АГУУЛГА

Удиртгал 3

Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн товч намтар 7

Чанагуух Ертөнцийн Нууц 10

Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай
1992 оны 6-сарын 26-ны өдөр
Нью-Йорк хотноо НҮБ-д уншсан лекц

Авшиг: Гуань Инь Бясалгалын Арга 51

Таван Сахил 54

Веган хоолны ач тус 56

Эрүүл мэнд ба хоол хүнс 57
Экологи ба хүрээлэн буй орчин 61
Дэлхийн өлсгөлөн 62
Амьтны зовлон зүдгүүр 62
Гэгээнтнүүд хийгээд бусад хүмүүс 63
Багш асуултанд хариулж байна 65

Веганизм: Веган хоол хүнс хэрэглэх нь дэлхийг усны нөөцийн хямралаас гаргах хамгийн оновчтой арга зам мөн 76

Веган хоолтнуудад хүргэх сайхан мэдээ 78

Дэлхийн өнцөг булан бүхэнд буй веган хоолны газрууд 79

Хэвлэл 91

Бидэнтэй хэрхэн холбогдох вэ 108

Үнэгүй үлгэр дэвтэр татаж авах

Агшин зуур билиг нээгдэхийн түлхүүр (75 хэл дээр)
http://sb.godsdirectcontact.net/ (Формоса)
http://www.Godsdirectcontact.org/sample/ (U.S.A.)
http://www.direkter-kontakt-mit-gott.org/download/index.htm (Австри)
http://www.Godsdirectcontact.us/com/sb/

"Би Буддын болон Католик шашинтны аль нь ч биш. Би Унэнд харьяалагдаж, Унэнийг л номлодог.Та үүнийг Буддын шашин, Католик шашин, Бумбын шашин гэх юмуу аль хуссэнээрээ л нэрлэ. Би бүгдийг нь дуртайяа хүлээн авна."

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

"Дотоод амар амарлинуйгаа олж авснаар бид бусад бүх зүйлийг олж авна. Сэтгэлийн бүрэн ханамж, тэнгэрлэг диваажин болоод газар дэлхийн хүсэл бүхэн биелэх нь бидний мөнхийн нийцэл зохирол, мөнхийн билгүүн ухаан, хамгийг чадагч хүчний дотоод ухаарахуй болох Эзэн Бурханы орноос ирдэг юм. Энэ бүхнээ эс олвоос бид хэчнээн их мөнгө хөрөнгө, эрх мэдэлтэй, нийгэмд хэчнээн өндөр байр суурьтай байлаа ч гэсэн хэзээ ч сэтгэл хангамуун болж чадахгүй"

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

"Сургаал маань та энэ дэлхий дээр юу л хийх ёстой байна, түүнийгээ хий. Хамаг зүрх сэтгэлийнхээ угаас хий. Хариуцлагатай байж, үүнийхээ зэрэцээ өдөр бүр бясалгал хий гэдэгт оршино. Та өөртөө болон дэлхий ертөнцөд үйлчлэхийн тулд улам их эрдэм мэдлэг, улам их билгүүн ухаан, улам их амар амарлинуйг олж авах болно. Таны дотор өөрийн тань сайн сайхан чанар оршин буйг бүү март. Бие махбодод тань Эзэн Бурхан оршин буйг бүү март. Зүрх сэтгэлд тань Будда оршин буйг бүү март."

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

УДИРТГАЛ

Хүн төрөлхтний сүнсний хөгжлийг дээшлүүлэх явдал цорын ганц үүрэг зорилго нь болсон ховор нандин хүмүүс үе үеийн туршид бидний дунд төрж байжээ. Бурхан Шагжмуни, Мухамед болоод Есүс Христ ч бас тийм л хүмүүс байсан юм. Энэ гурвыг бид сайн мэддэг хэдий ч бас бид нэрийг нь сонсоогүй өөр олон хүн байжээ. Зарим нэг нь хүмүүст сургаал номлолоо айлдаж байсан тул тэдгээр хэдэн хүн нь л мэддэг байж, харин бусдынх нь нэр мэдэгдэлгүй үлджээ. Тэднийг янз бүрийн улс оронд, янз бүрийн цаг үед өөр өөрөөр нэрлэж байв. Хүмүүс тэднийг Багш, Хувилгаан, Гэгээнтэн, Аврагч, Мессей, Ариун Эх Дагина, Элч, Гүрү, Амьд Гэгээнтэн зэргээр нэрлэж иржээ.Тэд Гэгээрэл, Аврал, Төгөлдөржилт, Чөлөөлөлт буюу Сэхээрэлт гэгддэг тэрхүү зүйлийг бидэнд зааж сургах гэж л ирсэн. Хэдийгээр энэ зүйлийг нэрлэж байгаа үгс нь ялгаатай ч уг чанартаа утга санаа нь нэг ижил юм.

Урьд үеийн гэгээнтнүүдтэй адил Тэнгэрлэг Эх Сурвалжаас ирсэн, оюун санааны асар их хүчтэй, ёс суртахууны цэвэр ариун чанартай, хүн төрөлхтнийг сэхээрүүлэх хүч чадал бүхий Зочид өнөөдөр бидний дунд оршин буй атал тэдний талаар тун цөөхөн хүн л мэдэж байна. Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай бол тийм гэгээнтнүүдийн нэг юм.

Амьд Гэгээнтэн гэж шүтэгддэг хүмүүстэй Чин Хай Багш адилгүй тул тийн хүлээн зөвшөөрөхөд амаргүй. Учир нь тэр бол эмэгтэй хүн. Буддын шашинт болон өөр бусад олон хүн эмэгтэй хүн Будда болж чадахгүй гэдэг үлгэрт итгэдэг. Мөн Тэр бол Дорнын гаралтай хүн, харин Өрнийн хүмүүс Аврагчаа өөрсөдтэйгээ адилхан байгаасай хэмээн хүсдэг. Гэвч Түүнийг таних боломж олдож, сургаал номлолыг нь дагасан дэлхийн өнцөг булан бүрийн, олон янзын шашинтай шавь бид Түүний чухам хэн болохыг нь мэднэ. Та таньж мэдье гэвэл оюун ухаанаа зохих хэмжээнд нээлттэй байлган, чин сэтгэлээсээ хандаж, тодорхой хэмжээний цаг зав болон анхаарлаа зориулахаас өөр зүйл хэрэггүй.

Хүмүүс ихэнх цагаа амь зуух мөнгө олох болон материаллаг хэрэгцээндээ санаа тавихад зарцуулдаг. Бид өөрийн амьдрал болоод хайрлаж хүндэлж явдаг хүмүүсийнхээ амьдралыг аль болох тав тухтай болгохын төлөө ажилладаг. Чөлөө цаг

гарах үед улс төр, спорт, телевиз болон хамгийн сүүлийн үеийн дуулиан шуугиан, хов жив гэх мэт зүйл руу анхаарлаа хандуулна. Бурхантай дотооддоо шууд холбогдож, хайрын хүчийг ойлгож таньсан зарим маань харин амьдралд үүнээс илүү зүйл гэж байдгийг мэддэг. Энэ сайхан мэдээ өргөн олон түмэнд хүрдэггүй нь бидэнд тун харамсалтай санагддаг юм. Амьдралын төлөөх бүхий л зүтгэл тэмцлийн шийдэл нь дотоодод маань анир чимээгүй оршиж, хүлээж байдаг. Диваажин гар сунгах төдий зайд оршдог гэдгийг бид мэднэ. Бид хэт их итгэл үнэмшлээсээ болж зохисгүй загнаж, ухааныг тань цочроосон зүйл хэлсэн бол өршөөнө үү. Мэдсэнээ мэдээд, харснаа хараад чимээгүй суугаад байх нь бидэнд хэцүү байна.

Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн шавь, Түүний уламжилсан Аръяабалын номын цогц буюу дотоодын гэрэл аялгуу ажих бясалгалын номын ахан дүүс бидний зүгээс манай Багш болон өөр Багш нараар дамжин биеллээ олж болох Диваажинг Ухаарах ахуй ойлголтонд тань дөхөм болох болов уу хэмээн найдаж энэхүү танилцуулах номыг танд өргөн барьж байна.

Их Багш Чин Хай бясалгал, дотоод төвлөрөл, залбирлын ач холбогдлыг заан сургадаг юм. Бид энэ насаа үнэхээр аз жаргалтай өнгөрүүлье гэвэл өөрийн дотоод Бурхан Чанараа нээн илрүүлэх ёстой юм хэмээн тэр тайлбарладаг. Тэрбээр Гэгээрэл гэдэг бол тийм ч хүрэхийн аргагүй нууц далд, сонгомол хэсэг хүн эсвэл зөвхөн дияанч нар л хүрч болдог зүйл биш гэдэг юм. Багшийн маань үүрэг бол биднийг ердийнхөөрөө амьдарч байхад дотоодын маань Бурхан Чанарыг дуудан сэрээх явдал юм. Багш маань: **Бид цөм Үнэн Ёсыг мэднэ. Бид ердөө л мартчихсан юм. Тэгээд зарим үед бидний амьдралын зорилго юу юм, яагаад Үнэнийг эрж олох ёстой юм, яагаад бясалгал хийх хэрэгтэй юм, яагаад Эзэн Бурхан болоод Будда, Ертөнцийн Хамгийн Дээд Хүч гэгдэх нэгэнд итгэх ёстой юм гэдгийг бидэнд сануулах гэж хэн нэгэн хүн заавал ирэх ёстой болдог юм** гэжээ. Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай өөрийг нь шүтэн дагахыг хэнээс ч хүсээгүй. Тэрбээр бусад хүн өөрийнх нь гэгээрлээс жишээ аван өөрсдөө Эцсийн Чөлөөлөлтөнд хүрэхийг л ердөө санал болгодог.

Энэ товхимол бол Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай-н сургаалын удиртгал болно. Энэ товхимолд орсон Чин Хай Багшийн ном тайлж хэлсэн үг, эргэцүүлэл тайлбар, иш татаж ярьсан зүйл нь дуу хураагуураар бичиж аваад цаасанд

буулгасан, заримдаа өөр хэлнээс орчуулж дараа нь хэвлэх гэж хянан тохиолдуулсан зүйл гэдгийг анхаарна уу. Бид танд аудио болон видео эх хуурцгийг үзэж, сонсоорой гэж зөвлөж байна. Ингэх нь хэвлэмэл үсгийг бодвол Тэр өөрөө биеэрээ бодитой байгаа юм шиг илүү тод мэдрэмж төрүүлэх болно. Түүнтэй биечлэн уулзаж, нүдээрээ үзэх нь бүр ч илүү ойлголт өгөх нь мэдээж.

Чин Хай Багш зарим хүнд Ээж нь, зарим хүнд Эцэг нь, заримынх нь хувьд Хайрт хүн нь болдог юм. Хамгийн наад зах нь Тэр энэ ертөнц дээр олдож болох хамгийн сайн Найз тань байх болно. Тэр энд бидэнд өгөх гэж ирснээс биш авах гэж ирээгүй. Тэрээр сургаал ном айлдаж, дэмжиж тусалсан болон авшиг хүртээснийхээ төлөө ямар ч төлбөр авдаггүй. Тэр зөвхөн зовлон зүдгүүр, уйтгар гуниг, зовиур шаналлыг тань л авах болно. Гэхдээ зөвхөн Та л өөрөө хүсч байвал шүү дээ!

Товч Илгээлт

Эзэн Бурхан болоод Дээд Эрхэм Сүнсний тухай ярихдаа Их Багш Бурхан эр эсвэл эм хүйстэй алин болох маргаанаас зайлсхийж, хүйсний ялгаа заадаггүй оргинал нэр томъёо хэрэглэж байхыг бидэнд заадаг юм.

She+He= Hes (Bless гэдэгтэй адил дуудна.)
Her+Him=Hirm (Firm гэдэгтэй адил дуудна.)
Hers+His=Hiers (Dear гэдэгтэй адил дуудна.)

Жишээлбэл: Эзэн Бурхан хийх болохоороо Тэрээр (Hes) юмыг Өөрийнх нь (Hirmself), Түүний (Hiers) хүсэл зоригт нийцэж тохирч байхуйцаар хийдэг юм.

*Уран бүтээлч, сүнслэг бясалгалын багш болох Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай дотоод гоо сайхны аливаа илэрхийлэлд дуртай. Иймээс нь Тэрбээр Вьетнамыг “Ау Лак”, Тайванийг “Формоса” хэмээн өгүүлдэг. Ау Лак гэдэг нь “Аз жаргал” гэсэн утгатай Вьетнамын эртний нэр юм. “Үзэсгэлэнтэй“ гэсэн утгатай Формаса хэмээх нэр нь энэ арал болон хүн ардынх нь гоо сайхныг илүү төгс төгөлдөр илэрхийлдэг. Энэ нэрсийг хэрэглэх нь энэ нутаг орон хийгээд оршин суугчдад нь сүнслэг хөгжил дэвшил, аз хийморь авчирдгийг Их Багш мэддэг юм.

"Багш гэдэг бол таныг Багш болгож... та өөрийгөө Багш гэдгийг мэдэж, Эзэн Бурхан болон та нэг юм гэдгийг ойлгоход тань тусалж чадах түлхүүртэй хүн юм. Ердөө л энэ. Энэ бол Багшийн цорын ганц зорилго юм."

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

"Манай зам мөр бол шашин биш. Би хэнийг ч Католицизм юм уу Буддизм эсвэл өөр ямар нэгэн "-изм" рүү хандуулахгүй. Би зөвхөн танд өөрийгөө таньж мэдэх, хаанаас ирснээ олж мэдэх, газар дэлхий дээрх үүрэг зорилгоо сэргээн санах, ертөнцийн нууцыг нээх, яагаад ийм их зовлон зүдгүүр оршиж байдаг болон үхлийн дараа биднийг юу хүлээж байдгийг ойлгох зам мөрийг санал болгож байгаа юм."

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

"Бид дэндүү зав чөлөөгүй байдгаасаа болоод Эзэн Бурханаас тусгаарлагджээ. Хэн нэгэн хүнтэй ярилцаж байхад утас тань дуугараад байдаг. Та хоолоо хийгээд юм уу эсвэл өөр хүмүүстэй ярилцаж завгүй байх юм бол хэн ч тантай холбогдож чадахгүй. Эзэн Бурхантай холбогдохын хувьд ч бас ийм л юм болдог. Тэр бидэн рүү өдөр бүр залгавч бидэнд Түүнд зориулах цаг зав байдаггүй тул Түүнд хариу өгөлгүй утсаа тасалсаар байдаг билээ."

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

ТӨГС ГЭГЭЭРСЭН ЧИН ХАЙ БАГШИЙН ТОВЧ НАМТАР

Их Багш Чин Хай Ау Лакт нэгэн чинээлэг гэр бүлд нэр хүндтэй ардын оточ хүний охин болон мэндэлжээ. Тэрээр Католик шашинтны ёсоор өсч хүмүүжсэн боловч эмэг эхээсээ Буддын шашны гол үндэс, ойлголтуудыг олж мэджээ. Хүүхэд ахуйдаа шашны сургаал номлол, гүн ухааныг ихэд сонирхдог байсан төдийгүй аливаа амьтныг гойд хайрлан энэрдэг байжээ.

Арван найман настайдаа Их Багш Чин Хай Англи руу суралцахаар явж, хожим нь Францад тэгээд Германд очиж, Улаан Загалмайн нийгэмлэгт ажиллан нэгэн Герман эрдэмтэнтэй гэрлэжээ. Гэр бүл болон хоёр жил аз жаргалтай амьдарсныхаа дараа Тэрбээр нөхөртэйгөө зөвшилцөн тохиролцсоноор гэрээ орхиж, гэгээрлийг эрэл хайгуулд гарчээ. Ийнхүү тэрбээр бага наснаасаа мөрөөдөн тэмүүлсэн хүсэл зорилгоо гүйцэлдүүлэх боломжтой болсон байна. Тэр үед өөрт олдсон хэн нэгэн Багш болон гэгээрсэн Багш нарын удирдлага дор олон янзын бясалгал дадал болоод оюун санааны дэг горимд суралцаж байв. Тэрбээр хүн төрөлхтний зовлон зүдгүүрт ганц хүний тус нэмэр гавихгүй зүйл болохыг ойлгоод хүнд туслах хамгийн сайн арга бол өөрөө өөрийгөө бүрэн таньж мэдэх явдал гэдгийг ухаарчээ. Дан ганц энэ л зорилго өвөрлөж, төгс гэгээрэлд хүргэх аргыг эрэн хайж, олон олон улс орныг тойрон аялав. Олон жилийн сорилт туршилт, зовлон зүдгүүрийгдаван туулсны эцэст нь Их Багш Чин Хай Гималайн ууланд Арьяабалын бясалгалын арга, түүний Бурханлаг Дамжуулалт авшгийг хүртжээ. Тэрээр авшиг хүртсэнийхээ дараа Гималайн ууланд дияанчлан сууж, хэсэг хугацаагаар хичээнгүйлэн бясалгасны дараа төгс гэгээрэлд хүрсэн билээ.

Гэгээрснийхээ дараа хэдэн жилийн турш Их Багш Буддын гэлэнмаа болж эгэл даруу, нам гүм амьдарч байв. Их Багш угийн бүрэг даруу хүн бөгөөд хүмүүс ном зааж, авшиг хүртээхүйг

эрэн ирэх хүртэл энэ Эрдмээ нууцалсаар байжээ. Америк, Формаса дахь анхны шавь нарынхаа шаргуу идэвх чармайлт, чин сэтгэлийн хүсэлт гуйлтаар Их Багш Чин Хай дэлхий даяар лекц яриа хийж, чин сэтгэлт оюун санааны эрэлчин хэдэн арван мянган хүнд сэтгэлийн авшиг хүртээжээ.

Өнөөдөр янз янзын шашин шүтлэгтэй, өөр өөр улс орны Үнэн Мөрийг эрэгч олон олон хүн хамгийн төгс төгөлдөр билиг ухааныг нь олж хүртэх гэж Их Багш Чин Хайруу тэмүүлж байна. Арьяабалын бясалгалын арга - хамгийн төгс дээд ганц нь хэмээн Өөрийн биеэр нотолсон агшин зуур гэгээрэх энэ аргаар нь бясалгаж, үүнд суралцахыг чин сэтгэлээсээ хүсэгч хэн бүхэнд Их Багш Чин Хай авшиг хүртээж, оюун санааны зам мөртцаашид замчлан дагуулахад бэлэн байдаг юм.

Ертөнц зовлонд автаад
Ердөө би л таныгаа гэнэм!
Хэрэв та ертөнцийн дотоодод байх аваас
Хамаг зовлон аяндаа зайлан одмуй.
Тэгээ ч, орчлон зовлонд автсан болохоор
Тандаа зоришлах газрыг хайгаад олохгүй нь, би!

♡♡♡

Харцны тань сайхнаас ганцыг ч атугай хүртэхийн төлөө
Хан ертөнцийн хамаг л од, наран, саранг ч
худалдаж орхихсон, би
Аа, Цаглашгүй Гэрэлт Багш минь!
Ашин зуур гэрлээрээ энэлсэн зүрхийг минь шийгүүлж,
нигүүлсэн соёрх!

♡♡♡

Ертөнцийн эгэлхэн гэрэл, энигүүхэн аялгуун доор
Ертөнцийн хумүүс үдэш дуулан бүжихээр одмуй.
Сэлүүн аниргүйд би л орь ганцаар суугаад
Сэтгэлийн доторх гэрэл, аялгуунаа найган ганхнам.

♡♡♡

Төгөлдөр эрхэмсийг тань таньснаас хойш, Эзэн Бурхан минь
Тоост хорвоогийн юухныг ч гэсэн тоохоо больсоон, би
Тэнгэрлэг Хайр Энэрэлдээ л тэвэрч хайрла, намайг
Чүрд!
Аминь.

♡♡♡

~ Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай ~
"Чимээгүй нулимс" шүлгийн түүврээс

ЧАНАГУУХ ЕРТӨНЦИЙН НУУЦ

Төгс Гэгээрсэн Их Багш ЧИН ХАЙ
1992 оны 6-сарын 26-ны өдөр, (DVD№ 260)
Нью-Йорк хотноо НҮБ-д уншсан лекц,

Нэгдсэн Үндэстний Байгууллагад тавтай морилцгооно уу. Одоо хүн бүр өөрийн шүтлэг бишрэлээрээ, өөртөө байгаа бүхний төлөө, энэ бүхнийг бидэнд өгснийх нь төлөө Эзэн Бурханд талархан, хамтдаа жаахан залбиран даатгая. Мөн гачигдаж дутагдаж буй хүмүүс хүссэн бүхнээ бидний адил хүртэх болтугай; даян дэлхийн дүрвэгсэд, дайн дажны хөлд нэрвэгдэгсэд, цэрэг дайчид, төр засгийн тэргүүн нар, түүнчлэн НҮБ-ын удирдагчид санаж бодсон бүхнээ гүйцээж чадаад бие биетэйгээ эв найртай амьдрах болтугай гэж сэтгэл зүрхнийхээ угаас хүсэн ерөөж,итгэж найдъя.

Хүсч гуйсан бүхэн маань биелнэ гэдэгт бид итгэж байна. Яагаад гэвэл Библид ингэж өгүүлсэн байдаг билээ. Баярлалаа.

