.

767El rol de un Maestro

Centro de Florida, E.E.U.U.

768La vida es más simple
cuando escuchas a Dios

Centro de Florida, E.E.U.U.

771La pasión de la juventud

772Riendo en la vida

773Devoción incondicional

774Los pensamientos positivos
llevan a un mundo en paz

Pattaya, Tailandia

775Una persona puede hacer
una gran diferencia

Pattaya, Tailandia

776El amor moverá montañas.

Las bendiciones nivelarán los
océanos.Pattaya, Tailandia

778El progreso espiritual se
refleja en la vida diaria

Pattaya, Tailandia

777La gratitud trae gloria al

mundo Pattaya, Tailandia

779Canciones populares de

primaveraHsihu, Formosa

780Los perros y las aves de mi
vida

781Mantén siempre un

corazón puro y contento

Hsihu, Formosa

782Los méritos de volverse

hacia Dios

Hsihu, Formosa

783 Dios nos está llamando

durante toda la noche

Hsihu, Formosa

784Vive y deja vivir
Hsihu, Formosa

785Recordemos a Dios en
nuestro corazón y nuestro
destino mejorará
Hsihu, Formosa

793Una vida simple y noble
Centro de París, Francia

794Países con alta Calidad
Noble
Centro de París, Francia

795La risa es buena para ti
Centro de París, Francia

796Los ángeles guardianes que
Dios otorga a los humanos
París, Francia

797La voluntad de Dios se hace
por medio del Maestro
París, Francia

798La mejor forma de
comunicarse con los animales
Taipei, Formosa

Sun TV Arte y espiritualidad
(colecciones) Formosa

TV1Camina por el camino de
un santo viviente

TV4Amor sin fronteras

800Los nobles seres silvestres

801Un amor antiguo

804Las infinitas bendiciones de
la meditación
París, Francia

807Manteniendo la fe en
momentos difíciles
París, Francia

808Comida para el alma
París, Francia

809El corazón de la
renunciación París, Francia

810El apoyo amoroso del Cielo
París, Francia

827Salgamos todos a resolver la
crisis ecológica.
Klagenfurt, Austria

828Cambiano el mundo con
amor
Klagenfurt, Austria...etc.

833Arte Celestial (Parte I) –
Centro de Hsihu
Centro de Hsihu, Formosa

834Arte Celestial (Parte II) –
Belleza Celestial

835La Maestra Suprema Ching
Hai habla sobre el medio
ambiente:

Parte 1- El Edén en la Tierra a
través del veganismo

Parte 2- Divulgando la solución
vegana Surrey, Reino Unido/
Seattle, E.E.U.U.

836La Maestra Suprema Ching
Hai habla sobre el medio
ambiente:

El veganismo es la solución
para salvar el mundo

Londres, Reino Unido

8372008: Momentos críticos
para salvar la Tierra

¿ Qué puedo hacer?
Formosa

838Conmovedora gira de la
Maestra Suprema Ching Hai:
Exposición de arte “Edén en la
Tierra” Formosa

841Conferencia internacional
sobre cambio climático –

La Maestra Suprema Ching Hai
con celebridades de
HollywoodHollywood,
California, E.E.U.U.

843SOS: Seminario Detén el
calentamiento global
Tokio, Japón

844Videoconferencia de la
Maestra Suprema Ching Hai.
Presentación de “Las aves de mi
vida” Tailandia y Alemania

845II Aniversario de Supreme
Master TV:

Una celebración cultural en
honor de toda la vida Los
Angeles, California, E.E.U.U.

846Conferencia “Detén el
calentamiento global: Actúa
ahora”

Bangkok, Tailandia

847La Maestra Suprema Ching
Hai habla sobre el medio
ambiente:Sé vegano:
Cambiemos nuestro destino,
salvemos el planeta Corea

848La Maestra Suprema Ching Hai habla sobre el medio ambiente: Vivir nuestras vidas con consciencia y amor
Penghu, Formosa

849La Maestra Suprema Ching Hai habla sobre el medio ambiente:
La compasión engendra compasión Sydney, Australia

850La pureza de corazón puede crear muchos milagros
Francia

854Entrevistas de los medios de comunicación a la Maestra Suprema Ching Hai:

- James Bean de Spiritual Awakening Radio

- Bob Lebensold de Environmentally Sound Radio

- Sra. Andrea Bonnie del Irish Independent Newspaper

New York, E.E.U.U./ Irlanda

856La Maestra Suprema Ching Hai habla sobre el medio ambiente:

Mensajes benevolentes desde Marte- Sé virtuoso y salva la Tierra Los Angeles, California, E.E.U.U.

858Despertando un planeta en paz- Hacia una Tierra celestial

859Una historia taoísta sobre longevidad Francia

860Videoconferencia con la Maestra Suprema Ching Hai: Calentamiento global - SOS Conferencia internacional sobre problemas urgentes del cambio climático Mongolia

861Concierto “Salvemos nuestro mundo” desde Mongolia Mongolia

862Videoconferencia con la Maestra Suprema Ching Hai & el ex presidente de Filipinas Fidel Ramos – “¡Actúa ahora! Por un planeta más pacífico y seguro”

Formosa

863 Videoconferencia con la
Maestra Suprema Ching Hai:
SOS – Salva el planeta
Xalapa, México

864 Confía en Dios
Francia

866 El ego es el mayor enemigo
Francia

868 Los santos sabios—Poemas
de Nasrudin y Rumi
Francia

867 Conferencia Salvemos
nuestra Tierra 2009

Seúl, Corea

870 El poder bendito del alto
nivel
Seúl, Corea

871 Practicar de forma
desinteresada:
Sila y Dhyana Paramita
Francia

872 Hagamos el cambio –
Protejamos el medio ambiente
Veracruz, México

Las cintas de MP3s, CDs y DVDs de las conferencias, música y conciertos de la Maestra Suprema Ching Hai están disponibles en árabe, armenio, aulacense, búlgaro, camboyano, cantonés, chino, croata, checo, danés, holandés, inglés, finlandés, francés, alemán, griego, hebreo, húngaro, indonesio, italiano, japonés, coreano, malayo, mandarín, mongol, nepalés, noruego, persa, polaco, portugués, ruso, senegalés, esloveno, español, sueco, tailandés, turco y zulú. Los catálogos se envían bajo petición. Se reciben todas las peticiones directas.