Та бүхний мэдэж байгаачлан өнөөдрийн лекцийн сэдэв бол "Чанагуух ертөнц". Учир нь та нарын мэдэх энэ ертөнцийн тухай та бүхэнд илүү юм ярья гэж надад бодогдохгүй байна. Энэ ертөнцийн чанадад бол харин огт өөр зүйлс байдаг. Энд ирсэн бүх хүмүүс энэ тухай сонсож мэдэх сонирхолтой байгаа болов уу. Энэ бүхэн бол манай бясалгагч сая та нарт хэлсэн шиг итгэхүйеэ бэрх уран сэтгэмж юм уу ид шидийн зүйл биш. Энэ бол маш шинжлэх ухаанлаг, учир зүйд бүрэн дүүрэн нийцэх атлаа нэн чухал зүйл.

Шашны янз бүрийн бичиг зохиол хийгээд Ариун судруудад тэнгэрийн долоон орон, ухамсрын өөр өөр түвшин, бидний дотоодод байх Бурханы орон, Бурхан чанар... зэрэг нь оршин байдаг тухай дурдсан байдгийг бид бүгд сонсож байсан. Эд бүхэн бол энэ ертөнцийн чанадад байдаг хэмээх зүйлс юм. Гэвч эдгээр Ариун сударт амласан тэр зүйлст тийм ч олон хүн хүрч чаддаггүй. Олон биш шүү. Ер хэн ч хүрч чаддаггүй гэж

хэлж болохгүй боловч тийм ч олон хүн хүрдэггүй. Дэлхийн хүн амын тоотой харьцуулбал дотоодынхоо Бурханы оронд буюу "Чанагуух ертөнц" гэгддэг тэр зүйлд хүрсэн хүн үнэндээ маш цөөхөн.

Хэрвээ та Америкт амьдардаг бол та бүхэнд чанагуух ертөнцөд байдаг зүйлсийг дүрсэлсэн өдий төдий ном унших боломж байдаг биз. Мөн америкчуудын хийсэн киноны зарим нь тэр чигтээ сэтгэлдээ ургуулсан, зохиомол зүйл ч биш. Япончуудын хийсэн кинонууд ч зөвхөн уран зохиол биш. Учир нь тэдгээр найруулагч чанагуух ертөнцөд очиж үзсэн хүний бичсэн номыг уншсан, эсвэл тэд өөрсдөө Бурханы гэрэл гэгээнд нэвтэрсэн байх магадлалтай.

За тэгэхээр, Бурханы оронд ер нь юу байдаг хэрэг вэ? Бидэнд энэ ертөнцийн өдий төдий хэрэг явдал, ажил төрөл, тав тухтай оронгэр, элгэмсэг дотно хүмүүс байсаар байтал юунд Бурханы орны тухай санаагаа зовоох ёстой вэ? Чухамдаа гэвэл бидэнд энэ бүхэн аль хэдийнээ байгаа учраас л бид Бурханы орны тухай бодох хэрэгтэй байгаа юм. Бурханы орон гэж ярихаар — энэ үг дэндүү шашинлаг сонсогддог. Гэтэл энэ бол үнэн хэрэгтээ дээд ухамсрын нэг түвшин төдий юм. Эрт цагт хүмүүс үүнийг диваажин гэдэг байв. Шинжлэх ухааны нэр томьёогоор бол үүнийг мэдлэгийн өөр үлэмж дээд түвшин, билиг ухааны илүү өндөр дээд шат гэж тодорхойлж болно. Тийм болохоор хэрхэн яах арга замыг мэдчихвэл бид ч үүнд хүрч чадна.

Саяхан Америкт нэгэн шинэ бүтээл гарч, хүнийг самадид оруулж чадах машин бий болж гэж бид бүгд сонсов. Та бүхэн хэрэглэж үзэв үү? Үгүй юу? Америкт бол энэ нь маш хямдхан, та самадийн аль түвшинд орохыг хүсч буйгаас хамаараад дөрвөн зуугаас долоон зуун долларын үнэтэй. Хүмүүсийн ярих нь, энэ машиныг бясалгал хийх дургүй мөртлөө нэн түргэн самади агуулах санаатай залхуу хүмүүст зориулсан аж. Энэ тухай та нар мэдэхгүй байгаа бол би товчхон ярьж өгье.

Энэ машин хүнийг тайвшруулан сулруулж, уураг тархийг нь амрааж чаддаг, тэгээд I.Q (оюуны итгэлцүүр) нь өндөр түвшинд хүрдэг гэж байна. Энэ нь хүнд дээд зэргийн эрдэм мэдлэг, дээд зэргийн билиг ухаан өгдөг, тэр хүнд гайхалтай сайхан байгаа мэдрэмж төрдөг гэнэ. Энэ машинд тусгайлан сонгосон

гадна талын хөгжим ашигладаг болохоор та заавал чихэвч зүүх хэрэгтэй болно. Тэгээд тэд өөрийг тань өдөөх цахилгаан, гүйдэл маягийн юм өгөх ба тэгмэгц та гэрэл гялбаа мэт ямар нэг зүйл үзнэ. Тиймээс нүдээ заавал боох шаардлагатай. Самади агуулъя гэвэл нүдээ боож, чихэвч зүүчихвэл гүйцэх нь тэр. Энэ маш сайхан хэрэг, тэгээд бас дөрвөн зуун доллар төдийхөн, маш хямдхан байгаа биш үү. Гэтэл бидний самади бол үүнээс ч хямд, сохор зоос ч хэрэглэхгүй, тэгээд бас үүрд мөнхийнх байдаг. Түүнчлэн цахилгаан зайнаас цэнэглэх, залгуурт залгах, салгах хэрэггүй эсвэл машин ажиллахгүй бол засах ч шаардлага байхгүй билээ. Тэгэхээр, зохиомол гэрэл гялбаа, дуу аялгуу хүртэл хүнийг амирлуулан тайвшруулж, билиг ухааныг нь нээгдүүлж чаддаг-ийм зүйлс өгөх ёстой гэнэ. Би энэ тухай сониноос уншсанаас биш өөрөө хэрэглэж үзээгүй. Тийм учраас энэ юм маш их дэлгэрч байгаа бөгөөд бас борлуулалт сайн байгаа гэж дуулдаж байна. Ийм хиймэл зүйлс хүртэл сэтгэлийг амар тайван болгож, оюуны итгэлцүүрийг (I.Q) маань дээшлүүлж чадаж байхад жинхэнэ үнэн бодит зүйл бидний билиг ухаанд хэчнээн их тус болж чадахыг төсөөлөөд үз! Жинхэнэ үнэн зүйлс нь хэдийгээр энэ ертөнцийн чанадад байдаг ч холбогдохыг хүссэн хэн ч хүрч болохуйц зүйл юм. Энэ бол дотоодын тэнгэрлэг Хөгжим, дотоодын тэнгэрлэг Аялгуу юм. Энэ Эгшиг хөгжим..., дотоодын Гэрэл гэгээ болон дотоодын Дуу Аялгууны хүчний түвшнээс хамааран бид өөрийгөө энэ ертөнцийн зааг хязгаараас түлхэн гаргаж, үлэмжийн гүн гүнзгий ухамсрын түвшинд очиж чадна.

Үүнийг би физикийн хуультай адилхан гэж боддог. Газрын татах хүчний эсрэг... пуужин хөөргөө гэвэл пуужинг асар их хүчээр түлхэх хэрэгтэй бөгөөд түүний хурд нэн их болох үед пуужин гэрэл цацруулна. Тэгэхээр чанагуух ертөнцрүү маш их хурдтай нисэх үедээ бид ч бас... Гэрэл гэгээ цацруулна, мөн түүнчлэн бид Дуу аялгуу ч сонсож чадна.

Энэ Аялгуу бол биднийг дээд түвшин рүү түлхэж буй Хэлбэлзлийн Хүчний нэг төрөл. Гэхдээ ямар ч дуу чимээ гаргалгүй, нэг их түвэг удалгүй, тохь тух алдуулалгүй, зардал мөнгө ч шаардалгүйгээр "үүнийгээ" хийдэг юм. Энэ бол чанагуух ертөнцөд хүрэх арга зам мөн.

Чанагуух ертөнц юугаараа манай ертөнцөөс илүү байдаг вэ? Бидний төсөөлж чадах болон эс чадах бүх зүйлээрээ илүү. Үүнийг бид нэгэнтээ үзчихвэл дараа нь мэддэг болно. Өөр хэн ч бидэнд үнэн бодитой дүрслэн хэлж чадахгүй. Гэхдээ бид үүндээ чин сэтгэлтэй мөн цөхрөлгүй шургуу байх ёстой, эс бөгөөс бидний өмнөөс хэн ч үүнийг хийж өгч чадахгүй. Энэ нь таны НҮБ дахь ажлыг хэн нэгэн хүн таны өмнөөс хийгээд харин цалин хөлсөө та өөрөө аваад байдаггүйтэй адилхан юм. Өөр хүн бидний өмнөөс хоол идэж туслахад бид цаддаггүйтэй адил. Тийм учраас энэ аргыг өөрөө туршиж үзэх нь хэрэгтэй юм. Бидэнд ярих ахуй ойлголттой хүмүүсийн үгийг сонсож болох ч түүнээс бид их туршлага олж авч чадахгүй. Магадгүй бид Бурханы ахуй ойлголттой(өөрийн туршлага) болсон хүний хүчээр нэг удаа, хэдэн удаа эсвэл хэдэн өдрийн турш ахуй ойлголтыг үзэж, мэдэрч болно. Түүнчлэн, нэг их хүч зарцуулалгүй зүгээр байж байгаад Гэрэл гялбаа үзэж, Дуу аялгуу сонсож болно. Гэвч ихэнх тохиолдолд энэ нь төдий л удаан үргэлжилдэггүй. Тийм болохоор бид өөрсдөө бясалгаж, өөрсдөө л хийх ёстой юм.

Манай ертөнцийн чанадад өөр олон ертөнц бий. Манай ертөнцөөс арай дээгүүр оршдог нэг ертөнцөөр жишээлье. Барууны нэр томъёогоор түүнийг "Одот ертөнц" (Astral world) гэдэг. Одот ертөнц нь зуу гаруй ялгаатай түвшинтэй бөгөөд түвшин бүр нь дангаараа нэгэн ертөнц болно. Энэ ертөнц бүр нь бидний ойлголтын түвшинг харуулж байдаг. Их сургуульд сурахтай эгээ ижил, сурах явцад дамжаа бүр нь бидний их сургуулийн ном эрдмийг хэрхэн ойлгосныг илтгэн харуулж, бид тийнхүү аажим ахисаар сургуулиа төгсдөг шиг юм.

Асурийн ертөнцөд бид ид шидийн гайхамшиг гэж нэрлэдэг олон зүйлийг үзнэ. Биднийг мөн ид шидээрээ гайхуулан ховсдон татаж ч мэднэ. Бид өөрсдөө ч ид шид үйлдэж чадах магадлалтай. Бид өвчтэй хүнийг эмчилж, бусад хүний нүдэнд харагдахгүй зүйлийг олж үзэж чадна. Наад зах нь зургаан төрлийн ид шидийн хүчтэй болж, ердийн саад хоригийг даван далдыг харж, орон зайнаас үл хамааран юмсыг сонсож чадна. Бидний хувьд хол ойрын ялгаа үгүй, үүнийг далдыг сонсон онох хэмээн нэрлэдэг юм. Тэр цагт бид хүний бодлыг

нэвт харж, заримдаа хүний санаа сэтгэлд юу байгааг уншиж чадна. Бурханы орны Нэгдүгээр Түвшинд хүрэхэд бидэнд дээрх боломж чадвар нээгдэж болдог. Миний саяын ярьсан Нэгдүгээр Түвшний цаад талд өөр олон түвшин байх бөгөөд тэдгээр нь хэлээр дүрслэн өгүүлэх бололцооноос хэтийдсэн байдаг. Авшиг хүртсэний дараа үргэлжлэн бясалгасаар бидний зэрэг дэс нэгдүгээр түвшинд хүрвэл бид илүү олон чадвартай болно. Урьд нь бидэнд огт байгаагүй уран зохиолын авьяас билиг хүртэл бий болдог. Түүнчлэн бид бусад хүний мэддэггүй өдий төдий юмсыг мэддэг болж, Бурхан тэнгэрээс заяав уу гэмээр олон боломж бидэнд олдох болно. Тэр нь заримдаа санхүүгийн амжилт, зарим үед албан тушаал ч байх юм уу өөр бусад зүйл байна. Мөн яруу найраг бичих чадвартай болох юм уу, уран зураг зурж, урьд өмнө хийх нь байтугай хийж чадна хэмээн төсөөлж ч чадахгүй байсан олон зүйлийг хийж чаддаг болно. Энэ бол Нэгдүгээр Түвшин. Бид гайхалтай сайн найруулгатай ном бичиж, шүлэг зохиож болох юм. Урьд өмнө нь мэргэжлийн түвшинд зохиол бичиж чадахгүй байсан бол одоо харин чадах жишээтэй. Эдгээр зүйл бол ухамсрын Нэгдүгээр Түвшинд хүрэхэд бидэнд олддог материаллаг ач тус нь юм.

Үнэн хэрэгтээ бол эдгээр нь Эзэн Бурханы бэлэг биш. Бидний дотор бурханлаг ертөнц оршиж байдаг бөгөөд бид тэднийг урин дуудсаны улмаас тэр бүхэн сэрж сэргэж байгаа нь энэ юм. Тэгээд бид энэ бүгдийн ашиг тусыг хүртэх боломжтой болно. Нэгдүгээр Ертөнцийн тухай товчхон өгүүлэхэд ийм байна. Ингээд бид илүү өндөр дээд түвшинд хүрэх юм бол шинэ шинэ зүйлийг нээж, нэн их зүйлийг хүртэж эзэмшинэ. Би энэ тухай бүгдийг та нарт ярих аргагүй нь мэдээжийн хэрэг. Тэгээд ч өөрөө хэзээ ч идэж үзээгүй хэрнээ чихэр, бялууны тухай өчнөөн сайхан юм сонсох шаардлагагүй. Тийм учраас би одоохондоо та бүхний хорхойг жаахан хүргэж байгаа төдий. Харин та нар идэж үзье гэж хүсч байвал өөр хэрэг шүү. Жинхэнэ амтлах идээг би жаахан байзнасхийж байгаад гаргаж өгнө. Тийм шүү! Гагцхүү та үүнийг идэж амтлахыг хүсч буй бол шүү дээ. Одоо харин энэ түвшнээс жаахан дээшилж, хялбарчлахын тулд “Хоёрдугаар Ертөнц” гэж нэрлэсэн Хоёрдугаар Түвшинд

очъё. Хоёрдугаар Ертөнц - бид нэгдүгээр ертөнцийнхөөс ч илүү нэн их авьяас чадвар, түүний дотор ид шидийн хүчтэй болж болох юм. Гэхдээ Хоёрдугаар Ертөнцөд хүрээд олж авдаг авьяас чадваруудын дотроос хамгийн гайхамшигтай нь — уран илтгэх урлаг болон маргах чадвар юм. Хоёрдугаар Ертөнцөд хүрсэн хүний оюун ухааны хүч чадал оргилдоо хүрч, гайхалтай уран илтгэх чадалтай болсон байдаг тул хэн ч түүнийг давж дийлэхийн аргагүй мэт санагдана.

Ердийн оюуны чадвартай юмуу дундаж I.Q-тэй хүмүүсийн олонх нь I.Q нь ер бусын өндөр түвшинд хүрсэн ийм хүнтэй өрсөлдөж чадахгүй. Гэхдээ энэ нь зөвхөн бие махбодын ууган тархи илүү хөгжсөнд биш, бидний дотоодод угаас байдаг нууцлагдмал Хүч, төрөлхийн билгүүн ухаан, бурханлаг Хүч чадалд оршиж байгаа юм. Одоо тэр нь нээгдэж эхэлсэн хэрэг. Энэтхэгт энэ түвшинг "Буддхи" гэж нэрлэх бөгөөд энэ нь "оюун ухаанлаг түвшин"-г илтгэдэг. "Буддхи"-д хүрвэл та Будда болно. "Будда" гэдэг үг нь эндээс гаралтай юм. Тэгэхээр Будда гэдэг нь чухамдаа үүнийг илэрхийлдэг байх нь. Гэхдээ энэ бол эцэс төгсгөл нь биш ээ. Би та бүхэнд зөвхөн Буддаг танилцуулаад зогсчихгүй, үүнээс цааш юм бас бий.

Ихэнх хүмүүс гэгээрсэн хүнийг Будда гэдэг. Хэрвээ тэр хүн хоёрдугаар ертөнцөөс дээш оршихуйг мэддэггүй бол үүгээрээ их бахархана. Өөрийгөө үнэнээсээ амьд Бурхан гэж бодохын зэрэгцээ шавь нар нь ч түүнийг Бурхан хэмээн өргөмжилж бахархана. Үнэн хэрэгтээ зөвхөн Хоёрдугаар Ертөнцөд хүрч аль дуртай хүнийхээ өнгөрсөн, одоо, ирээдүйг нэвт үзэж, дээд зэргийн уран илтгэх чадвартай болсон нь Бурханы оронд хүрэх зам мөрийн эцэс төгсгөл биш.

Хэн нэгэн хүн өнгөрсөн, одоо, ирээдүйг үзэж мэдэх чадвартай бол түүндээ онгирч бардамнах ёсгүй, учир нь энэ бол Баруунынхны ярьдаг Акашийн мэдээллийн сан (Akashic record) юм. Та нарын дотроос йог юм уу бясалгалын аль нэг төрлөөр хичээллэдэг хэн нь ч гэсэн Акашийн тэмдэглэл гэдэг нь хажуугийн танхимд байгаа НҮБ-ын номын сантай адил бүх төрлийн хэлтэй номын сан маягийн зүйл гэдгийг ойлгоно. Хажууд байгаа номын сандаа та нар Араб, Орос, Хятад, Англи,

Франц, Герман хэл зэрэг бүх төрлийн хэл байхыг харж болно. Хэрэв та энэ бүх хэлээр уншиж чаддаг бол тухайн оронд юу болж буйг мэднэ. Үүнтэй адилаар, Хоёрдугаар Түвшинд хүрсэн хүн бол өөрийнхөө намтрыг мэддэгийн адилаар бусад хүний төрх төлөвийг ойлгож, тов тодорхой тайлж чадна.

Ухамсрын Хоёрдугаар Түвшингээс олж авах зүйл үүнээс хавьгүй их юм. Гэхдээ "Буддхи" буюу оюун ухаанаа нээчихсэн учраас хэн нэгэн хүн Хоёрдугаар Ертөнцөд хүрэх нь хэдийнээ гайхамшигтай явдал, амьд Бурхан болсон хэрэг мөн билээ. Энэ үед бид олон олон юм, нэрлэж ч чадахгүй олон зүйлийг мэддэг юм. Оюун ухаан маань нээгдэж, амьдралаа амар амгалан, илүү сайн сайхан болгохын тулд эмчлэн анагаах, эвсэн зохицохуйн дээд эх сурвалжтай яаж холбогдохоо бид мэдчихсэн байдаг тул хүссэн ч, хүсээгүй ч ид шид хэмээгч тэр бүхэн бидэнд тохиолддог юм. Бидний урьд өмнө буруу хийсэн зарим зүйлийг засч залруулж, дахин гаргуулахгүй байхад зайлшгүй хэрэгтэй өнгөрсөн үеийн хийгээд одоогийн мэдээлэл рүү нэвтрэх гэж бидний оюун ухаан буюу "Буддхи" нээгддэг юм. Энэ бол бид алдаа дутагдлаа засч амьдралаа улам сайн сайхан болгохын тулд юм. Жишээлбэл, бид хөршөө ямар нэг санамсаргүй явдлын улмаас гомдоосноо өөрсдөө мэдэхгүй байж болно. Харин одоо бол энэ бүхэн бидэнд тов тодорхой болно. Маш хялбархан! Үл ойлголцлоос болоод юм уу эсвэл бид хөршдөө ямар нэг буруу юм хийснээс болж хөрш маань бидний эсрэг санаа өвөрлөж, ар хударгаар маань хорлохыг хичээдэг байсныг бид мэддэггүй бол харин одоо яагаад ийм зүйл тохиолдсон нь бидэнд тодорхой болно. Тиймээс энэ нь амархан. Бид хөршийндөө очих юм уу утсаар ярих, үдэшлэг зохиогоод түүндээ урьж залан үл ойлголцол бүхнээ арилгаж болох юм.

Бид энэ оюунлаг түвшинд хүрэх үед иймэрхүү зүйлсийг аяндаа, өөрөөр хэлбэл чимээгүйхэн ойлгож, зохицуулах юм уу эсвэл аливааг зохицуулахад тусалж чадах бөгөөд амьдралын маань хэлбэр маяг, зам мөрийг улам сайн сайхан болгох тэр хүчний эх ундаргатай холбогддог юм. Ингэж бид амьдралаас үүсдэг таагүй, хүсмээргүй нөхцөл байдал, элдэв зовлон гамшгийг багасгаж чадна. Тийм, тийм! Тийм учраас бид

Хоёрдугаар Ертөнцөд хүрэх нь ерөөсөө гайхалтай явдал юм.

Та бүхэнд тайлбарлах гэж хичээсэн энэ зүйл бол шинжлэх ухаан болон учир зүйд бүрэн нийцэх бөгөөд йог юм уу бясалгал хийдэг хүн гэдэг нь ямар нэг нууц далдын юм уу Харь Гаригийн хүн гэж бодох хэрэггүй. Тэд бол бидний л нэг адил газар дэлхийн хүмүүс бөгөөд гагцхүү хэрхэн ингэх арга замыг мэдсэнийхээ ачаар өөрсдийгөө хөгжүүлж чадсан улс юм.

Америкт "хэрхэн яаж" гэдгийг мэдсэн эсэхээс бүх зүйл шалтгаалдаг гэж бид ярьдаг. Тийм болохоор бид юуг ч сурч чадна. Тийм биз дээ? Бид юуг ч сурч чадна. Тэгэхээр энэ бол бид ч бас сурч болохуйц, чанагуух ертөнцийн шинжлэх ухаан гэмээр зүйл юм. Хэдийгээр сонин санагдаж болох ч судалж буй зүйл маань хэчнээн өндөр түвшнийх байна, төдий чинээ хялбар дөхөм байдаг юм шүү. Энэ ухаан нь дээд, дунд сургуулийн математикийн нарийн түвэгтэй бодлогоос ч амархан байдаг юм.

Хоёрдугаар Түвшин мөн олон дэд түвшинтэй. Орчлон ертөнцийн хамаг нууцыг нэгд нэгэнгүй тайлбарлах аргагүй учраас би ердөө л товч төдийхэн танилцуулахыг хичээе. Тэгээд ч та бүхэн энэ зам мөрийг нэгэнт туулчихсан Багштай хамт аялвал бүгдийг өөрсдөө үзэж мэдэх болно. Тийм болохоор нууц гэмээр юм юу ч байхгүй. Гэхдээ энэ бол дэндүү удаан, бид түвшин нэг бүрт хүрээд зогсож, доторх дэд түвшин бүрийг нь судлан шинжлэхэд хүрвэл хэт их цаг шаардагдана. Тийм учраас заримдаа Багш нь түвшин бүр дээр удаж төдөлгүй дараа дараагаар нь танилцуулж байгаа юм. Нэн хурдан - сүн, сүн, сүнхийгээд л. Хэрэв та нарт бусдыг сургах хэрэг байхгүй бол их юм сурах шаардлага байхгүй, толгой чинь өвдөнө. Тиймээс та нарыг дагуулан явж ердөө л гэрт тань хүргэж өгнө, учир нь ингэхэд ч маш их цаг хугацаа шаарддаг. Заримдаа үүнд бүх амьдрал шаардагдана. Гэхдээ гэгээрэл агшин зуур ирдэг.

Тэгэвч энэ нь зөвхөн эхлэл юм, яг л элсэлт шиг. Их сургуульд элссэн анхны өдрөөсөө л та даруй их сургуулийн оюутан болдог. Гэхдээ энэ нь докторын эрдмийн зэрэгтэй огт хамаагүй юм. Таныг сургуулиа төгстөл дөрөв, зургаа, арванхоёр жил ч өнгөрч мэднэ. Хэрвээ та их сургуулийн оюутан болохыг

үнэн сэтгэлээс, жинхэнээсээ нухацтай хүсээд бүртгүүлбэл, тэгээд тэр сургууль чинь үнэхээр их сургууль мөн юм бол та тэр дорхноо оюутан болчихно. Тиймээс хоёр талаасаа хамтран ажиллах ёстой юм. Бидэнд Нью-Йоркт өөр явах газар байхгүй гэж бодоод жишээлбэл, зүгээр наргиа болгож, энэ ертөнцийн чанадад гаръя гэж бодъё л доо. Бид Манхеттен, Лонг-Бийч, "Шорт-Бийч" болон өөр Бийч-үүдийг /далайн эрэг/ мэднэ. Одоо бид харь гарагт хаа нэгтээ очиж, тэнд юу болж байгааг үзэхийг хүсчээ гэж төсөөлье. Болох уу? Яагаад болохгүй гэж? Бид ердөө далайн усанд сэлэхийн төлөө Майами, Флорида руу их мөнгө төлөн явдаг биш үү, гэтэл яагаад хөрш гариг маань ямар болохыг, түүн дээр хүмүүс хэрхэн аж төрдгийг үзэхийн тулд энэ ертөнцөөс цаана орших өөр ертөнцүүд рүү явж болохгүй байх билээ. Би ингэхийг ямар нэг этгээд зүйл хийж байна бодохгүй байна. Үгүй гэж үү? Энэ нь ердөө л арай алсхан аялах, энэ биеэрээ аялахын оронд сүнсээрээ, оюун санаагаараа аялж буй хэрэг. Ер нь бол хоёр төрлийн аялал байдаг. Энэ бол нэн зүй ёсны төдийгүй ойлгоход маш хялбар зүйл.

Бид одоо Хоёрдугаар түвшний тухай ярилцаж байна. Би өөр юуг та нарт хэлж өгөх ёстой билээ? Ийм замаар бид энэ ертөнцөд аж төрөхийн сацуу өөр бусад ертөнцийн тухай мэдлэгтэй болчихдог юм. Бид аялан жуулчилж байдаг учраас тэр.

Америк болон бусад орны иргэд та нар ч мөн адил хөрш орнуудаа ямар болохыг үзэхийн тулд нэг улсаас нөгөө улс руу аялцгааж байдагтай л адил. Одоо энд НҮБ-д сууж байгаа та нарын ихэнх нь америкчууд биш гэж би бодож байна. Тийм биш гэж үү? Тиймээс та нар үүнтэй адил зүйл мэдэж авлаа. Бид өөр гариг эрхэс, эсвэл амьдралын дээд түвшин лүү тэдгээрийг ухаж ойлгохын тулд аялж болох юм. Гэвч эндхийн орон зай нь явганаар ч, пуужингаар ч, тэр бүү хэл нисдэг тавгаар ч (НҮМБ) туулахын аргагүй арвин уудам юм.

НҮМБ-ээр нисээд ч туулан гарах аргагүй тийм аварга том ертөнцүүд ч байдаг. Нисдэг Үл Мэдэгдэх Биет! Үл мэдэгдэх объект, тийм ээ, нисдэг биет. Бидэнд аль нэг НҮМБ-ээс ч хурдан нисэх чадвар байдаг. Энэ чадвар бол бидний сүнс.

Бид үүнийгээ бас оюун санаа ч гэдэг. Үүгээрээ нисч чадвал шатахуун хэрэглэхгүй, замд саад тотгор тохиохгүй, цагдаа ч тааралдахгүй. Нэгэн өдөр арабууд газрын тосоо бидэнд худалдахаа больчихно гэж сэтгэл зовох ч хэрэггүй (Инээлдэв). Хэрэгцээгээ өөрөө хангадаг тул өөр юуны ч хэрэг үгүй. Бид өөрсдөө л ертөнцийн хуулийг зөрчиж, тэнгэр газрын зохицлыг эвдэх тохиолдлуудыг эс тооцвол сүнс маань хэзээ ч гэмтдэггүй юм. Гэхдээ үүнээс сэрэмжлэхэд тийм ч хэцүү биш. Та нарыг хүсвэл би яаж ингэхийг зааж өгч болно.

Жишээ болгож би товчхон ярья, тэгэх үү? Би номлогч биш, бүү санаа зов, та нарыг сүм рүү аваачихгүй. Зүгээр л жишээ болгож байна.

Машин жолоодоход замын хөдөлгөөний дүрмийг мэдэж байх ёстойн адилаар бидний мэдэж байвал зохих ертөнцийн хууль гэж байдаг юм. Ногоон гэрлээр явна, улаан гэрлээр зогсоно. Баруун, зүүн тийшээ эргэх, хурдны замаар хэр хурдан явах...гэх мэт. Манай ертөнц, энэ биет ертөнцөд тун энгийн хуулиуд байдаг. Энэ ертөнцийн гадна, биет ертөнцийн чанадад бол ямар ч хууль байдаггүй. Бид чөлөөтэй, эрх чөлөөт иргэд, гэвч энэ эрх чөлөөг олж авахын тулд чанагуух ертөнцөд хүрэх ёстой шүү. Гэхдээ бид энэ дэлхийд, энэ бие махбодоороо амьдарсаар байгаа болохоор асуудал зовлонд орчихгүйн тулд энэхүү ертөнцийн хуулийн хүрээнд орших хэрэгтэй. Ингэж чадвал бид нисэх төхөөрөмжөө гэмтээлгүй нэн түргэнээр, нэн өндөрт саадгүй хүрч чадах юм.

Хинду, Буддын болон Христийн шашны ариун судруудад энэ хуулийг бичсэн байдаг. Эдгээр нь маш энгийн бөгөөд бид хөршдөө гай учруулж болохгүй, амь хороож болохгүй:"амь тасалж болохгүй", "садар самуун байж болохгүй", "хулгай хийж болохгүй" гэх мэтээр өгүүлдэг. Мөн мансууруулах бодистой зүйл хэрэглэж болохгүй гэсэн ба үүнд хар тамхийг багтаажээ. Будда XX зуунд хүмүүс кокейн гэх мэт зүйлийг сэдэж гаргахыг мэдсэн бололтой. Тиймээс аливаа мансууруулагчийг хориглосон байдаг. Бүх төрлийн мөрийтэй тоглоом, дэнчин тавих гэх мэт сэтгэлийг маань бие махбодын цэнгэлд татаж, оюун санааны зам мөрийг мартуулахад хүргэдэг тэр болгоныг мансууруулагчид хамааруулна.

Хэрэв бид аюулгүй бөгөөд хурднаар өндөрт нисэхийг хүсч байгаа бол пуужин хөөргөхөд физикийн хуулийг дагаж мөрддөгийн адилаар биет ертөнцийн хуулийг дагаж мөрдөх ёстой. Пуужин нисгэхийн тулд эрдэмтэд тодорхой хуулийг мөрддөг. Ердөө л энэ. Бид үүнээс хол, пуужингаас ч хол, НҮМБ-ээс ч хурдан нисэхийг хүсч байгаа болохоор хэчнээн их анхаарал болгоомжтой байх ёстой билээ. Гэвч та нар сонирхвол, тайлбарлаж ойлгуулах ёстой зарим нарийн ширийн зүйл байдаг. Гэхдээ үүнийг авшиг хүртэх үед чинь хэлж өгье. Харин одоо бол та нарыг "Би аль хэдийн мэднэ. Би үүнийг мэднэ ээ. Би үүнийг Библээс уншсан. Арван гэрээс л биз дээ? Арван сахил" гэж хэлдэг тэр бүх сахил тангаргаар чинь залхаахыг хүсэхгүй байна.

Чухамдаа бол бидний олонх нь эдгээр сахилыг уншсан байдаг боловч түүний гүн далд утгыг нь сайтар эргэцүүлэн ухааараагүй юм уу эсвэл ойлгоогүй байдаг. Магадгүй бид өөрсдийнхөөрөө ойлгоод чухам яг ямар утгатай болохыг нь ухаардаггүй ч байж болох юм. Тиймээс үүнийг өөрсдөдөө дахин сануулж, гүн утгыг нь бага боловч сонсоход гай болохгүй. Жишээлбэл, Библид болон Хуучин Гэрээний эхний хуудсан дээр **Эзэн Бурхан: Би газар дэлхийн хамаг амьтныг та нарын анд нөхөр байг гэж, та нарт туслаг гэж бүтээлээ, тануус тэднийг эзэгнэн жолоодогтун** гэсэн билээ. **Мөн тэр амьтдад тус бүрт нь өөр өөр хоол хүнс бүтээж өглөө** гэж хэлжээ. Харин Эзэн Бурхан биднийг амьтныг идээрэй гэж ер хэлээгүй билээ. Үгүй, Үгүй! Харин Тэрбээр Би газар дэлхий дээр байгаа ургамал ногоо бүхнийг, харахад сайхан, хазахад амттай жимс жимсгэнэ бүтээлээ, тэр бүхэн бол та нарын хоол хүнс болог гэжээ. Гэтэл тун ч цөөхөн хүн үүнд анхаарлаа хандуулдаг биш үү. Тийм болохоор Библийг баримталдаг маш олон хүн Эзэн Бурхан үнэндээ чухам юу хэлснийг ухаарахгүй мах идсээр л байгааг та нар мэднэ.

Хэрэв шинжлэх ухааны судалгааг нарийвчлан анхаарч үзвэл бид мах идэх ёсгүй юм гэдэгт итгэж үнэмших болно. Бидний бие цогцос, ходоод, гэдэс, шүд зэрэг нь цөм зөвхөн ургамлын гаралтай веган хоол хэрэглэхэд зохицсон байдаг. Бид төрөхөөсөө л оюун санааны гайхам чадамжтай байдаг боловч

олонх маань хурдан хөгширч, өвчин тусч, үлбэгэр дорой, хойрго залхуу болдогт гайхаад байх юм алга. Өдрөөс өдөрт дордсоор нас ахих тусмаа улам мууддаг. Энэ нь бид өөрсдийн "унаа хөсөг", "нисэх хэрэгсэл" болсон бие, "НҮМБ"-ээ гэмтээснээс болдог юм. Хэрэв бид энэ "унаагаа" удаан хугацаагаар аюулгүй ашиглая гэвэл түүнийгээ зөв арчлан хямгадах хэрэгтэй.

Жишээ нь, бид машинтай байлаа гэж бодъё. Мэдээжээр та нар бүгд машин барьдаг. Хэрэв машиндаа тохирохгүй шатахуун хийчихвэл юу болох вэ? Яах вэ? Машин чинь хэдхэн алхам газар яваад л зогсчих байх. Үүнд машинаа буруутгах хэрэггүй. Энэ бол бидний л алдаа, бид андуурч будлиад тохирохгүй шатахуун хийчихсэн шүү дээ. Эсвэл шатахуунд ус орчихсон байлаа гэхэд машин чинь жаахан явж магадгүй ч яршиг түвэг чирэх л байх. Эсвэл тос нь хэт бохирдсоныг бид солиогүй бол жаахан яваад л дахиад асуудал гарна. Заримдаа бас машинаа зохих ёсоор арчлаагүйгээс болж дэлбэрч ч мэднэ.

Үүнтэй адилаар бие цогцос маань бидний эндээс шинжлэх ухаанлаг билиг билгүүний нэн өндөр түвшин болох мөнхийн ертөнцөд нисэн хүрэхдээ хэрэглэх унаа хөсөг юм. Гэтэл бид заримдаа түүнийгээ гэмтээж, зүй зохисоор нь хэрэглэж чаддаггүй билээ. Бидний машин, жишээлбэл, биднийг найз нөхөд, ажил руугаа болон элдэв үзэсгэлэнт газар луу аялахад олон бээр зам туулах болдог. Хэрэв бид машинаа арчлахгүй, тохирохгүй шатахуун тос хийгээд, мөн ус энэ тэрийг нь анхаарахгүй байвал машин маань их хурдан явж чадахгүй, их хол ч явж чадахгүй. Тэгээд бид арын хашаандаа юм уу, гэрийнхээ ойр орчмоор л эргэлдэцгээнэ. Ингээд байж ч болно л доо. Гэхдээ бид машин авсныхаа хэргийг гаргаж чадахгүй. Зөвхөн мөнгө төгрөг, цаг хүчээ дэмий үрэхээс цаашгүй. Ердөө л энэ. Үүнд хэнийг ч буруутгах аргагүй. Ингэлээ гэж цагдаа таныг торгохгүй. Харин та холын хол газар явж, байгалийн үзэсгэлэнт сайханд цэнгэж, олон сонирхолтой зүйл үзэж харж болохоор байтал машин тэрэг, мөнгө хөрөнгөө дэмий гарздаж байгаа хэрэг юм.

Бидний бие махбод ч үүнтэй адил. Бид материаллаг ертөнцөд амьдарч байж болно, гэхдээ энэ бие махбод дотор,

өөрсдийг маань бие махбодын чанадад нисгэх өөр бусад зэмсэг байдаг тул хайрлаж хамгаалах ёстой. Тэр бол пуужинд суугаад нисдэг сансрын нисэгчтэй ижил. Пуужин бол түүний зэмсэг нь юм. Тэрээр пуужингаар аюул осолгүй, хурдан түргэн нисэхийн тулд физикийн хуулийг чанд баримтлах ёстой. Харин пуужингаас илүү доторх хүн нь чухал байдаг. Пуужин түүнийг зорьсон газарт нь хүргэнэ. Гэвч пуужин гол зүйл нь биш, гол нь сансрын нисэгч ба хүрэх газар л юм. Тэр энэ пуужингаараа зөвхөн Лонг-Айлендыг тойроод байх юм бол бас л цагаа дэмий үрж байгаа хэрэг болно. Улс үндэстнийхээ мөнгө хөрөнгийг үргүй зарж буй хэрэг.

Тийм ч учраас бидний бие цогцос дотроо бидний Багш-(дотоодын эзэн)-ийг агуулж байдаг асар их үнэ цэнэтэй зүйл юм. Библийн сударт **"Та бол Эзэн Бурханы орших сүм мөн бөгөөд бүхнийг чадагч Эзэн Бурхан дотор нь оршиж байдаг гэдгийг та мэдэх үү?"** гэсэн байдаг. Хэрэв бид Ариун Сүнс, Бүтээгч Эзэн Бурханыг агуулагч орон нь юм бол энэ чинь юутай их хариуцлага, ямар их учир утга вэ гэдгийг та ойлгож байна уу! Гэвч ихэнх хүн энэхүү өгүүлбэрийн цаад агуу их сургаалыг ухааралгүй, гүнд нь нэвтрэлгүй, гүйлгэн уншаад, ойлгохыг оролдох ч үгүй өнгөрдөг. Шавь нар маань өдөр тутмын мөнгө олох, ажил хаях зэрэг зөрчил тэмцлээр дүүрэн энэ бодит ертөнцийн гадна чанадад юу байдаг тухай, өөрсдийнхөө дотоодод хэн оршиж байдаг тухай олж мэдэж чаддаг тул миний сургаалыг дагах дуртай байдаг юм.

Бидний дотоодод илүү гоо сайхан, илүү эрх чөлөө, илүү эрдэм мэдлэг оршиж байдаг билээ. Бид түүнтэй нэвтрэлцэх үнэн зөв арга замыг мэдэж чадвал энэ бүхэн нэгэнт дотоодод маань оршиж байдаг болохоор цөм биднийх юм. Бид харин түлхүүр нь хаана байгааг мэддэггүй, "байшингаа" удаан хугацааны турш цоожлоод орхичихсон болохоор дотор нь бидний үнэлж баршгүй эрдэнэс буйг мартчихсан хэрэг. Ердөө л энэ.

Харин төгс гэгээрсэн Багш гэдэг бол тэрхүү хаалгыг нээхэд бидэнд тусалж, угаасаа биднийх байсан тэр бүхнийг харуулж өгдөг нэгэн билээ. Бид харин цаг зав гарган, тийшээгээ орж, байгаа зүйлсээ нэг бүрчлэн шалгаж үзэх хэрэгтэй.

Тэгэхээр, ямар ч атугай Хоёрдугаар Ертөнцрүү аялахад ийм байлаа. Та нар цаашаа явмаар байна уу? (Үзэгчид: Тийм, Тийм! гэв). Өөрсдөө юу ч хийхгүйгээр бүгдийг мэдэж авахыг хүсч байна уу? (Багш инээв). За яахав. Өөр улсад очиж үзсэн хүн та очиж үзээгүй байсан ч тэр улс орон ямар гэдгийг танд ядахдаа ярьж өгч чадна. Тийм биз? Та ямар ч гэсэн сонирхож байгаа болохоор тэнд очиж үзэхийг хүсч ч магадгүй. О.К. Тэгэхээр хоёрдугаар ертөнцийн цаана юу байдаг вэ. Хоёрдугаар Ертөнцийн тухайд бүгдийг нь ярьсангүй, гэхдээ бид энд бүхэл өдөржингөө суугаад байж болохгүйг та бүхэн ойлгож байгаа биз дээ. Ингээд Хоёрдугаар Ертөнцийг давбал та нар илүү их чадалтай болох нь магадтай. Та нар зориг шулуудан чармайн бясалгавал гуравдугаар түвшинд хүрч чадна. Гуравдугаар Ертөнц гэдэг бол ахисан дээд шат мөн. Гуравдугаар Ертөнцөд хүрье гэсэн хүн наад зах нь энэ ертөнцийнхөө өр төлөөсөөс бүрэн салсан байх ёстой болдог. Ойлгож байна уу? Хэрвээ бид энэхүү материаллаг ертөнцийн эзэнд ямар нэг өр төлөөстэй бол дээш дэвшихийн аргагүй. Хэрэв та аль нэг улсын хууль ёсыг зөрчсөн, нэр төр цэвэр биш бол өөр улс орны хилийг давж чадахгүйтэй адилхан. Энэ ертөнцийн өр төлөөс нь бидний материаллаг биет амьдралын өнгөрсөн ба одоогийн төрөлдөө хийсэн үйлээс бүрддэг бөгөөд мөн ирээдүйд хийх үйлийг ч багтааж мэднэ. Гаалиар байцаагдан нэвтэрдгийн адил чанагуух ертөнцөд очихын өмнө тэр бүхнийг төлж барагдуулах хэрэгтэй болно. Хоёрдугаар Ертөнцөд байх үеэсээ л урьд төрлийнхөө болон энэ төрлийнхөө үйлийн үрийг төлж эхлэх хэрэгтэй. Урьдын амьдралын үйлийн үр гэж үгүй байсансан бол бид энэ төрлийг авах ёсгүй байсан билээ.