Obtener las publicaciones

Todas las publicaciones se ofrecen a precios casi de coste. Si desea comprar o encargar una publicación, por favor pregunte primero en el centro más cercano a usted para ver la disponibilidad. Para obtener una lista de las publicaciones disponibles, pregunte en su centro cercano o visite las siguientes páginas web:

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

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

Además, muchas de las revistas de noticias en línea ofrecen una lista de los libros y videos publicados recientemente. La zona de exposición en los retiros es siempre un lugar excelente para ver de cerca los libros, cintas, fotografías, pinturas y joyería de la Maestra.

Si es necesario, puede hacer el pedido directamente en la oficina central en Formosa (P.O.Box 9, Hsihu, Miaoli, Formosa, ROC). También disponible bajo petición se encuentra un catálogo detallado.

“Encuentra tu propio Tesoro Eterno y podrás extraer de su inacabable Fuente. ¡Son bendiciones infinitas! No tengo palabras para anunciarlo. Sólo puedo alabarlo y espero que crean en mi alabanza, y que mi energía de alguna forma afecte su corazón y los eleve a esa clase de gozoso sentimiento, y entonces creerán. Tras la iniciación, verdaderamente conocerán el significado de mis palabras. No tengo otra forma de transmitirles esa Gran Bendición, que Dios me ha otorgado, y me dio el derecho de distribuir, de forma gratuita y sin condiciones”.

~ Maestra Suprema Ching Hai ~

“Tomamos algo de karma de la gente que nos rodea, al mirarlos, al pensar en ellos, al compartir un libro o un alimento, etc. Así es como bendecimos a la gente y reducimos su karma. Por esto es que practicamos, para expandir la Luz y disipar la oscuridad. Benditos aquéllos que nos dan algo de su karma. Estamos felices de ayudarlos”

~ Maestra Suprema Ching Hai ~

“En el lenguaje humano hablamos tonterías todo el tiempo. Siempre tenemos que bla, bla, bla, sobre todo. Tenemos que comparar, tenemos que valorar, tenemos que identificar, tenemos que poner un nombre a todo. Pero, de lo Absoluto, si es lo verdadero Absoluto, ni siquiera podrían hablar de ello. No pueden hablar sobre ello. Ni siquiera pueden pensar en ello. No pueden imaginarlo. No hay nada. ¿Lo entienden?”

~ Maestra Suprema Ching Hai ~

Cómo contactar con nosotros

The Supreme Master Ching Hai International Association
P. O. Box 9, Hsihu Miaoli 36899, Formosa, ROC
P.O.Box 730247, San Jose, CA 95173-0247, U.S.A.

* En la siguiente lista se encuentran aquéllos que están entre las buenas naciones en las que se respeta la libertad religiosa básica o en grado mayor. Si no hay persona de contacto en su área, por favor contacte con nuestras oficinas centrales o con nuestra oficina más cercana. Los contenidos de la lista de nuestros compañeros practicantes en todo el mundo podrían variar; para la información más actualizada, visite:
<http://www.godsdirectcontact.org.tw/eng/cp/cp-e.htm>(en inglés)

Supreme Master Television
Correo electrónico: peace@SupremeMasterTV.com
Tel: 1-626-444-4385 / Fax: 1-626-444-4386
<http://suprememastertv.com/>

The Supreme Master Ching Hai
International Association Publishing Co., Ltd.
Taipei, Formosa.
Correo electrónico: smchbooks@Godsdirectcontact.org
Tel: (886) 2-23759688 / Fax: (886) 2-23757689
<http://smchbooks.com>

Departamento de libros
Correo electrónico : divine@Godsdirectcontact.org

(Le invitamos a unirse a traducir los libros de la Maestra a otros idiomas).

Grupo de noticias

Correo electrónico: lovenews@Godsdirectcontact.org

Departamento de información espiritual

Correo electrónico: lovewish@Godsdirectcontact.org

Fax: 886-946-730699

Tiendas en línea

Celestial Shop: <http://theCelestialShop.com> (en inglés)

Eden Rules: <http://EdenRules.com> (en chino)

S.M. Celestial Co., Ltd.

Correo electrónico: smclothes123@gmail.com; vegan999@hotmail.com

<http://www.smcelestial.com>

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

Tel: 886-3-4601391 / Fax: 886-3-4602857

Loving Hut International Company, Ltd

Tel: (886) 3-468-3345 / Tel: (886) 3-468-9695

Correo electrónico: info@lovinghut.com

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

1ª edición: Sept.1990

edición:

Autora: Maestra Suprema Ching Hai

Publicado por: The Supreme Master Ching Hai

International Association Publishing Co., Ltd.

Dirección: 8F.-16, No.72, Sec. 1, Zhongxiao W. Road.,
Zhongzheng Dist., Taipei City 100, Formosa, R.O.C.

Tel: 886-2-23759688 / Fax: 886-2-23757689

Correo electrónico: smchbooks@Godsdirectcontact.org

The Supreme Master Ching Hai ©1990~2015

Todos los derechos reservados.

Le invitamos a reproducir los contenidos de esta publicación con
permiso previo de la editorial.