Хоёр янзын багш байдаг. Нэг нь ерөөс үйлийн үр огт байхгүй бөгөөд манай энд бууж ирэхийн тулд бусдаас үйлийн үр зээлддэг. Нөгөө нь бидэнтэй адил, ертөнцийн жирийн хүн бөгөөд тэрээр үйлийн үрээ цэвэрлэсэн байдаг. Тийм учраас хүн бүр Багш болох буюу ирээдүйн Багшийн үүрэг гүйцэтгэхийг эрмэлзэн горилж болно. Зарим үед Багш нар бусдаас үйл үр зээлдэж, дээд ертөнцөөс энд бууж ирдэг. "Үйл үр зээлдэх" гэхлээр ямар сонсогдож байна? (Багш инээв). Гэхдээ энэ бол бүрэн боломжтой. Бүрэн боломжтой зүйл шүү.

Жишээлбэл, та урьд өмнө энд бууж ирээд саатаж байжээ. Олон зуу, мянган жилийн туршид өдий төдий хүмүүстэй өгөө аваатай байжээ. Дараа нь та диваажинлуу буюу өөрийн гэр орон байдаг ямар ч гэсэн Тавдугаар Түвшин хүртэлх нэн алсын ертөнцүүдийн нэгрүү буцсан байж. Тавдугаар Түвшин бол Багш нарын оршин суудаг газар юм. Гэтэл бас түүний дээр өөр олон түвшин байдаг юм.

Хэрэв бид Дээд Бурханы бошиг зарлиг юм уу, нигүүлсэнгүй сэтгэлийнхээ улмаас буцаж ирэхийг хүсвэл доош бууж ирэх хэрэг гарна. Өнгөрсөн үедээ хүмүүстэй холбоотой байсан учир тэдний данснаас үйлийн үрийг зээлдэж болно. Хүмүүст зөвхөн өр төлөөс л байна, өөр ямар ч өөдтэй юм байхгүй. Бид хэсэг өр төлөөсийг нь зээлэн авч, энэ ертөнцөд ирсэн үүрэг зорилгоо бүрэн биелүүлэх хүртлээ бясалгалын хүчээрээ эргүүлэн төлж, барагдуулна. Иймд энэ бол өөр маягийн Багш юм. Мөн энэ ертөнцөөс гаралтай, дээд сургууль төгсөхтэй адил бясалгал хийж байж Багш болсон хүмүүс байна. Тийм ээ. Их сургуульд багш нар байдаг, сургуулиа төгсөөд дараа нь багш болдог оюутнууд ч байдагтай яг адилхан. Маш олон жил ажилласан багш нар, бас дөнгөж төгссөн багш нар гэх мэт байдаг. Үүнтэй адилаар Гэгээрсэн Багш нар ч ийм янз бүр байна.

Ингэхлээр, хэрвээ бид гуравдугаар ертөнцөд дэвшье гэвэл байгаа бүх үйл түйтгэрээ ул мөргүй арилгах хэрэгтэй. Үйлийн үр гэдэг нь **"Юу тарина, түүнийгээ л хурааж авах"** хууль юм. Бид жүржийн үр тарьсан бол жүрж хурааж авдаг, алимын үр суулгасан бол алим л хурааж авдагтай адил, үүнийг л үйл үр гэзд байгаа юм. Самгарьд хэлний энэ нэр томъёо нь шалтгаан ба түүний үр дагаварыг илэрхийлдэг. Библи сударт карма- (үйлийн үр) гэж дурдаагүй боловч түүн дотор яг үүнтэй адил утга бүхий **"Юу тарина, түүнийгээ л хурааж авна"** гэсэн үг байдаг.

Библи судар бол гэгээн Багшийн сургаал номлолын товч хэлбэр бөгөөд Түүний амьдрал ч бас товч хэлбэртэй юм. Тийм болохоор Библи нэг их зүйлийг тайлбарлаж өгсөнгүй. Библийн хувилбаруудын ихэнхийг нь энэ шашны хөдөлгөөний удирдагчдын шаардлагад нийцүүлж хасч танасан байна.

Гэтэл тэр хүмүүсийг бүгдийг нь билгүүн ухаантнууд байсан гэхэд хэцүү. Хаашаа ч харлаа гэсэн, хүмүүс юм бүрийг зарж, худалдан авч байдгийг та бүхэн мэднэ шүү дээ. Амьдралын аль тал руу харлаа гэсэн хаа сайгүй борлуулагч - худалдаачдыг харж болно. Бидний ойлгож байгаагаар жинхэнэ үнэн Библи бол хэрэг дээрээ арай өөр, илүү урт, оновчтой, ойлгоход хялбархан байсан. Ямар ч атугай, бид үүний ихэнхийг баталж нотлох аргагүй учраас тэр ариун шүтээнийг бузарлаж байна гэж зэмлүүлэхгүйн тулд энэ тухай ярилцсаны хэрэггүй. Бид нотолж чадах зүйлээ л ярьж болно.

"Та энэ Хоёр, Гурав, Дөрөвдүгээр ертөнцийн тухай ярих юм. Та үүнийгээ яаж нотлох юм бэ?" гэж та нар асууж болох юм. Би үүнийг нотолж чадна. Хэрэв та нар надтай хамт чухам яг тэр замаар явбал миний үзсэн тэр зүйлийг олж үзнэ. Хэрвээ надтай хамт явахгүй бол би танд юуг ч нотолж чадахгүй нь мэдээжийн хэрэг. Нотолгоо байгаа учраас л би ямар нэг эргэлзээгүйгээр энэ зүйлсийн тухай ярихаар зориглосон хэрэг. Дэлхий даяарх зуу зуун мянган шавь нар маань үүний нотолгоо билээ. Тиймээс бид мэдэж байгаа зүйлсээ ярьж чадаж байгаа юм. Үүгээр та харин надтай хамт явах ёстой, та явах ёстой юм шүү. Та "миний өмнөөс яваад дараа нь тэр бүгдийн тухай надад ярьж, үзүүлж өг" гэж болохгүй. Би ингэж чадахгүй.

Жишээлбэл, би НҮБ-ын энэ хурлын танхимд биеэрээ ирж байгаагүй бол бусад хүн надад яаж дүрслэн ярьсан ч би энэ танхимын талаар бодит ойлголттой болж чадахгүй нь мэдээж. Тийм биз? Тийм болохоор бид замд гарахдаа ямар нэг туршлагатай замчинтай хамт явах хэрэгтэй. Энэ танхимд байгаа янз бүрийн орны шавь нар маань миний та нарт ярьсан зүйлийг бүгдийг эсвэл заримыг нь биеэрээ үзсэн байгаа.

Гуравдугаар Ертөнцийн цаадах юмс миний өгүүлснээр хязгаарлагдахгүй. Би юмсын зөвхөн хагас заримыг нь л өгүүллээ. Энэ бол гол зүйлийг нь тойм төдий товчхон өгүүлсэн жуулчлалын тухай яриатай адилхан юм. Ямар нэг улс орны тухай ном уншлаа ч тэр нь жинхэнээсээ тэр улс орон биш. Тийм биз? Бид далайн чанадын улс орнууд, аялал жуучлалын тухай ном хэчнээн ч уншлаа гэсэн өөрсдөө биеэрээ тэнд очихыг хүснэ. Испани, Тенерайфийн арлууд, Грекийн тухай бид зөвхөн

ном, киноноос мэддэг байж. Бид номоос уншаад амсаж мэдэх аргагүй тэр нутгийн аж төрлийн амьсгал бүхнийг, найрсаг зочломтгой хүмүүсийг нь, цаг агаарын сайхныг нь, далайн гайхамшигтай усанд нь умбаж шумбахыг, тэдний дайлж цайлдаг хоол ундыг нь амсаж, баяр цэнгэлийг нь мэдрэхийн тулд тэнд очих ёстой.

Одоо та бүхэн юутай ч гэсэн Гуравдугаар Ертөнцтэй танилцлаа гэж бодьё. Ингээд дараагийнх нь юу вэ? Мэдээж та нар дараагийн бүр илүү өндөр дээд Дөрөвдүгээр Ертөнц рүү явна. Энэ бол Дөрөвдүгээр Ертөнц, тэр нь ер бусын гайхамшигтай гэдгээр ч хязгаарлагдахгүй. Энэ ертөнцийн тухай энгийн хүмүүст эгэл жирийн үг хэлээр өгүүлбэл тэр ертөнцийн эзнийг гомдоох байх гэж зүрхшээж байна. Учир нь энэхүү ертөнц нь маш үзэсгэлэнтэй, харин зарим газраа харанхуй байдаг. Нью-Йорк хотын цахилгаан тасарсан шөнөөс ч илүү харанхуй. Та нар бүхэл бүтэн хот шөнийн цагт гэрэлгүй байхыг үзсэн үү? Тийм ээ! Тэнд түүнээс ч илүү харанхуй. Гэрэл гэгээнд хүрэхийн өмнө үүнээс ч илүү харанхуй байдаг. Ямар нэг хориотой хот мэт.

Эзэн Бурханыг таньж хүрэхээс өмнө биднийг тэнд зогсооно. Гэвч Багштай, туршлагатай Багштай хамт яваа бол бид түүнийг нэвтрэн гарч чадна. Эс бөгөөс бид тиймэрхүү ертөнцөд төөрөх болно.

Оршихуйн янз бүрийн давхарга, түвшинг туулан гарах үедээ зөвхөн оюун санаа маань өөрчлөгддөг төдийгүй бие махбод, оюун ухаан, амьдрал дахь бүх зүйл хувирч өөрчлөгддөг юм. Бид ертөнцийг өөрөөр харж, өөрөөр алхаж, өөрөөр ажиллаж эхэлдэг. Өдөр тутмын ажил төрөл маань хүртэл шинэ утга учиртай болж, бид ямар нэг зүйлийг яагаад ингэж хийдэг, чухам яг энэ ажлыг яагаад хийх ёстой болов, эсвэл яагаад тэр ажлаа солих ёстой вэ гэдгээ ойлгож авна. Амьдралынхаа учир зорилгыг ойлгож мэдээд цаашдаа хий дэмий бухимдаж шаналахаа болино. Тийм шүү! Харин амьдарч байх хугацаандаа бид дараа нь хаа очихоо хэзээд мэдэж байх тул Газар Дэлхий дээр ирсэн томилолтоо дуусахыг тэвчээртэй, эв найртай хүлээх болно. Үүнийг "Амьдрах зуураа үхэх" гэдэг. Тийм ээ! Та нарын

зарим нь ийм нэр томьёог урьд өмнө сонсож байсан байх гэж би бодож байна. Харин энэ дотоод туршлага мэдрэмжийн (ахуй ойлголтын) жинхэнэ баяр жаргалыг хүн биеэрээ мэдрэх ёстой гэдгээс өөр зүйл хэлэх Багшийг би мэдэхгүй юм. (Багш инээв).

Жишээ нь, Мерседесс Бенц машиныг хэн өөрөөр тодорхойлон хэлж чадах юм бэ. Тэр машин яг адилхан л байх ёстой. Мерседесс Бенц машины эзэн, Бенц машиныг мэддэг хүн нэг ижил зүйлийг дүрслэн хэлнэ гэдэг нь мэдээж юм. Гэвч тэр нь дүрслэл болохоос биш Бенц машин өөрөө биш. Би та нартай тун энгийн үгээр ярьж буй ч энэ бүхэн нь ер бусын зүйлс бөгөөд чин сэтгэлээсээ итгэж, Багшийн дэмжлэг дор хичээнгүйлэн бясалгаж, өөрийн биеэр мэдрэх ёстой зүйлс юм. Багштай бол аюул осолгүй байх болно. Бие даан энэ замаар явж бясалган амжилт олох нь сая сая хүний нэгэнд нь л таарч магадгүй аз боловч энэ нь аюул эрсдэлтэй, тэгээд ч амжилт олох баталгаагүй, үр дүн нь найдваргүй юм.

Эрт цагт зарим хүн, жишээ нь Сведенборг, өөрөө үүнийг хийсэн, бас Гуржиев ч бүх замыг ганцаараа туулж чадсан гэдэг. Гэхдээ энэ хүмүүсийн заримыг уншихад иймэрхүү зүйл нь гай гамшиг, аюул осолгүй замнал биш байжээ. Тэгээд бас тэд цөм хамгийн дээд түвшинд хүрч чадсан гэсэн үг биш.

Ингээд, дараа нь та бүр дээшээгээ явна. Дөрөвдүгээр Ертөнцийн дараа илүү өндөр түвшин болох Тавдугаар Ертөнц буюу гэгээрсэн Багшийн оршдог нутагт очно. Гэгээрсэн Багш бүхэн тэндээс ирдэг. Тэдний зэрэг дэс нь Тавдугаар Ертөнцөөс өндөр байсан ч тэд тэндээ л суудаг. Энэ нь гэгээрсэн Багш нарын гэр юм. Түүнээс гадна тэнд Эзэн Бурханы маш олон талын, ухаж ойлгоход хэцүү чанар илэрнэ. Би та бүхнийг эндүүрч төөрөлдүүлэхээс сэрэмжилж байгаа учраас өөр удаад ч юм уу, та нар эсвэл авшиг хүртсэнийхээ дараа бага зэрэг бэлтгэлтэй болсон үед ярьж өгье. Би та нарт өөрсдийн тань төсөөллийн талаар нэн хачирхалтай зарим юмыг ярьж өгөмз. Төсөөлөл заримдаа Эзэн Бурханы талаар хэрхэн олон буруу ойлголт өгдгийг ярьж өгнө.

ЛЕКЦИЙН ДАРААХ АСУУЛТ ХАРИУЛТ

А: Гэгээрсэн Багш бусад хүний үйлийн үрийг зээлдэж чадна гэж та ярьсан. Энэ тохиолдолд тэр хүмүүсийн үйлийн үр нь арилж алга болох уу? Энэ нь тэр хүмүүсийнхээ хувьд ямар үр дагаварт хүргэх вэ?
Б: Тийм, тийм. Хэрэв Гэгээн Багш ийм замыг сонгож авсан л бол ямар ч хүний үйл түйтгэрийг арилгаж чадна. Үнэн хэрэгтээ авшиг хүртэх үед бүх шавь нарынхаа урьд төрлийн үйл түйтгэрийг цөмийг нь арилгадаг. Энэ амьдралаа үргэлжлүүлэх боломжтой байлгахын тулд би зөвхөн одоогийн энэ төрлийн чинь үйлийн үрийг л та нарт үлдээдэг. Тэгэхгүй бол тэр даруйдаа нөгчиж ангижирчихна шүү дээ. Хэрвээ үйлийн үр байхгүй бол энэ ертөнцөд амьдарч чадахгүй. Тийм учраас гэгээрсэн Багш тухайн хүнийг ариусгахын тулд зөвхөн урьд төрлүүдэд хуримтлагдсан үйлийн үрийг л арилгаж, харин тэр хүн энэ амьдралаа үргэлжлүүлэн, энэ ертөнцөд хийх зүйлсээ хийхэд нь зориулж бага сага үйлийн үрийг үлдээж өгдөг. Үүгээр Багшийн ажил дуусна. Ингэж байж л тэр хүн цаашаа явдаг юм, тэгэхгүй бол яаж вах вэ? Хэдийгээр шавь энэ төрөлдөө үйл түйтгэргүй ариун байвч тэр нь хэдий зэрэг цэвэр ариун байх вэ? Урьд насандаа ямар байсан байх вэ? Ойлгомжтой юу?

А: Бясалгал хийхийн зорилго юу вэ?
Б: Ямар зорилготой вэ? Зорилго нь юу болохыг би та нарт хэлээгүй гэж үү? Энэ ертөнцийн чанадад хүрч, Бурханы Оронд буцаж очно, билиг ухаанаа танин мэдэж, энэ төрөлдөө ч бас илүү төгс төгөлдөр хүн болно.

А: Ертөнц бүхэнд үйлийн үр байдаг уу?
Б: Үгүй, бүгдэд нь биш. Зөвхөн Хоёрдугаар Ертөнц хүртэл л байдаг. Учир нь бидний ухаан бодол, уураг тархи болох энэ компьютер нь Хоёрдугаар Ертөнцийн “бүтээл” юм. Бид ямар нэгэн ажил үйл хийх гэж өндөр дээд түвшнээс доош бодит ертөнцөд (материйн) түвшинд уруудан бууж ирсэн байг.

Жишээ нь, төгс гэгээрсэн Их Багш хүртэл мөн Тавдугаар Ертөнцөөс энэ материаллаг ертөнцөд бууж ирдэг. Ингэхдээ тэрээр Хоёрдугаар Ертөнцийг дайрч, манай энэ ертөнцөд ажиллахын тулд тэндээс "компьютер" авч угсруулах хэрэгтэй болно. Усанд шумбагч далай тэнгист шумбахад бас ингэж усны хувцас, хүчилтөрөгчийн сав болон бас бус хэрэгсэл өмсөж зүүх хэрэгтэй болдогтой адил. Уг нь тэр тийм хөгийн дүртэй биш боловч усны хувцас, хүчилтөрөгчийн хэрэгслийг өмсөж зүүмэгцээ яг л мэлхий шиг харагддагийг та нар мэднэ. Яршиг түвэгтэй материаллаг бие махбод, компьютер... мэтийг хэрэглэсэн бид ч заримдаа бас ингэж харагддаг юм. Түүнээс биш бид үнэнхүү үзэсгэлэн гоо юм шүү дээ. Хэдийгээр өөрсдийгөө гоо сайхан гэж боддог ч, жинхэнэ дүртэйгээ харьцуулбал үнэндээ хэчнээн эрэмдэг зэрэмдэг гэдгээ та нар мэдэх үү. Энэ ертөнцийн гүнд шумбан орж, ажиллаж хөдөлмөрлөхийн тулд тэр бүхнийг өмсөж зүүх хэрэгтэй болдгоос ийм болсон хэрэг. Тийм учраас Хоёрдугаар Түвшнийг туулаад дээш гарах үед бид компьютерээ тэнд үлдээх ёстой. Үүнээс цааш бидэнд түүний хэрэг байхгүй. Шумбагч эрэгт хүрмэгцээ далайд шумбахад хэрэг болсон хүчилтөрөгчийн сав, усны багаа тайлж, өөрийн уг дүр байдалд ордогтой адил юм. Тийм биз? Ойлгомжтой байна уу?

А: Та Хоёрдугаар Ертөнцийн төгсгөлд, цаашид ахихын өмнө үйлийн үрээ цөмийг ардаа орхих, өөрөөр хэлбэл хамаг үйл түйтгэрээ төлж арилгах ёстой гэж ярилаа. Одоогийн энэ төрлийг олох үед бидэнтэй хамт ирсэн урьд төрлүүдийн бүх үйл түйтгэр үүнд хамаарах уу?

Б: Тийм. Учир нь үүнээс цааш бидэнд энэ "компьютер-тархи", юм бүхнийг тогтоон санах хэрэгсэл байхгүй болно. Биет ертөнцийн амьдралын дадал туршлага бүхнийг маань бүртгэн санаж, тогтоох зориулалттай ууараг тархи, ой ухаан, энэ компьютер байгаа болохоор л бидэнд үйл үр байгаа хэрэг. Тиймээс л бидэнд үйл түйтгэр байгаа юм. Сайн, муу ямар ч мэдээллийг бид тархиндаа бүртгэчихдэг. Үүнийг л бид үйлийн үр гээд байгаа юм. Үйлийн үр гэж юу юм бэ? Бидний төрөл төрөлдөө хуримтлуулсан сайн, муу туршлага мэдлэг, хариу үйлдэл, дадал зуршил төдий л юм шүү дээ. Бидэнд ухамсар гэгч юм байдаг

болохоор бид сайн хүн байх ёстой гэдгээ мэддэг, бас заримдаа муу юм ч хийчихдэг. Тэгээд түүнийгээ үйлийн үр гэдэг. Харин муу муухай үйлдэл маань хүнд ачаа, хэрэггүй хог мэт дарамт болж, газрын татах хүчний хуулиар биднийг доош татан, уул өөдөө авиръя гэвч нэн хэцүү болгодог билээ. Энэ ертөнцөд байх ёс суртахууны асар олон хэв маяг, янз янзын үндэстэн угсаатны өчнөөн их дэг жаяг, зан заншил, дадал зуршил нь биднийг сайн муу, гэмтэй гэмгүйн үзэл бодлын хүлээсэнд оруулдаг. Тиймээс бид энэ ертөнцөд хүмүүстэй харилцахдаа тухайн үндэстний зан заншил, өв уламжлал, хууль дүрмийн дагуу сайн муу, нүгэл буяны тухай ойлголт туршлагыг олж авдаг. Тэгээд л тэр маягаар бодож тунгаах нь бидний зуршил болж, би үүнийг хийсэн, би гэм буруутай, би тэгсэн, би муу хүн гэж боддог дадал тогтчихдог. Энэ бүхэн энд л (тархинд) бичигдэж тэмдэглэгддэг. Биднийг биет ертөнц эсвэл түүнээс арай дээхнүүр орших, хангалттай өндөр биш түвшний орчлон ертөнцөд хүлж уяад, янз бүрийн төрөл авахуулаад байдаг зүйл бол энэ. Энэ бүх үзэл бодол, урьдаас тогтчихсон итгэл үнэмшлийнхээ улмаас бид хангалттай эрх чөлөөтэй биш, өөдөө дээш хөөрөн гарчихаж чадахаар хангалттай хөнгөн биш байдаг юм.

А: Төрөл авах болгонд ямар түвшинд хүрэх нь урьдаас тодорхойлогдчихсон байдаг уу?
Б: Үгүй, бидэнд түргэн юм уу удаан явахаа сонгох эрх чөлөө бий. Жишээлбэл, та машиндаа зуун литр бензин хийгээд, хурдан давхиж хүрэх газраа очиж болно. Эсвэл удаан явж ч болно. Энэ нь танаас л хамаарна.

А: Би зүгээр л... сахиулсан тэнгэрийн зэрэг дэвийг мэдэх гэсэн юм.
Б: Ямар зэрэг дэв гэнэ ээ? Өө, ямар сахиулсан тэнгэрийн тухай ярьж байгаагаас л хамаарна.

А: Хамгаалагч-сахиулсан тэнгэр.
Б: Хамгаалагч-сахиулсан тэнгэрүүдийн зэрэг хоёрдугаар ертөнц хүртэл байна. Сахиулсан тэнгэрүүдийн зэрэг дэс хүнийхээс доогуур байдаг- доогуур зиндааных. Тэд бидэнд үйлчлэхийн тулд байдаг юм.

А: Тэд тэгээд хэзээ ч дээш гарч чадахгүй юу?
Б: Үгүй. Хүний төрөл олж төрөхийг нь эс тооцвол шүү дээ. Эзэн Бурхан хүмүүсийн дотоодод оршдог учраас тэд хүмүүст их атаархдаг. Дээд Бурхантай нэг адил зиндаанд байх бүхий л боломж нөхцөл бидэнд байдаг, харин сахиулсан тэнгэрт байхгүй. Энэ нь их нарийн төвөгтэй зүйл учраас дараа нэг тухтай ярья. Сахиулсан тэнгэрүүд бидэнд үйлчлэхийн тулд бүтээгдсэн. Та нар өөр өөр сахиулсан тэнгэр байдгийг бас мэдэж байгаа биз дээ. Жишээлбэл, хэрэв Эзэн Бурхан түүнийг бүтээсэн бол тэр нь бидний төлөө л бүтээгдсэн хэрэг. Харин тэд дээшээ гарах ёсгүй... хэрэг ч үгүй. Уг нь тэд дээш гарч болох байсан л даа. Зарим үед төгөлдөржин хөгжих аятай бололцоогүй зүйлс бүтээгдсэн байдаг.

Тухайлбал, гэр оронд ая тухыг тань хангахын тулд хийгдсэн зарим юм байдаг. Та энд сууж байхдаа цэцэрлэг юм уу гэрийнхээ бүх гэрлийг асааж унтрааж, зориулалтын хэрэгслээр зурагтаа асааж унтрааж чадна. Хэчнээн гайхалтай зүйл байлаа ч гэсэн тэр хэрэгсэл бол зөвхөн таны хэрэгцээг гүйцэлдүүлэх л зориулалттай. Тиймээс хэдийгээр тэр зүйл нь зарим нэг шинж чанараараа танаас илүү, бүр хамаг юмыг хянаж жолооддог, хүний хийж чадахгүйг чаддаг байлаа ч танаас илүү дээр гэсэн хэрэг биш. Тэр бол танд үйлчлэх цорын ганц зорилгоор л бүтээгдсэн.Тэр танаас илүү төгөлдөр сайн байлаа ч тийм биш юм. Тэр, компьютер хэзээ ч хүн болж чадахгүй.

А: Чин Хай Багш аа, бид одоо бие махбодтой - урьд нь энэ махбодоос чөлөөлөгдсөнөө доошоо унасан байж болох уу гэдгийг мэдэх гэсэн юм. Урьд нь бид үргэлж энэ дэсэнд байсан уу, эсвэл илүү дээд зэрэг дэсэнд байсан юм уу, үгүй бол зөвхөн энэ дэсэндээ л байсан уу? Түргэн урагшилж гэтлэхэд ямар хандлага, байр суурийг барих вэ?
Б: Бие цогцсоо орхиод урагшлахын тулдуу?Хэрвээ яаж гэдгийг нь мэдчихвэл бид тэгж чадна. Бие цогцсоо энд орхичихоод энэ ертөнцийн чанадад очиж болдог олон янзын арга байдаг. Зарим нь хол газарт хүргэдэг, зарим нь бүр холд хүргэнэ, зарим нэг нь эцэс төгсгөлд нь хүргэдэг. Залуу цагаасаа өөрийн

биеэр үзсэн олон янзын туршлагынхаа үр дүнг харьцуулсны үндсэн дээр би энэ талаар шүүн дүгнэж чадах юм. Би одоо залуу харагдаж байгаа ч тэр үед би залуу байлаа л даа. Энэ бүх аргаас манай бясалгалын арга хамгийн илүү нь юм шүү, тийм ээ! Энэ арга бүхнээс хол, бүгдээс алсад, хамгийн эцэс хязгаарт нь хүргэж чадна.

Өөр бусад олон бясалгалын арга бий, хэрэв та туршиж үзье гэж шийдсэн бол сонгох бололцоо байна. Гадуур олон аргыг санал болгож байна; зарим нь Асурийн ертөнц, зарим нь бүр алс холын гурав, дөрөвдүгээр ертөнцөд хүргэнэ, гэвч тавдугаар ертөнц хүргэж чадах нь тун ховор. Харин манай бясалгалын энэ аргаар хичээллэх нь таныг чөлөөтэй явуулахаасаа өмнө тавдугаар ертөнцөд хүргэх зорилготой юм. Тэндээс та ганцаараа явж болно. Түүнээс цаашилбал, тавдугаар ертөнцийн цаадах Бурханы өөр чанарт хүрч чадах хэдий ч энэ нь тэр бүр тааламжтай сайхан байдаггүй. Бид дандаа хэчнээн өндөр бол төчнөөн сайн гэж боддог. Гэтэл энэ үргэлж үнэн байдаггүй. Жишээлбэл, бид нэгэн сайхан ордонд орох завшаан гарч, гэрийн эзэн зочдын өрөөндөө биднийг урьж суулгаад сэрүүн ундаа, амтат хоол, юм бүхнээр дайллаа гэе. Гэтэл дараа нь бидэнд ордны дотуур жаахан явж үзье гэсэн бодол төржээ. Энэ эрсдэлтэй алхам таныг хог хаядаг газарт аваачиж болно, бас байшингийн бусад олон юмыг нь та олж мэдэж болно. Энэ нь дандаа тийм чухал байдаггүй. Тийм биз? Хэрэв бид цаад ар талын эрчим хүчний байшин, цахилгаан хуваарилах газар оччихвол, тогонд цохиулж ч мэднэ, тэгэх юм бол үхнэ шүү дээ. Тийм учраас адал явдалд дурлаж л хийхгээгүй юм бол юмны гүнд нэвтрэх нь тэр бүр зөвлөмөөргүй, зайлшгүй хэрэгтэй зүйл биш байдаг.

А: Надад хоёр асуулт байна. Эхнийх нь, урьд төрлөө дурсан саналаа гэхэд урьд төрлийн тухай дуртгал аль ертөнцөөс ирдэг вэ? Хоёрдугаарт нь, урьд төрөл нь одоогийн үйлийн үртэй болон хүний энэ насны ойлголт, ухааралтай ямар хамааралтай вэ? Эдгээр нь “илүү ачаа” мөн үү?

Б: Тийм, тийм. Тэдгээр нь маш их холбоотой. Нэгдүгээр асуулт-урьд төрлийн үйлийн үр хаанаас ирдэг? Та ямар ч

эргэлзээгүйгээр урьд төрлийн тэмдэглэлээ уншиж чадна. Урьд төрлийн тэмдэглэл миний өмнө ярьсанчлан Акашийн бичээст хадгалагдаж байдаг юм. Энэ бол Хоёрдугаар Ертөнцөд байх номын сан шиг зүйл бөгөөд тэнд хүрч чадвал хэн ч өөрийн өнгөрсөн амьдралаа уншиж чадах болно. НҮБ-ын номын санд хэн хүн хамаагүй нэвтэрч, ашиглаж чадахгүй. Гэхдээ намайг, жишээлбэл, лекц уншиж өгнө үү гэж НҮБ-ээс урьсан учраас би өнөөдөр орж болно. Тийм биз? Хүн бүр орж чадахгүй ч та нар энд үргэлж байдаг юм чинь орж болно. Яг үүнтэй адилаар Хоёрдугаар Ертөнцөд нэвтэрч чадмагцаа бид урьд төрлөө уншиж чадна. Түүнчлэн Нэгдүгээр Ертөнцөд нэвтрэхэд тэндхийн зарим нэг хэсэгт бид бас хүний урьд төрлийг зэрвэсхэн харж чадна. Гэвч энэ нь тийм өндөр зэрэглэлийн, бүрэн гүйцэд тэмдэглэл биш.

Урьд төрлийн ойлголт, туршлага одоогийн үйлийн үртэй ямар хамааралтай вэ? Одоогийн амьдралаа жолоодохын тулд бид тэдгээр ойлголт, туршлагыг сурсан юм гэж хэлж болно. Ойлгомжтой юу? Урьд төрөлдөө ухаарч мэдсэн бүхнээ та одоогийнхоо амьдралд хэрэглэнэ. Үүнтэй адилаар, та урьд төрлийг тань тун ихээр санагдуулсан ямар нэг бэлгэ тэмдгийг олж үзвэл урьдны дэндүү олон таагүй явдлууд тань танд айдас төрүүлнэ. Жишээ нь, та урьд төрөлдөө гай болж харанхуйд шатнаас унан, хүнд гэмтсэн бөгөөд ойр хавьд туслах хүн байгаагүй бол одоо та шатаар буух болбол нэг л эвгүйцнэ; ялангуа шат их өндөр, доор их харанхуй бол буух уу, болих уу гэсэн ямар нэг дотоод эргэлзээ, тэмцэл шиг юм төрнө. Эсвэл урьд төрөлдөө та шинжлэх ухааны аль нэг салбарыг гүнзгий судалж, шинжилж байсан бол энэ насандаа урьдынх шигээ түүнийг сонирхсон хэвээр байх болно... Тиймээс та эрдэмтэн биш ч шинжлэх ухааны судалгаанд урьдын адил тэмүүлж татагдана. Ямар ч зүйл үүнтэй адил байдаг.

Моцарт дөрөвхөн настайдаа тийм агуу суут болсны учир нь энэ. Тэр төгөлдөр хуураар тоглонгуутаа л алдаршаад одоо хүртэл нэр алдартай хэвээр байна. Моцарт урьдны төрлүүддээ маш их дасгал сургууль хийж, төгс эзэмшсэн учраас л суутан болсон юм. Гэвч үүнийхээ дараа насан эцэслэжээ. Төгс төгөлдрийн

оргилд хүрэхээсээ өмнө нас нөгчиж. Гэвч хөгжимд нэн дуртай байсан болохоор алдар хүндийн оргилд хүрэлгүй мэргэжлээ зүгээр ингээд орхин явчих ёстой болсонд сэтгэл ханамжгүй байв. Тэр үхэх үедээ цааш үргэлжлүүлэх хүсэл тэмүүлэл нь маш их байсан болохоор эргэж ирж, урьд төрлийн хөгжмийн авъяас билгийн хуримталсан туршлага нь ч эргэж заяажээ.

Энэ хүмүүсийн зарим нь энэ ертөнцөд дахин төрөхөөсөө өмнө Асурийн юм уу Хоёрдугаар Ертөнцөөс ихээхэн зүйл сурдаг. Тийм учраас тэд бусад хүний мэддэггүй шинжлэх ухаан, эсвэл хөгжим, уран зохиолын эсвэл ямарваа нэг шинэ бүтээл туурвилын санаанд багтамгүй авьяас чадвартай байдаг. Бусад хүмүүс ойлгохын аргагүй төдийгүй бүтээе гэж санаанд нь ч орж ирэхээргүй тийм ер бусын шинэлэг бүтээл гээд бод л доо. Яагаад гэвэл тийм зүйлийг тэд үзэж харж, сурч судалсан хэрэг. Эндээс, аливаа зүйлийг хоёр янзаар; нэг бол энэ ертөнцөд, үгүй бол чанагуух ертөнцөд сурч мэддэг гэж хэлж болно. Авьяас төгөлдөр хүмүүс болон агуу суутан мэт гарамгай сод хүмүүс бол чанагуух ертөнцийн мэргэжилтнүүд; тэд Асурийн Ертөнц, Хоёрдугаар Ертөнц, хэрэв эргэж ирэхээр шийдсэн бол зарим үед Гуравдугаар Ертөнцөөс ч ирдэг. Тэд бол онцгой. Тэд бол — суут хүмүүс.

А: Таны авшиг чухам юу агуулдаг вэ? Мөн авшиг хүртсэний дараах өдөр тутмын бясалгал дасгалд юу багтдаг вэ?
Б: Юуны өмнө энэ бүхэн нь үнэ төлбөргүй тэгээд бас та цаашид ахиж дэвшихийг хүсвэл өөрийгөө өөрөө хариуцахаас биш өөр ямар ч уяа хүлээс байхгүй. Нөхцөл нь гэвэл ямар ч дадал туршлагын шаардлагагүй. Аль нэг йог юм уу бясалгалын тухай өмнөх мэдлэг хэрэггүй. Гэхдээ та насан туршдаа веган хоолтон байхаа амлах ёстой. Өндөг идэж болохгүй. Амьтны гаралгүй аливаа бусад зүйлсийг идэх бол окей.

Учир нь өндөг үр тогтоогүй ч гэсэн хагас амь хороосон идээнд ордог. Үүнээс гадна өндөг сөрөг энергийг татдаг шинж чанартай. Та бүхний мэдэж байгаагаар, чухам ийм л учраас хар, цагаан дом хийдэг хүмүүс эсвэл вүүдүү (илбэч) гэж нэрлэгддэг хүмүүс ад дон шуглэж, ганирч галзуурсан хүнээс адыг нь соруулж авахад өндөг хэрэглэдэг. Та нар үүнийг мэдэх

үү? (Зарим хүн "мэднэ" гэв.) Та мэдэх үү? Ай, энэ тун гайхалтай хэрэг! Ядаж л надад та бүхэнд зориулах агшин зуурын гэгээрэл үгүй юм аа гэхэд агшин зуурын нотолгоо байна. (Инээлдэв). Авшиг хүртэх үед та бүхэн Бурханы Гэрэл, Аялгууг өөрийн биеэр мэдэрнэ. Сүнсний Дуу аялгуу та бүхнийг ухамсрын өндөр дээд түвшин руу татаж аваачна. Та нар самадийн амт, гүн гүнзгий амар амарлингуй, баяр баяслыг ойлгож мэдрэх болно. Тийм ээ. Үүний дараа хэрэв та буурьтайхан шийдсэн бол бясалгалаа гэртээ хийж болно. Хэрвээ та үгүй гэвэл би таныг цаашид албадаж шахаж, зовоож залхаах аргагүй юм. Та үргэлжлүүлэн хийж, миний тусламж танд эцсийг хүртэл хэрэгтэй бол би тусалсаар л байх болно. Хэрэв үгүй бол... энэ нь танаас хамаарна гэдгийг та харж байгаа. Гэхдээ өдөрт хоёр цаг хагас бсалгана. Өглөө эрт боссоны дараа ба унтахаасаа өмнөх цагуудад хоёр цаг, өдрийн хоолны үеэр хагас цаг бясалга. Би энд яриа хийгээгүй үед та нарт үдийн хоолны бүтэн цаг байдаг. Та нар хаа нэгтээ ганцаар сэмхэн очоод бясалгаж болох юм. Ингээд л бүтэн цаг гараад ирлээ шүү дээ. Тийм биз. Орой бол дахиад нэг юм уу, хагас цаг бясалгана. Өглөө ердийнхөөсөө нэг цагийн өмнө бос.

Ажил амьдралаа эмх цэгцтэй болго, телевиз бага үз, хов живээ багасга, утсаар бага ярь, сонин бага унш, ингэвэл та бүхэнд чөлөөт цаг маш их гарна. Үнэндээ бидэнд цаг их байдаг ч бид түүнийгээ дэмий хоосон үрдэг. Лонг-Айленд явахын оронд машинаараа арын хашаан дотроо давхиж байгаагаас ялгаагүй. Миний хариулт санаанд тань нийцэж байна уу? (Асуугч: тийм гэв.) Насан турш бясалгал хийнэ гэсэн сайн дурын хариуцлагаас өөр ямар ч нөхцөл болзол байхгүй. Ингээд таны хүссэн хүсэгүй амьдралд тань өдөр бүр янз бүрийн сайн сайхан өөрчлөлт хувирал гарч, янз бүрийн гайхамшиг тохиолдоно. Ийм зүйл яаж ийгээд л тохиолдох болно. Хэрвээ та үүнд үнэнээсээ буурьтай хандвал газар дэлхий дээр байхдаа диваажин гэж юу болохыг жинхэнээр нь амсаж мэдэрнэ. Чин сэтгэлээсээ, тогтвортой хичээллэж, улам улам сайхныг олж мэдэрсээр байгаа учраас олон зуун мянган шавь нар маань удаан жилийн турш намайг ийнхүү дагаж итгэсээр байгаа юм.

А: Ухамсрын мөн чанарыг тайлбарлаж өгнө үү?

Б: Ухамсрын мөн чанар, за. Үүнийг тайлбарлах амаргүй ч та оюун ухаандаа төсөөлж болно. Энэ бол нэгэн зүйлийн билгүүн ухаан юм, ямар нэг зүйлийг урьд өмнө хэзээ нэгтээ мэдэж байснаасаа илүү мэдэх юм шиг. Та энэ ертөнцийн хязгаар чанад дахь зүйлийг мэдэж, бас энэ ертөнцийн урьд өмнө мэддэггүй байсан зүйлийг мэднэ. Мөн урьд өмнө болон одоо ойлгодоггүй олон зүйлийг ойлгож мэддэг. Энэ бол ухамсар юм.

Түүнчлэн, энэхүү ухамсар буюу билгүүн ухаан гэж нэрлэдэг зүйлээ нээнгүүт та хэн юм бэ, яагаад энд байгаа юм, энэ ертөнцийн чанадад өөр юу байдаг юм, дэлхийн иргэдээс гадна өөр хэн оршин байдаг юм гэдгийг үнэхээр ойлгох болно. Олон зүйл байна. Тэгэхлээр ухамсрын түвшин нь яг л коллеж төгсөхтэй адил, ойлголтын янз бүрийн дэсийн нэг нь юм. Төгсөх хүртлээ хэчнээн их юм сурна төчнөөн их юм мэднэ.

Ийм хийсвэр ойлголтыг тайлбарлах амаргүй л дээ, гэхдээ би чадлаараа хичээлээ. Ухамсар бол сэхээрэл гэж хэлж болох юм. Сэхээрэл гэж юу болохыг тайлбарлах хэцүү. Та ухамсрын өөр, илүү өндөр түвшинд хүрэхэд таны сэхээрэл өөрчлөгдөнө. Та юмсыг өөр маягаар ойлгож, өөр байдлаар мэдрэх болно. Та туйлын амгаланг мэдэрч, нэн амарлингуй, аз жаргалтай болно. Таны санааг зовоох юм үгүй болж, өдөр тутмын амьдралын тань юм бүхэн тов тодорхой болно. Аливаа зүйлсийг хэрхэн эмхлэн төвхнүүлэх, түвэг бэрхшээлийг яаж амар хялбар зохицуулахаа мэддэг болно. Энэ нь тэр байтугай материаллаг түвшинд ч хэдийнээ ач тусаа өгнө. Харин таны дотоод талдаа юу мэдэрч буйг зөвхөн та өөрөө л мэдэж байх болно. Яг л хайртай бүсгүйтэйгээ гэрлэснээс өөрцгүй, таны юу мэдэрч байгааг та л мэднэ. Өөр хэн ч таны өмнөөс үүнийг мэдэрч чадахгүй.

А: Эрхэм Багш аа, нэвтэрхий ухаанаа бидэнтэй хуваалцсанд тань баярлалаа. Та миний ухаан санаанд байгаа нэгэн зүйлд анхаарлаа хандуулж болохсон болов уу гэж би гайхширч байна. Яагаад урьд цагт их хэцүү байсан байтал өнөө үед ийм олон Багш Газар Дэлхийд ирж бидэнд аливаа зүйлийг хурдан түргэн хийж сурах бололцоо олгож байна вэ? Та үүнийг тайлбарлаж тусална уу?

Б: Тийм ээ, бололгүй яахав. Яагаад гэвэл манай эрин үед холбоо харилцаа сайжирсан байна. Тийм учраас бид Багш нарын тухайд илүү их мэддэг болжээ. Гэхдээ энэ нь урьдын цагт Багш нар байгаагүй юм уу эсвэл тэдэнтэй уулзаж учрах аргагүй байсан гэсэн үг биш. Мэдээжээр зарим Багш бусдыгаа бодохноо олж уулзахад хялбар байдаг нь үнэн л дээ. Энэ нь түүний өөрийнх нь сонголт, бусдад зориулах хүсэл, бас хүмүүстэй хэр ойр дотно байдгаас ихээхэн хамаардаг. Гэлээ ч гэсэн тухайн цаг үе, эрин зуун бүхэнд нэг, хоёр, гурав, дөрөв, таван Багш хэзээд байдаг юм. Цаг үеийн шаардлагаас л хамаарна. Манай үед аз болж олон нийтийн мэдээллийн хэрэгсэл, телевиз, радио өргөн нэвтрүүлэг, богино хугацаанд сая сая хувь, сая сая ширхгээр хэвлэгддэг ном зохиол байгаа учраас л бид янз бүрийн түвшний олон янзын Багш одоо оршиж байна гэдэг талаар илүү сайн мэдэж буй хэрэг.

Урьд цагт ном хэвлэхийн тулд эхлээд бүхэл бүтэн мод унагаж, тэр модоо дорхноо "будаа" болж дахин хэрэглэхийн аргагүй болчихдог болхи сүхээр хагалж, дараа нь өө сэвийг нь арилгах гэж чулуу болон элдэв бус юмаар зүлгэж өнгөлөх хэрэгтэй болно. Тэгсний дараа үг бүрийг нь сийлдэг байжээ. Библийг бүтнээр нь тээвэрлэхэд бүхэл бүтэн жингийн цуваа шаардагддаг байв. Төсөөлж байна уу? Хэрэв тэр үед машин байсан бол асар том ачааны машин хэрэгтэй болох байв. Бидөнөө үед ийм олон Багшийн тухай мэдэж байдгийн учир энэ. Тийм шүү, энэ маш азтай хэрэг. Энэ бол бидэнд л бүр сайн - та харж байгаад аль хүссэнийгээ сонгон авч болно. Ингэснээр хэн ч таныг хуурч мэхлэн "Би хамгийн сайн нь" гэж хэлж чадахгүй. Тийм ээ, та харьцуулан үзэж, билиг оюун, эрдэм ухаанаа ашиглан шүүн тунгааж "Өө, энэ нь хамгийн сайн нь" эсвэл "Тэр нь надад илүү таалагдаж байна", "Аймаар нүүртэй", "Өө, тэр нь царай муутай" гэх болно. (Инээлдэв)

А: Та сонголт хийх тухай ярьсан болохоор өөр Багшаас авшиг хүртсэн хүнд та авшиг хүртээх үү?

Б: Хэрвээ, зөвхөн тухайн хүн намайг өөрийг нь илүү өндөр дээд түвшинд илүү хурднаар хүргэх чадвартай гэж чин үнэнээсээ итгэж байвал л авшиг хүртээж болно. Түүнээс биш, хэрвээ тэр хүн Багшдаа ихэд итгэж, хүчтэй татагдаж буйгаа мэдэрсээр

байгаа бол тэр Багштайгаа байсан нь илүү сайн. Хэрвээ та хэдийнээ Багш тань хамгийн сайн нь гэж итгэж байгаа бол түүнийгээ бүү солиорой. Хэрэв та эргэлзсээр байгаа бол, миний дээр дурьдсан Гэрлийг үзэж, Аялгуу сонсоогүй байгаа бол та туршаад үзэж болох юм. Тийм ээ. Гэрэл болон Аялгуу бол жинхэнэ Багшийн хэмжүүр юм. Танд агшин зуур Гэрэл, Аялгуу үзүүлж чадахгүй байгаа хэн нэгэн бол жинхэнэ Багш биш. Ийм юм хэлсэнд өршөөгөөрэй. Диваажинд хүрэх зам Гэрэл, Аялгуугаар тоноглогдсон байдаг.
Хэрэв та далай тэнгист шумбах гэвэл хүчилтөрөгчийн баг, бас бус юмыг өмсөж зүүх хэрэгтэй болдогтой яг адил. Янз бүрийн юманд зориулагдсан зүйлс байдаг. Тийм ч учраас та бүхэн Гэгээнтнүүдийн хөрөг дээр тэргүүн тушаа нь цагираг байхыг хардаг юм. Энэ бол Гэрэл юм. Хэрвээ та энэ аргаар бясалгал хийх юм бол Эзэн Бурханы хөрөгт Есүсийг дүрслэн зурсантай яг ижил Гэрэл цацруулах бөгөөд хүмүүс түүнийг олж харах болно. Хэрвээ хүмүүс үзмэрч (онцгой чадвартан) бол таны Гэрлийг олж үзнэ. Есүсийг гэрлийн титэмтэй , Буддаг туяаран цацарсан Гэрэлтэй зурдгийн учир энэ. Хэрвээ та нээлттэй бол өндөр түвшний бясалгагч нар Гэрэлтэй байдгийг олж үзнэ. /Багш дух руугаа заав/. Олон хүн үүнийг олж үзэж чаддаг. Энд байгаа хүмүүсээс олж үзсэн хүн байна уу? Та юу? Та юу үзсэн бэ?

А: Би биеийн гэрлэн бүрхүүл, гэрлэн бүрхүүл (аура) харж чаддаг...
Б: Тийм үү, гэхдээ аура бол Гэрэлтэй адилгүй. Аура янз бүрийн өнгөтэй байдаг. Заримдаа хар, заримдаа кофены өнгөтэй, заримдаа шар юм уу улаан байдаг. Тухайн үед тэр хүн ямар зантай байхаас хамаардаг. Хэрэв та оюун санааны гэрлэн бүрхүүлтэй хүнийг харах юм бол ялгааг нь мэдэх болно. Тийм биз?

А: Надад үнэндээ асуух зүйл алга. Би зүгээр л ... Би Ража-Йогоор хэсэг зуур хичээллэж байсан юм.Тэгээд би бас аура харсан байх гэж бодож байна. Би тэр үед нэг их юм ойлгож мэддэггүй байсан.
Б: Та одоо түүнийгээ харахгүй байна уу? Зөвхөн хааяа л хардаг уу?
А: Үгүй, би одоо бясалгал хийхээ больсон.
Б: Өө, тийм учраас та авьяас чадвараа алдсан байна. Бясалгалаа

дахиад хийх хэрэгтэй. Хэрвээ та зөв зам сонгосон гэдэгтээ итгэсээр байгаа бол дахин бясалгал хийх хэрэгтэй. Ингэх нь танд ямар нэг хэмжээгээр тус болно. Хор болохгүй, тийм биз?

А: Таны танилцуулах хуудсан дээр таван сахил байдаг талаар уншлаа. Авшиг хүртсэний дараа амьдралдаа эдгээр таван сахилыг сахих хэрэгтэй юу.?
Б: Тийм, тийм, тийм. Эдгээр сахилууд нь ертөнцийн хууль.

А: "Садар самуун - бэлгийн харилцааны дур зоргоороо байдал" гэдгийг би сайн ойлгохгүй байна.
Б: Энэ бол хэрэв танд нөхөр байгаа бол хоёр дахь нөхрийн тухай битгий бодоорой гэсэн үг.(Инээлдэв) Маш энгийн юм. Амьдралаа бэрхшээл зовлонгүй эгэл жирийн болго. Хэрүүл маргаан, сэтгэлийн түгшүүр үүсгэх шалтаг бүү эр. Тийм шүү. Энэ нь бусад хүнийг зовоох болно. Бид бусдад хор хөнөөл тарих учиргүй, сэтгэл санаанд нь ч хүртэл хор хөнөөл учруулах ёсгүй. Үүнийг л хэлж байгаа юм. Бид зөрчлөөс зайлсхийж, сэтгэл санаа, бие махбод, оюун ухааны талаар хэнийг ч ялангуяа ойр дотныхоо зовоохгүй байхыг хичээх ёстой. Ердөө л энэ.

Хэрэв танд хэн нэг өөр хүн байдаг бол хайртай хүндээ битгий хэлээрэй. Таны хэлснээс болоод улам их зовох болно. Өөрөө энэ асуудлаа яаралгүй, чимээгүйхэн шийдвэрлэ, тэр хүндээ хэлэхгүй байсан нь дээр. Заримдаа хүмүүс хэрэв тэд амрагийн холбоотой бол гэртээ ирээд бүгдийг нь эхнэр юм уу нөхөртөө илчлэн хэлдэг. Тэгээд ингэх нь үнэнч шударга, ухаалаг хэрэг гэж үздэг. Энэ бол утгагүй явдал. Увайгүй хэрэг. Та нэгэнт алдаа хийчихээд тэр хог новшоо гэртээ чирч ирж, бусдыг үүгээрээ бас "гялайлгах" хэрэг юу байна. Хэрвээ хүн энэ тухай мэдэхгүй бол тэгтлээ зовж шаналахгүй шүү дээ. Мэдэж байх гэдэг нь л хүнийг шаналгадаг. Тэгэхлээр бид өөрийнхөө асуудлыг өөрөө шийдвэрлэх, түүнийг дахин давтахгүй байхыг хичээх хэрэгтэй. Ингэх л ёстой. Энэ талаар хайртай хүндээ хэлэхгүй байх нь дээр. Учир нь түүнд зовлон шаналал авчирна. Түүнийг тань зовоож шаналгана.

А: Ихэнх оюун санааны Багш нар хошин шогийн маш их мэдрэмжтэй байдгийг би ажигласан. Хошин шог ба оюун

санааны бясалгал дадал хоёр ямар холбоотой вэ?

Б: Өө, тийм үү? Би тэднийг амар амгалан, аз жаргалтай, юунд ч зовних зүйлгүй байдаг бодож байна. Бас бусад хүмүүс аливаа зүйлийг ноцтой байдлаар хүлээж аваад, салж ядан зууралдаж байхад тэд энэ амьдралд тохиолдох утгагүй хөгийн зүйлс, бусад хүмүүс болон өөрсдийгөө шоолон инээж чаддаг.

Бид бясалгаж эхэлсний дараа ямар нэг байдлаар сул чөлөөтэй болж, тийм "сүрхий чухал" улс байхаа больдог юм. Хэрвээ маргааш үхэх л бол үхнэ, амьдрах л бол амьдарна. Хамаг юмаа алдчихсан бол алдаа л биз, хэрэв бидэнд бүх юм байгаа бол тэр л биз. Гэгээрсний дараа бид ямар ч нөхцөлд өөрийгөө аваад явчих хангалттай билиг ухаантай, авьяас чадвартай болно. Тиймээс бид юунаас ч айж эмээдэггүй. Бид айдас, түгшүүрээ хаяж орхидог. Тийм ч учраас бид амар амгалан байдаг хэрэг. Бид энэ ертөнцөд татагдаж хоргоддоггүй. Олж авсан, алдаж гээсэн зүйлс маань бидэнд нэг их юм байхаа больдог. Хэрэв бид ихээхэн олз ашиг олвол түүнийгээ гагцхүү бусад хүний тусын тулд мөн ойр дотныхныхоо ашиг тусын төлөө өргөчихдөг юм. Түүнээс биш бид өөрсдийнхөө бие болон амьдралаа тэр их тэмцэл зөрчил, зовлон бэрхшээлийг туулан байж хадгалж хямгадаад байх тийм чухал зүйл гэж үздэггүй. Хадгалж хямгадаж байгаа бол болж л байна. Энэ нь бид өдөржингөө орон дээр, битүү хадаас арзайлгасан йогийн дэвсгэр дээр суугаад л бясалгаад л байж байдаг гэсэн үг биш. Бид харин ажиллаж хөдөлмөрлөдөг.

Жишээлбэл, би одоо ч ажилласаар л байна. Би зураг зурж, гар урлалын бүтээлээрээ амьдралаа залгуулдаг. Би хэнээс ч мөнгө төгрөгний өглөг авахыг хүсдэггүй. Тэр байтугай миний олж байгаа мөнгө бусад хүнд туслахад минь ч хүрэлцдэг юм. Би дүрвэгсэд, байгалийн гамшигт нэрвэгдэгсэд зэрэг хүмүүст тусалж чаддаг. Бид яагаад ажиллах ёсгүй билээ. Гэхдээ бидэнд ийм их авьяас чадвар байна, тэгээд ч гэгээрсний дараа амьдрал нэн амар хөнгөн болдог учир бидэнд санаа зовоод байх шаардлага огт үгүй гэдгийг мэдэрдэг. Бид зүгээр цаанаасаа л нэг санаа амар байдаг юм. Үүнээс л хошин наргианч зан гарч ирдэг юм даа. Ингэдэг гэж би бодож байна.

Та нарын бодлоор надад хошигнох чадвар байна уу? (Хүмүүс: "Байна" гээд инээлдэж алга ташив.) Тийм үү. (Их

Багш инээв). Тэгвэл би ямар ч гэсэн Багш мөн бололтой, тийм ээ? (Инээлдэв). Та нарын төлөө намайг Багш мөн байна гэж найдацгаая, та нар хоёр цагийн турш гэгээрээгүй хүнийг сонсож цаг заваа хоосон үрээгүй гэж найдъя.

А: Энэ бол үнэнийг эрэлчин хайгч хүмүүс бидний үргэж л асуудаг, тэгээд хариуд нь онол болон домог олж сонсдог тийм асуултууд. Би зүгээр л таныг энэ тухайд юу хэлэх бол гэдгийг л сонсох гэсэн юм. Эхнийх нь "Бид хэн бэ? Би хэн бэ? Би гэртээ яаж харихаа мэдэх аргагүй энэ хүнд хүчир байдалд хэрхэн орчихсон юм бэ?" Би гэрээ хэрхэн орхисон, гэртээ буцаж харих нь яагаад тийм чухал юм бэ? Тэгээд бас та тавдугаар ертөнцөд эргэж очих тухай, түүнээс цааш явах шаардлага байхгүй тухай ярилаа. Гэхдээ хэрэв түүнээс цааш ямар нэг юм байдаг бол түүний оршиж байгаагийн утга учир нь юу вэ? Хэрвээ би тийшээ заавал буцаж очих шаардлагагүй бол энэ нь надад ямар хамаа байна? Иймэрхүү асуултууд байна.
Б: Одоо л нэг байдал хошин тийшээгээ хандах нь шиг байна (инээлдэж, алга ташив). За тэгэхээр, "Би хэн бэ?" гэдэг асуултын хувьд бол Та Нью-Йорк муж улсаар дүүрэн байгаа Зэн Багш нарын нэгнээс очиж асуу. Та Шар номоос (лавлах номыг нэрлэдэг) хайвал түүнийг олж чадна (Инээлдэв). Би энэ чиглэлээр мэргэшээгүй.

Хоёр дахь нь "Та яагаад энд байгаа юм бэ?" Танд энд байх нь таалагддагаас ч болсон байж магадгүй биш үү? Түүнээс биш Эзэн Бурханы хүүхэд биднийг хэн энд албадан байлгаж чадах юм бэ? Эзэн Бурханы хүүхдүүд хэмээгдэгсэд нь Эзэн Бурхантай өөртэй нь адилхан, үгүй гэж үү? Ханхүү бол аль нэг талаараа хаантай төстэй, ямар нэг хэмжээгээр хаантай адил, эсвэл ирээдүйн хаан мөн. Тийм учраас хэрэв түүнд хаа нэг газар байх нь таалагдаж байвал л тэр тэнд байх болно. Ямар ч атугай, бид өөрийгөө сорьж турших гэж диваажинд юм уу өөр хаа нэг газар байхаа чөлөөтэй сонгодог. Та хамгийн анх, цаг үеийн тэртээд ямар нэг адал явдалтай, айдас төрүүлсэн юмыг таньж мэдэх гэж энд байхаар шийдсэн байх. Зарим хүмүүст хурц осолтой мэдрэмж таалагддагийг мэднэ биз дээ.

Жишээ нь, ханхүү ордондоо байж болно, эсвэл

байгалийг нээн судлах сонирхолтойн улмаас ой ширэнгээр тэнүүчилж болно. Ийм байж болох юм. Ордны маань үүдэнд хамаг юмыг маань бэлдээд тавьчихдаг учраас бидэнд их уйтгартай, диваажин уйтгартай байсан байж мэднэ. Тиймээс бид өөрийнхөө төлөө өөрөө юм хийхийг хүсчээ. Хааны гэр бүлийнхэн заримдаа өөрсдөө хоолоо хийж, зарц шивэгчингээ хажуудаа байлгахгүйг хүсдэгтэй л адил юм. Тэд тос, сүмсээр өөрсдийгөө болон орчноо хаа сайгүй будаж заваруулчихдаг боловч энэ нь тэдэнд сайхан санагддаг. Хаад ноёдод тийм ч тохирмоор зүйл биш харагдавч тэд энэндээ дуртай байдаг юм.

Жишээлбэл, надад жолоо барьж өгөх хүмүүс байна, хаашаа ч явлаа гэсэн хүмүүс миний жолооч байх дуртай байдаг. Гэхдээ зарим үед би өөрөө жолоодож давхимаар санагддаг. Би өөрийнхөө утаагүй, цагт арван км-ийн хурдтай, цахилгаанаар тэжээгддэг бяцхан гурван дугуйт унадаг. Би ингэж ийшээ тийшээ давхих дуртай. Тийм шүү. Учир нь би хаана ч очсон хүмүүс намайг шууд анзаарч таньдаг учраас заримдаа хүмүүс нь намайг таньж мэдэхгүй хаа нэг газар луу явмаар санагддаг юм. Намайг хайж олоод нэрд гаргасан тэр цагаас миний хувьд үүрэг хариуцлага болсон лекц унших албаас бусад үед би их бүрэг нэрэлхүү хүн. Байн байн зугтаагаад явчихаж чаддаггүй ч зарим үед би хоёр, гурван сараар хол явчихдаг юм. Яг л нөхрөөсөө оргож зугтдаг эрх эхнэр шиг. Энэ бол миний сонголт.

Магадгүй та энд хэсэг хугацаагаар байхыг сонгосон байж мэдэх юм. Одоо бол та энэ ертөнцийн тухай хангалттай мэдлэгтэй болж, сурч мэдмээр өөр юм үгүй мэт санагдаж, аяллаас залхсан тул явахыг хүсэх цаг тань ирсэн байж магадгүй. Та амрахыг хүсч байгаа биз. Эхлээд гэртээ хариад амар. Дараа нь аюул осолтой аялалд дахин гарахыг хүсч байна уу, үгүй юу гэдгээ хараарай. Энэ хүртэл миний хэлж чадах юм ердөө ийм байна.

Та яагаад гэртээ буцаж очих ёстой вэ? Бас яагаад Зургаад биш Тавд очих ёстой гэж? Энэ нь танаас л хамаарна. Тавд очсоны дараа та дуртай тийшээ явж болно. Дээшээ тун олон түвшин бий. Та ойлгож байна уу? Гагцхүү тэнд байхад илүү тохиромжтой, илүү ая тухтай байдаг юм. Түүнээс цааш дээшээ бол хэт хүчирхэг түвшин байдаг гэж хэлмээр юм уу даа. Та түр хугацаагаар очиж болох ч танд тэнд үлдэж амрах хүсэл

төрөхгүй байх.

Жишээлбэл, таны орон байр их сайхан, бие засах газар нь хэдийгээр байшингаас тань цаана байдаг ч та тэнд үүрд үлдэж амрахгүй. Энэ нь уул өөдөө илүү өндөрлөг, үзэсгэлэнтэй газар санагдавч амрах зориулалттай газар биш. Эсвэл байрны тань цахилгаан хүчдэлийн хэсэгт цахилгаан үүсгүүр дуу шуугиантай, дүнгэнэж хүнгэнээд, халуун бүгчим байдаг, бас аюултай байдгийг та мэдэж байгаа. Энэ хэсэг таны орон байшинд хэчнээн их хэрэгтэй ч гэсэн та тэнд байгаад байхыг хүсэхгүй байх байсан. Ийм л юм.

Бидний төсөөлж ч чадахаргүй тийм олон янзын шинж чанар Эзэн Бурханд байдаг. Бид үргэлж л хэдий чинээ дээш гарна, төдий их хайр энэрэл байдаг гэж боддог. Гэвч хайр олон янз байдаг. Маш хүч түрэмгий, хатуу хайр ч бий, эелдэг зөөлөн хайр ч бий, алагчлал үгүй хайр ч байдаг. Бидний хүлээн авах савны хэмжээнээс л хамаарна. Эзэн Бурхан бидэнд янз бүрийн хэмжээний хайр өгдөг. Тийм биз? Ертөнц бүр Эзэн Бурхны хайрыг янз бүрийн хэмжээгээр агуулж байдаг юм. Гэвч заримдаа тэр нь дэндүү хүчтэй, биднийг хэсэг хэсэг болгон цуулан тасчиж байх шиг санагддаг.

А: Миний эргэн тойрон өдий төдий их эвдрэл сүйрэл, байгалийг сүйтгэх явдал ажиглагдаж байна. Амьтанд харгис хэрцгий хандах явдал. Та үүнийг яаж ойлгож мэдэрдэг бол, бас энэ ертөнцөөс оюун санааны зам мөрөөр чөлөөлөгдөхийг хүсч буй хүмүүст орчинтойгоо яаж зохицох, эргэн тойронд нь болж буй үгүйрэл сүйрлийн дунд учраа хэрхэн олоход нь туслахын тулд та юу гэж зөвлөж чадах бол гэж би гайхширч байна л даа. Мөн юуг ардаа орхин үлдээж байгаагаа ухамсарлахын тулд энэ ертөнцийн чанадад гарах нь бидэнд хангалттай гэж та бодож байна уу эсвэл ухамсрын энэ түвшинд бид зовлон зүдгүүрийг хөнгөлөхийг оролдох үүрэгтэй гэж боддог уу? Энэ нь ямар нэг тус болж чадах уу?

Б: Тус болно. Яриангүй тус болно. Бусад хүмүүсийн зовлон зүдгүүрийг багасгахын тулд чадлаараа хичээж, ямар нэг юм хийж байгаагаа мэдрэх нь наад зах нь бидэнд болоод бидний хүн чанарт тустай. Би ч бас ийм ажил хийдэг. Та бүгд юу л хүсч гуйна түүнийг би хийдэг. Би хийж байсан, хийсээр байгаа, хийх ч болно.

Бид заримдаа хөрөнгө мөнгөө янз бүрийн байгууллага, гамшиг зовлонд нэрвэгдсэн янз янзын улс оронд хуваж өгдөг гэж би түрүүн хэлсэн билээ. Би уг нь энэ тухай нэг их сайрхмааргүй л байна. Гэхдээ нэгэнт асуусан болохоор - жишээ нь, өнгөрсөн жил Пинатуба галт уулаас үүдсэн гамшгийг арилгахад Филиппинд санхүүгийн туслалцаа үзүүлсэн. Мөн Ау-Лакын үер ба Хятадын үерт нэрвэгдэгсэд зэрэг хүмүүст тусалсан. НҮБ бидний туслалцааг хүсч байвал НҮБ-ын ачааллыг багасгахын тулд Ау-Лакын дүрвэгсдэд туслахыг одоогийн байдлаар чармайж байна. Бид хичээсээр л байна. Бид тэдэнд санхүүгийн туслалцаа үзүүлж байгаа бөгөөд хэрэв НҮБ зөвшөөрвөл бид тэднийг шилжин суурьшуулж чадахсан.

Тийм ээ, та бүгдийн гуйж хүссэн болгоныг бид хийдэг, тэгээд ч бид энд байгаагийнхаа хувьд энэ хүрээлэн байгаа орчноо ч бас аль болох сайн цэвэрлэж байх нь зүйтэй. Ийнхүү бид зовлон шаналалыг хөнгөрүүлж, дэлхий ертөнцийнхөө ёс суртахууны байдлыг төлөвшин тогтоход нь тусалдаг юм. Оюун санааны болоод материаллаг аль аль талаар. Тийм. Яагаад гэвэл зарим хүн надаас оюун санааны дэмжлэг авдаггүй. Тэд зөвхөн биет тусламжийг хүсдэг. Тиймээс тэдэнд материаллаг зүйлээр тусалдаг. Бидний хийдэг зүйл энэ бөгөөд би яагаад ажиллаж, мөнгө олох ёстой байдгийн учир нь энэ. Би өргөл барьц авч амьдрахыг хүсдэггүйн учир нь энэ.

Миний шавь хуврагууд цөм яг та бүхэн шиг л ажиллах ёстой. Тэгээд үүнээс гадна, бид оюун санааны талаар тусалж, энэ ертөнцийн бэрхшээл саад, зовлон шаналлыг хөнгөрүүлэхэд нэмэр болдог юм. Бид үүнийг хийж байх ёстой. Бид гараа хумхин бүхэл өдөржин самадид автан, өөрсдийгөө баясган сууна гэсэн үг биш. Ингэвэл дэндүү амиа хичээсэн Будда (гэгээнтэн) болохсон. Бидэнд тийм хүн энд хэрэггүй. (Инээлдэв).

А: Хүн өөрийн сэхээрлээс бий болсон хүч чадалтайгаа ухаардаг тийм түвшний тухай та ярьж байсан. Хэрэв хүн тийм боломж чадвараа ухааравч тийм чадвартайгаа яг мэдэхгүй, гэхдээ л мэдрээд байгаа бол яах вэ? Бүр та өөртөө тийм чадвар байгаа мэт мэдэрч байж болно. Түүнийгээ хэрхэн ашиглах, эсвэл ашиглахгүй байх вэ? Хүчээ ашиглахгүй бол хэрхэн яаж орчин тойрондоо болж байгаа үйл явцад тэвчээр хүлээцтэй хандах

вэ? Жишээ нь, хурдан түргэн шийдвэрлэхийн тулд залбирах ч юм уу эсвэлөөр ямар нэг зүйл хийх боломжтой байсаар байтал үйл явц жамаараа удаан явахыг харж суух. Энэ юу гэсэн үг вэ? Сайн үр дүнд хүрэх адис хамгаалалттайгаар чадвараа яаж ашиглах вэ? Намайг юу гэж байгааг та ойлгож байна уу?

Б: Ойлголоо, ойлголоо. Та, бид амьдралыг өөрчлөх чадвартай байтал харин эргэн тойрны юмс хүнд сурталтай, залхуу наазгай ядмагаар явж байхад энэ бүхнийг тэсч гарах тэвчээр хүлцэмжийг хаанаас олох вэ гэж байна. Тийм үү? Ердөө залбирч мөргөх юм уу эсвэл домнож шившин эсвэл хуруугаа чиглүүлж байгаад түлхэц өгөх үү гэж байна. Тийм үү? Үгүй, энэ ертөнцийг эмх замбараагүй байдалд оруулахгүйн тулд бид түүний эрч хурдтай тохируулж ажиллах ёстой учраас би тэвчээртэй байдаг юм. Тийм.

Жишээ нь хүүхэд гүйж сураагүй байхад та хэчнээн яарч, гүймээр байлаа гээд хүүхдийг бүдэрч унагаахгүй шүү дээ. Тийм учраас бид тэсвэр тэвчээртэй байх ёстой. Бидэнд гүйх чадал байсан ч хүүхэдтэйгээ алхах хэрэгтэй болно, тийм ээ. Ийм байдаг болохоор би заримдаа цөхөрч, тэсвэр тэвчээргүй байдаг ч гэсэн өөрөө тэвчээртэй байхыг сурах хэрэгтэй болдог. Бид санхүүгийн бүрэн дэмжлэгээр нэмэр болох гэж байгаа атлаа би дүрвэгсдийн тусын тулд нэг ерөнхийлөгчөөс нөгөөд очин бөхөлзөж явдгийн учир нь энэ. Бид өөртөө байгаа бүхнээ, долларыг саяар нь, тэр байтугай тэрбумаар нь өгмөөр байдаг. Гэлээ ч гэсэн бүхий л хүнд суртлын тогтолцоог туулан гарах хэрэгтэй болно. Ёс ёмбогор, төр төмбөгөр гэдэг.

Би НҮБ-ыг албадахын тулд өөрийн боломжоо ашиглах юм уу эсвэл хуруугаараа зааж чичлэхгүй. Үгүй, үгүй. Хэрэв бид ид шид, бодит материаллаг хүчийг хэрэглэх юм бол энэ ертөнцөд сүйрэл гамшиг авчрах болно. Бүх юм жамаараа л явах ёстой. Гэхдээ бид оюун санааны эмчилгээ, билиг билгүүн, мэдлэг ойлголтоороо хүмүүсийн ухамсрыг дээшлүүлж чадна. Үүнийг сайн дураараа хийж, хамтран ажиллахыг хүсэх мэдлэг ухааныг бид тэдэнд өгч чадна. Ид шидийн хүчийг ашиглах биш, ингэх нь хамгийн сайн арга зам юм. Би аж амьдралын ямар ч нөхцөлд зориудаар хэзээ ч шидийн хүч хэрэглэж байгаагүй. Гэхдээ бясалгагчдын эргэн тойронд ер бусын гайхамшиг зүгээр л болж байдаг юм. Энэ бол санаатайгаар бус аяндаа болдог

эд. Хэрэг явдлыг яаруулж, түлхэхийг оролдох явдал биш. Тийм ээ, ингэх нь сайн зүйл биш. Хүүхэд гүйж сураагүй байна. Тийм биз. Хариулт маань та нарын сэтгэлд нийцэв үү?

Аль нэг нь хангалтгүй санагдаж байвал надад хэлээрэй, би гүйцээн тайлбарлаж өгье. Гэхдээ улс үндэстнүүдийн хамгийн шилмэл, оюун ухаанлаг хүмүүсийн хувьд та нарыг би маш сэргэлэн улс гэж бодож байна. Тийм болохоор би нэг их дэлгэрэнгүй ярихгүй байгаа.

Дашрамд нь НҮБ байдаг нь сайн хэрэг гэдгийг би тэмдэглэн хэлэх ёстой. Тийм тийм. Хэдийгээр бүрмөсөн арилгаж чадахгүй байгаа ч бид дэлхий дээрх олон тооны зөрчил мөргөлдөөн, дайн дажныг багасгаж чадсан. Би НҮБ-ын тухай танай номыг уншсан. НҮБ-д хүн болгон хамаардаг. Би ч бас НҮБ-ын үйл ажиллагаанд оролцдог. Бусад хүмүүс болоод, дэлхийн аль ч засаг төр аварч хүчрэхгүй байх тэр үед НҮБ-ын нэгэн тусгай бүрэн эрхт элч гарч ирэн барьцааны хүмүүсийг аварсны төлөө би НҮБ-ын хүчин зүтгэл, чадварлаг үйл ажиллагааг сайшаан магтах ёстой. Тийм ээ, тусламж хэрэгтэй болдог байгалийн гамшиг асуудал, дүрвэгсдийн асуудал зэрэг өөр олон жишээ байна.

Та бүхэн арван хоёр сая дүрвэгсдийн төлөөх хариуцлагыг өөртөө авсан гэж би дуулсан. Тийм ээ? Энэ бол тун их ажил, тэгээд бас дайн дажин бусад бүх юм байна. Тийм учраас бидэнд НҮБ байдаг нь сайн хэрэг. Тийм шүү. Энэ тун сайн хэрэг.

А: Цэцэн мэргэн ухаанаа бидэнтэй хуваалцаж байгаа Танд баярлалаа. Чин Хай багш аа, надад нэг асуулт байна. Энэ нь дэлхийн хүн амын өсөлт, үүнтэй холбогдон хүрээлэн буй орчин хойшид улам бохирдож, хүнс тэжээлийн хэрэгцээ цаашид улам ихээр өсөх асуудалд хамаарах юм. Та дэлхийн хүн амын энэ өсөлтийг тайлбарлаж өгч чадахсан болов уу? Энэ нь манай ертөнцийн үйлийн үр мөн үү? Эсвэл энэ нь ирээдүйд ямар нэг тодорхой үйлийн үрийг бий болгох уу?

Б: За, энэ ертөнцөд улам олон хүн байх нь бас сайн хэрэг шүү. Яагаад үгүй гэж. Чихэлдэж шахалдаад, хөгжөөн шуугиантай. Үгүй гэж үү. (Инээлдэв) Үнэн хэрэгтээ хүн ам хэт өсөөд байгаа юм биш. Ердөө л тархалт суурьшилт нь тэнцвэргүй байна.

Хүмүүс дэлхийн тодорхой нэг газар нутагт нягтарч суурьшаад, өөр газарлуу шилжихийг хүсэхгүй байна. Ердөө л энэ. Бидэнд ашиглагдаагүй асар их зэлүүд газар бий. Өдий төдий эзэмшээгүй арал, ногоон ой шугуйгаас өөр юу ч үгүй өргөн уудам тэгш өндөрлөг байна. Хүмүүст ердөө л Нью-Йоркт шахцалдаж байх нь таалагддаг, жишээ нь, (Инээлдэв) энд илүү хөгжөөнтэй болохоор. Тэгээд ч, засгийн газар болон өөр бусад удирдлагаас янз бүрийн газар оронд үйлдвэр, төрөл бүрийн ажлын байр, боломж бий болгодог бол хүмүүс тийшээ ажиллахаар очно шүү дээ. Ажил олоход амар хялбар эсвэл аюулгүй байдгаас болж хүмүүс тодорхой зарим газарт бөөгнөрч байна. Хэрэв өөр газарт ажил олох боломж, аюулгүй байдал, хамгаалалт байх юм бол хүмүүс тийшээ ч бас явах байсан. Хүмүүс амь зуулга, аюулгүй байдлынхаа төлөө явах л болно. Энэ бол зүй ёсны юм.

Тийм учраас бид хүн ам өсч буйд түгшиж зовох ёстой биш юм. Энэ дэлхийн хүмүүсийг орон байр, аюулгүй байдал, ажлын байраар хангахын тулд бид илүү сайн зохион байгуулалттай байх учиртай. Тэгвэл хаана ч гэсэн адилхан болно. Хүн ам хэт олшрох явдал хэзээ ч гарахгүй болохсон.

Хүнс тэжээлд хамаатай асуултын тань хувьд гэвэл үүнийг та надаас илүү мэдэх ёстой доо. Яагаад гэвэл энд, Америкт дэлхийг хэрхэн хадгалж хамгаалах тухай маш их мэдээлэл байдаг. Дэлхийн байгалийн нөөцийг хадгалах, дэлхийн бүх хүн амыг хүнсээр хангахад веган хоолны дэглэм бол хамгийн илүү нийцэх зүйлийн нэг. Учир нь бид амьтныг тэжээж бордохын тулд асар их хэмжээний хүнсний ургамал, эрчим хүч, цахилгаан, эмийг үрэн таран хийж байна. Гэтэл энэ бүхнээр бид хүмүүсийг шууд хооллож болохсон. Дэлхийн Гуравдагч орнууд уургаар баяжуулсан ургамлын гаралтай хоол хүнсийг нэн хямд үнээр борлуулж байна. Гэтэл энэ нь бусад улс оронд тус болж чадахгүй байна. Бид хоол хүнсээ тэгш хуваарилж, веган хоол иддэг болбол ихээхэн тус болохоос гадна, зөвхөн хүмүүс бидэнд биш, зөвхөн амьтдад ч биш, бүх дэлхий дахинд тус болж чадна даа.

Нэгэн судалгааны сэтгүүлд аль хэдийн бичсэнчлэн хэрвээ хүн бүхэн веган хоол иддэг бол дэлхий хэзээ ч өлсгөлөнд автахгүй. Бид зохион байгуулалттай байх хэрэгтэй. Цагаан будааны хивгээр тэжээллэг хүнсний зүйл, тэр байтугай

сүү хийж чаддаг нэг хүнийг би мэднэ. Энэ тухай бид түрүүн уулзахдаа ярьсан шүү дээ. Тэрээр гурван зуун мянган доллар зарцуулаад Цейлонд ядуу зүдүү, хоол хүнсгүй эхчүүд болон бусад хүмүүс гээд зургаан зуун мянган хүнийг хүнс тэжээлээр хангасан гэж ярьж байсан. Энэ бол гайхалтай зүйл байсан шүү. Дэлхийн хаа сайгүй бидний хийж үйлдэж байгаагаас болоод байгалийн нөөц үрэгдэж байгаа болохоос биш бидэнд нөөц баялаг хүрэлцэхгүй болж байгаа гэсэн хэрэг биш. Эзэн Бурхан биднийг өлсгөх гэж энд орхиогүй байх. Үнэн хэрэгтээ бид л өөрсдийгөө өлсгөн тамирдуулж байна.

Тийм учраас бид өөрөөр бодох, шинээр сэтгэх, бүхнийг өөрчлөн зохион байгуулах хэрэгтэй, үүний тулд орон орны засгийн газрын дэмжлэг шаардлагатай юм. Засгийн газрууд өөртөө үйлчлэх бус, харин түмэн олонд үйлчлэх эрмэлзлээрээ, туйлын үнэнч шударга ариун байдал, эрхэм чанарааараа биднийг ивээн дэмжих ёстой. Хэрвээ бид дэлхийн улс орон бүхний засгийн газраас ийм ивээл хүртэх юм бол бидэнд үнэндээ ямар ч асуудал байхгүй. Ямар ч асуудалгүй.

Бид сайн удирдагчид, эдийн засгийн сайн зохион байгуулалт, удирдах авьяас билэгтнүүд, мөн чин шударга засгийн газартай байх хэрэгтэй. Хэрвээ олон хүн, хүмүүсийн ихэнх нь эсвэл бүр бүх хүн оюунлагийг эрхэмлэдэг болчихвол энэ бүхэн илүү хурдан биелнэ. Тэгвэл тэд дэг журам, сахилга гэдгийг мэддэг болно. Тэд хэрхэн үнэнч шударга, цэвэр ариун байхыг мэддэг болно. Тэгээд билиг ухаанаа яаж хэрэглэхээ мэддэг болно. Тэр цагт тэд хэчнээн их зүйл хийх ёстойгоо ухаарч, амьдралаа өөрчлөн байгуулж чадна.

А: Энэ хэрэгжихэд тун хэцүү санагдаж байна. Учирнь миний ойлгож буйгаар бол, хорьдугаар зууны амьдралын жишгийг мэддэг, тийм байхыг хүсдэг хүмүүсийн амьдрах орон зай, гэр байраа тэлэх хэрэгцээ өсч байгаагаас болж ихэнхдээ орчин үед хүрээлэн буй орчныг буруугаар ашиглаж байх шиг санагдаж байна. Бразилийн ширэнгэ ой, тэндхийн байгал орчныг зүй бусаар ашиглаж буйг аваад үзье. Халуун орны чийглэг ойг нь устган сүйтгэсэн. Газар нь ногоон хөрсөн бүрхүүлгүй болж, энэ нь үер болоход хүргэж байна. Эдгээр нь хүн ам олшрох асуудалд хамаагүй зүйлс биш шүү дээ.

Б: Тийм ээ, энэ ертөнцөд байгаа бүхэн хоорондоо холбоотой нь эргэлзээгүй. Тийм болохоор цорын ганц боломжтой шийдвэр гэвэл асуудлыг мөчир салбараас нь бус үндэс, язгуураас нь эхлэн шийдвэрлэх явдал. Үндэс язгуур нь бол оюун санааны тогтвортой байдал юм. Ойлгож байна уу? (Алга ташив).

Тийм болохоор бидний хийх ёстой зүйл бол ердөө л, мэдлэгээ, оюун санааны сургаалаа түгээн дэлгэрүүлэхийг эрмэлзэж, оюун санааны сахилга баттай байх явдал юм. Хүмүүст дутагдаж байгаа зүйл нь энэ. Өөрийгөө цахилгаан машинд залгаад бага сага гэрэл үзэж, хөгжмийн эгшиг сонсох, самадид орох нь болох л хэрэг л дээ. Гэтэл танд ёс суртахууны сахилга байхгүй бол та хүчээ заримдаа зөвхөн муу зүйлд ашиглаж болох юм. Түүнийгээ хянаж жолоодож чадахгүй. Тийм учраас бид бүлэгтээ, хүмүүст эхлээд сахил сахихыг зааж сургадаг юм. Сахил бол маш чухал. Бид хаашаа явж байгаагаа, мөн Хүч Чадлаа хааш нь чиглүүлэхээ мэддэг байх ёстой. Хайр энэрэлгүй, нигүүлсэх сэтгэлгүй, ёс суртахууны үнэт зүйлсийн тухай зохих ойлголтгүй Хүч Чадалд ашиг тусгүй. Тэр нь хар дом, муу муухай зүйл болж хувирна. Тийм шүү. Хар шид эндээс гардаг юм шүү дээ.

Тэгэхээр гэгээрэлд хүрэх нь амархан, харин түүнийг хадгалж хямгадах л хэцүү. Та манай энэ зам мөрөөр явах тэр цагтаа жинхэнэ ёсоор сахилга журамтай, ёс суртахуунтай байж чадахгүй бол таныг Хүчээ муугаар ашиглаж, нийгэмд хор хөнөөл учруулахгүйн тулд Багш энергийн чинь хэсгийг буцаагаад авчихна. Ялгаа нь үүнд байгаа юм. Багш хянаж харгалзаж чадна, багшийн хүч. Багшийн хүч, ойлгов уу?

Та нарын энэ бүх ухаалаг асуулт намайг баярлуулж байна. Тун ухаалаг асуултууд байна.

Хүмүүс хангалттай ухаалаг биш учраас таны хэлсэнчлэн газар дэлхийг буруу ашиглах мэт зүйлс хийдэг, эсвэл бусад зарим зүйлийг билиг ухаан дутсанаас болж үйлддэг юм. Тийм шүү. Тэгэхлээр бүхний үндэс суурь нь билиг ухаан, бясалгал дадал юм. Гэгээрэлд хүрэгтүн.

Та бүхнийг анхаарал тавьсанд баярлалаа.
Хамгийн сайн сайхан бүхнийг хүсэн ерөөе.

"Авшиг хүртээхүй нь үнэн хэрэгтээ авшийг өгч байгаа хэрэг биш... та зүгээр л энд хүрч ирээд өөрөө өөртөө туслахдаа надаар туслуулж байгаа хэрэг. Та нарыг шавиа болгох гэж би энд ирээгүй... Багш болоход тань туслах гэж л би ирсэн юм."

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

"Бясалгал яаж хийдгийг хүн бүхэн мэддэг, харин та бүхэн буруу зүйлсийг л бясалгаад байдаг. Зарим хүн сайхан бүсгүй, зарим нь мөнгө зоос, зарим нь ажил бизнесээ бясалгадаг. Чин сэтгэлийн үгаас хамаг анхаарлаа нэг зүйлд төвлөрүүлэх тэр болгон нь бясалгал юм. Би анхаарлаа гацхүү Дотоодын Хүчиндээ, Энэрэхүй сэтгэлдээ, Эзэн Бурханы Хайр болон Өршөөн Нигүүлсэхүйд хандуулдаг."

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

"Авшиг хүртэнэ гэдэг нь шинэ эмх журмаар шинэ амьдрал эхэлж байна гэсэн үг. Энэ нь Багш таныг Гэгээнтнүүдийн хүрээнд харьяалагдах нэгэн болсныг хүлээн зөвшөөрсний илэрхийлж байгаа юм. Тэр үеэс эхлэн та жирийн хүн байхаа больж, өндөр дээд дэсэд хүрнэ. Эрт цаг үний "авшиг хүртэх" буюу "Багшийн аврал багтах" гэж хэлдэг байжээ."

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

АВШИГ: АРЪЯАБАЛЫН БЯСАЛГАЛ (THE QUAN YIN METHOD)

Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай Үнэнийг таньж мэдэхийг чин сэтгэлээс эрмэлзэн тэмүүлж буй хүмүүст Арьяабалын (Гуань Инь) бясалгалын авшиг хүртээдэг юм. "Гуань Инь" гэдэг нь Хятад хэлнээ Аялгууны хэлбэлзлийг ажиглан бясалгах гэсэн утгатай үг. Энэ бясалгал нь дотоодын Гэрэл, Аялгуу аль алиныг ажигладаг арга юм. Эрт цагаас дэлхийн шашин суртахуун бүрийн ариун судар номонд энэхүү дотоодын ахуй ойлголтын талаар дахин дахин тайлбарласан байдаг билээ.

Жишээлбэл: Христийн шашны Библийн сударт **Анх эхлээд Авиа оршиж, тэр Авиа Эзэн Бурхантай хамт байв. Тэрхүү Авиа даруй Эзэн Бурхан мөн** гэсэн байдаг. (Иоанна 1:1) Энэ Авиа бол дотоодын Аялгуу болно. Үүнийг "Ном", "Эзэн Бурханы хэл", "Шабд", "Дао", "Аялгууны урсгал", "Ум" мөн Тэнгэрийн хөгжим гэж нэрлэдэг. Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай **энэ нь бүх л амьдралын дотор долгилон хэлбэлзэж, хамаг орчлон ертөнцийг тэтгэн тэжээж байдаг. Энэхүү Дуу Аялгуу нь буй бүхий л гэмтэл эмгэгийг анагааж, буй бүхий л эрмэлзэл хүслийг ханган гүйцэлдүүлж, буй бүхий л эгээрэл шуналыг намжаан тайтгаруулж чадна. Энэ бол бүхэлдээ агуу их хүч чадал, агуу их хайр энэрэл юм. Бид энэ дуу аялгуугаар бүтсэн болохоор үүнтэйгээ холбогдмогц бидний сэтгэл зүрх хангалуун тайван, амар амарлингуй болдог.** Энэ **Дуу Аялгууг сонссоны дараа бидний оршихуй бүхэлдээ хувирч, амьдралын тухай үзэл бодол маань сайн тал руугаа өөрчлөгддөг юм** гэж хэлжээ.

Дотоодын Гэрэл, Эзэн Бурханы Гэрэл гэдэг бол "гэгээрэл" хэмээх үгэнд байгаа Гэрэлтэй ижил утгыг илтгэн зааж байгаа юм. Тэр гэрлийн тодрол нь өчүүхэн гялбаанаас сая сая Нарны гэрэл хүртэл хэмжээтэй байдаг. Энэ дотоодын Гэрэл ба Аялгуугаар л дамжин бид Эзэн Бурханыг таньж мэддэг юм.

Авшиг хүртэн Арьяабалын бясалгалын авшиг хүртэх нь (Quan Yin Method)тийм тайлагдашгүй нууц ёс буюу шинэ шашинд орж буй хэрэг биш юм. Сэтгэлийн авшиг өгөх үеддотоодын Аялгуу болон Гэрлийг бясалгах нарийн зааварчилгаа өгөх бөгөөд Их Багш Чин Хай авшгийг "оюун санаагаараа уламжилдаг" юм. Бурханлаг Оршихуйг анхлан мэдрэх ахуй ойлголт чимээгүйгээр өгөгдөнө. Таны энэ "үүд"-ийг НЭЭЖ өгөхийн тулд Их Багш Чин Хай заавал өөрийн биеэр байх шаардлага байдаггүй. Энэ авшиг уламжлах үйл явц бол Бясалгалын Аргын хамгийн чухал хэсэг нь юм. Багшийн Аврал үгүй бол бясалгалын арга техник нь өөрөө ашиг тус багатай.

Сэтгэлийн авшиг хүртэх үед та агшин зуур дотоодын Гэрэл үзэж, дотоодын Аялгуу сонсож болдог учраас заримдаа энэ үйл явцыг "гэнэтийн" буюу "агшин зуурын гэгээрэл" гэж нэрлэдэг юм.

Их Багш Чин Хай ямар ч шашин шүтлэг, соёлын уламжлалтай хүмүүст сэтгэлийн авшиг өгөхийг зөвшөөрдөг. Та өөрийнхөө одоо шүтэж буй шашин эсвэл итгэл үнэмшлийн тогтолцоогоо өөрчлөх албагүй. Таныг ямар нэг байгууллагад элсэх эсвэл амьдралынхаа өнөөгийн хэв маягт үл нийцэх зүйлд оролцуулахыг хүсэхгүй.

Гэхдээ танаас веган хоолтон болохыг хүсэх болно. Насан туршдаа веган хоолтон байх нь сэтгэлийн авшиг хүртэхийн тулд хангах зайлшгүй нөхцөл шаардлага болно.

Сэтгэлийн авшиг хүртэхэд үнэ төлбөр авахгүй.

Арьяабалын Бясалгалын (Гуань Инь) Аргаар өдөр бүр бясалгаж, таван сахилыг сахих нь л сэтгэлийн авшиг хүртсэний дараа таны биелүүлбэл зохих шаардлага юм. Сахил бол таныг өөртөө болоод өөр бусад амьтанд хор хүргэхгүй байхад туслах дүрэм юм. Энэ бясалгал дадал нь гэгээрлийн тухай таны анхны ахуй ойлголтыг бататган гүнзгийрүүлж, эцэст нь танд өөрийн тусын тулд Бурханлаг оршихуйн буюу Гэгээрлийн хамгийн өндөр түвшинд хүрэхэд тусална. Өдөр тутмын бясалгал дасгалаа

хийхгүй бол та гэгээрлээ бараг гарцаагүй мартаж, энгийн ухамсрын түвшиндээ буцаж ирэх болно.

Чин Хай Багшийн зорилго бол биднийг өөрсдийнхөө хүч чадалд итгэж сэтгэл хангалуун байж чадахад сургах явдал юм. Тийм болохоор Тэрбээр аливаа хүн, ямар нэг дэмжлэг туслалцаа, урьдчилсан бэлтгэлгүйгээр бие даан бясалгаж болдог энэ аргыг заадаг билээ. Тэрбээр шүтэн бишрэгч, шавь, дагалдагч эрдэггүй, бас гишүүний татвар хураамж төлөх байгууллага байгуулдаггүй юм. Тэр таны мөнгө, бэлэг сэлт, залбирал мөргөлийг хүлээж авахгүй, тийм болохоор түүнд ийм зүйл өргөх хэрэггүй.

Тэр таныг Бурхан чанартаа дэвшин хүрэхийн тулд өдөр тутмын амьдралдаа болоод бясалгал хичээлдээ чин сэтгэлтэй байхыг тань л хүлээн авах болно.

ТАВАН САХИЛ

1. Амьтанд хор хөнөөл учруулахыг цээрлэнэ;*
2. Үнэн бус зүйл хэлэхийг цээрлэнэ;
3. Өөрийн бус юмыг авахыг цээрлэнэ;
4. Садар самуун явдлыг цээрлэнэ;
5. Хорт бодис хэрэглэхийг цээрлэнэ;**

* Эдгээр сахилыг сахигч нь цэвэр веган хоолтон байх ёстой. Мах, сүү, сүүн бүтээгдэхүүн,загас, тахиа, өндөг (үр тогтсон болон үр тогтоогүй өндөг, өндөг сүүтэй боов, чихэр, бялуу жигнэмэг, зайрмаг гэх мэт) амьтны гаралтай аливаа хүнсийг хэрэглэж болохгүй.

** Энэ сахилд бүх төрлийн хорт бодис, тухайлбал: архи, тамхи, хар тамхи, мөрийтэй тоглоом, садар самуун, хүчирхийлэлтэй зураг, кино, уран зохиол, компьютер тоглоом тоглох зэрэг зүйлээс зайлсхийх явдал багтана.

"Төгс бурханлаг хүн бол төгс хүмүүнлэг хүн. Төгс хүмүүнлэг хүн бол төгс бурханлаг хүн. Одоо бол бид зөвхөн хагас хүн төдий юм. Бид юмыг эргэлзэх сэтгэлээр, "би" гэх үзлийн үүднээс хийдэг. Бидний биеэрээ үзэн мэдэрч, цэнгэн жаргах энэ зүйлсийг Эзэн Бурхан л зохицуулдаг гэдэгт бид итгэдэгүй. Бид буянт үйл болон нүгэл хилэнцийн хоорондуур ялгаа зааг гаргадаг. Юухныг ч гэсэн их юм болгон дөвийлгөж, өөрийгөө болон бусдыг тэр шалуураараа шүүнэ. Эзэн Бурхан юу хийх ёстойн тухайд бид өөрсдөө явцуу үзэл бодол баримталдаг болохоороо зовж шаналдаг. Ойлгож байна уу? Үнэн хэрэгтээ Эзэн Бурхан бидний дотор оршдог, харин бид Түүнийг хязгаарлан барьдаг. Бид өөрсдөө тогложж, зугаацах дуртай, гэхдээ хэрхэн тэгэхээ мэддэгүй. Тэгээд бусдад зүгээр л "Өө! Чи биттий тэг", өөртөө ч бас "Би тэгэх хэрэгүй, би иншгэх албагүй. Би яагаад веган хоолтон байх албатай юм? ". Аа, тийм, би мэдлээ. Миний Дотоодын Бурхан хүсч байгаа учраас би веган хоолтон байгаа юм" гэж хэлдэг.

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

"Бид ядаж л ганц секундын зуур үзэл бодол, үг хэл, үйл ажлаараа цэвэр ариун байх юм бол тэр үед хамаг л сахиус, бурхад, сахиулсан тэнгэрүүд биднийг дэмжин туслах болно. Тэр агшинд бүх орчлон ертөнц биднийх болж, бидэнд тусалж дэмжих бөгөөд эзэн суух хаан ширээ маань биднийг хүлээж байдаг."

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

ВЕГАН ХООЛНЫ АЧ ТУС

Арьяабалын Бясалгалын (Quan Yin Method) авшиг хүртэхийн тулд насан турш цэвэр веган хоолтон байхаа амлах шаардлагатай. Ургамлын гаралтай зүйлийг хүнсэнд хэрэглэхийг зөвшөөрөх бөгөөд амьтны гаралтай ямарваа хоол хүнсийг идэж болохгүй. Үүнд олон шалтгаан байдаг ч хамгийн чухал нь амьтны амь хороож болохгүй гэсэн эхний сахил буюу **"Амьтанд хор хөнөөл учруулахыг цээрлэнэ"** мөн **"амь хөнөөхийг хориглоно"** гэдгээс үүдэлтэй юм.

Амь хороохгүй байх буюу өөрөөр хэлбэл, бусад амьд биест хор хүргэхгүй байх нь тэр амьтдад ач тустай нь ариангүй. Бусдад хор хөнөөл учруулахгүй байх нь бидэнд өөрсдөд маань ч ач тустай гэдэг нь тэр болгон ил харагддаггүй. Яагаад тустай вэ гэвэл Үйл үрийн хуулиас л болоод тэр. **Юу тарина, түүнийгээ л хурааж авна.** Мах идэх гэсэн шунал хүслээ хангахын тулд та амьтны амь хөнөөх эсвэл бусад хүнээр амьтны амь хороолгох үед та үйл үрийн өрөнд унаж, эрт орой нэгэн цагт тэр өрөө заавал төлөх ёстой болдог юм.

Тэгэхээр веган хоолтон байх нь бүр жинхэнэ утгаараа бидний өөрөө өөртөө барьж буй бэлэг юм. Веган хоол идсэнээр бидний үйл түйтгэр, өр ширийн хүнд ачаа дарамт багасан хөнгөрч, тэр хэмжээгээр өөрсдийгөө улам сайн сайхнаар мэдэрч, амьдрал ахуй маань дэвжин сайжирч, өмнө маань цоо шинэ, тансаг нандин, дотоодын тэнгэрлэг ертөнцөд нэвтрэн орох үүд нээгдэх болно. Энэ бүхэн таны багахан зүйл хийснийхээ төлөө олж авч буй ихээхэн ашиг завшаан билээ. Оюун санааны учир шалтгааны улмаас мах идэхгүй байхад зарим хүн итгэдэг ч веган хоолтон байх өөр олон зайлшгүй шалтгаанууд ч бий. Эдгээр нь бүгд хэнд ч ойлгомжтой зүйл дээр суурилж байдаг. Ийм шалтгаанд хүний эрүүл мэнд ба хоол хүнс, экологи ба байгаль орчин, ёс суртахуун ба амьтдын зовлон, дэлхий дээрх өлсгөлөн зэрэг шийдвэрлэх ёстой зүйлс ордог.

Эрүүл мэнд ба хоол хүнс

Хүн төрөлхтний хувьсал хөгжлийн түүхээс үзвэл манай өвөг дээдэс төрөлхийн ургамал хоолтон байжээ. Хүний бие махбодын бүтэц нь мах идэхэд зохицоогүй юм. Колумбын их сургуулийн доктор Г.С.Хантингон хүний биеийн бүтцийг харьцуулан судалсан бүтээлдээ үүнийг нотолсон юм. Тэрээр махчин амьтны нарийн, бүдүүн гэдэс нь богинохон байдгийг анзаарчээ. Махчин амьтны бүдүүн гэдэс шулуун бөгөөд гөлгөр байдаг ажээ. Үүний эсрэгээр, мах иддэггүй амьтны нарийн, бүдүүн гэдэсний аль аль нь урт байдаг. Махан дахь эслэгийн агууламж бага, уургийн нягтрал их байдгаас гэдэс шим тэжээлийг нь шингээхэд урт хугацаа шаардагддаггүй байна. Тийм учраас ургамлын тэжээлтний гэдэснээс мах иддэг амьтны гэдэс богино байдаг.

Байгалиасаа ургамлаар хооллогч бусад амьтны нэгэн адил хүн төрөлхтний бүдүүн, нарийн гэдэс нь урт байдаг. Бидний гэдэсний нийт урт нь барагцаалбал 28 фут (8.5 метр) байдаг. Нарийн гэдэс олон нугалардаг, хана нь хуниастай бас гулгамтгай биш байдаг. Энэ нь мах иддэг амьтны нарийн гэдсийг бодоход илүү урт учир бидний идсэн мах гэдсэн дотор илүү удаан хугацаагаар байдаг. Ингэсний улмаас тэр мах нь муудаж ялзран хорт бодис ялгаруулдаг юм. Эдгээр хорт бодисыг шулуун гэдэсний хорт хавдар өвчний шалтгаан гэж үздэг ба мөн эдгээр нь хорт бодисуудыг зайлуулах үүрэгтэй элэгний ачааллыг ихэсгэж, элэгний хатуурал, тэр ч бүү хэл элэгний хорт хавдар өвчин үүсэх нөхцөл бүрдүүлдэг. Маханд бөөрний ачааллыг ихэсгэдэг урокинез уураг болон шээсний хүчил их агуулагддаг ба тэдгээр нь бөөрний ачааллыг нэмэгдүүлэн бөөрний үйл ажиллагааг сүйтгэж чадна. Нэг фунт (454 г) шарсан үхрийн маханд 14 грамм урокинез уураг агуулагдаж байдаг. Амьд эсийг шингэн урокинез дотор хийхэд бодисын солилцоо нь алдагддаг байна. Махны зүйлд эслэг эд болон ширхэглэг бодис бага байдаг бөгөөд эслэг бодис дутагдвал өтгөн амархан хатах болно. Мэдээж, өтгөн хатах нь шамбарам болон бүдүүн гэдэсний хорт хавдрыг үүсгэдэг.

Маханд байгаа холестерин болон ханасан өөх нь бас зүрх судасны өвчин үүсгэнэ. Зүрх судасны өвчин бол америкчуудын нас баралтын шалтгааныг тэргүүлдэг, одоо үед Тайваньд ч мөн адил болжээ.

Өмөн үү буюу хорт хавдар бол үхэлд хүргэж буй шалтгаануудаас хоёр дахь томоохон шалтгаан юм. Махыг шарж, хайрах нь метил хлорантрен (methylcloranthren)хэмээх хүчтэй карциноген (хорт хавдар үүсгэгч) химийн бодисыг үүсгэдэг болохыг туршилт харуулжээ.

Ихэнх хүмүүс мал нядлах газар бүрийн махыг мал эмнэлэг, ариун цэврийн шалгалтанд орсон гэж боддогоос махыг цэвэрхэн, аюулгүй гэж үздэг. Үнэндээ мал нядлах газар өдөр бүр өдий төдий үхэр, гахай, тахиа, нугас зэргийг алж худалдаж байгаа тул амьтан болгоныг хорт хавдартай эсэхийг нь нэг бүрчлэн шалгах бололцоо байхгүй. Амьтан болгоныг бүү хэл зүсэм маханд хорт хавдар өвчний эс байгаа эсэхийг нягтлах нь туйлын бэрхшээлтэй юм. Одоо үед махны үйлдвэрт толгой нь сэжигтэй бол толгойг нь хаяж, хөл нь өвчтэй бол хөлийг нь хаях арга хэрэглэж зөвхөн өвчтэй хэсгийг нь салгаж хаяад үлдсэн хэсгийг нь худалдаж байна.

Алдартай доктор, цагаан хоолтон Ж.Х.Келлог “Бид ургамал ногооны зүйл идвэл идэшний зүйл маань ямар өвчнөөр үхсэн бол гэж сэтгэл зовних хэрэггүй тул идэж уухыг маань таатай сайхан болгоно шүү!” гэж хэлжээ.

Үүнээс гадна санаа зовох өөр нэг зүйл бас байна. Амьтныг бордох тэжээл, антибиотик болон өсөлт хурдасгах даавар, стеройд зэргийг агуулсан эм бэлдмэлийг амьтны тэжээлд холих буюу биед нь шууд тарьдаг. Ийм амьтны махыг идвэл энэ бодисууд нь хүний биед шингэдэг болохыг тогтоосон байна. Маханд байгаа антибиотик нь хүмүүсийн эмчилгээнд хэрэглэж буй антибиотикийн үйлчилгээг ч бууруулах магадлалтай байна.

Зарим хүн цагаан хоол хэрэглэхэд шим тэжээлээр дутагдана гэж үздэг. Америкийн гэмтэл согогийн эмнэлгийн мэргэжилтэн

доктор Миллер Тайваньд дөчин жил эмнэлгийн ажил хийжээ. Тэр бүх ажилтан, өвчтөн цөмөөрөө цагаан хоол иддэг эмнэлэг байгуулсан байна. Тэрээр "Орчин цагийн шинжлэх ухааны эм бэлдмэл хэчнээн их сайжирсан хэдий ч зөвхөн өвчнийг л эмнэж чадна. Харин хүнс хоолны зүйл бол хүмүүсийг эрүүл саруул байлгаж чадна" гэж хэлжээ. Бас "Ургамлын гаралтай хүнсний зүйл нь махыг бодвол шим тэжээлт чанарын шууд эх үүсвэр юм" гээд,"Хүмүүс амьтан иддэг, гэтэл бидний идэж байгаа амьтны шим тэжээлийн эх үүсвэр нь ургамал ногоо л байдаг. Ихэнх амьтан богино настай, бас хүнд байдаг бараг бүх өвчнийг тээж байдаг. Энэ нь хүн төрөлхтний өвчин эмгэг нь өвчтэй малын мах идсэнээс үүсэлтэй байх тун магадлалтай гэсэн үг юм. Тиймээс хүн шим тэжээлээ яагаад ургамлаас шууд авч болдоггүй юм бэ?" гэж дүгнэсэн байна. Доктор Миллер, эрүүл мэндээ сайн байлгая гэвэл, бүх шим тэжээлээ зөвхөн үр тариа, буурцаг, ногооноос л авах хэрэгтэй гэжээ. Амьтны уураг ургамлын уургаас илүү гэж олон хүн үздэг. Учир нь амьтны уургийг төгс, ургамлын уураг төгс бус гэж ойлгодог. Үнэндээ төгс уураг зарим ургамалд ч байдаг, бас төгс бус уурагтай хэд хэдэн ургамал нийлж төгс уураг үүсгэдэг байна.

1988 оны гуравдугаар сард Америкийн Хоол Судлалын холбооноос "Хэрэв шим тэжээлт чанарыг нь зохистой тохируулж чадвал веган хоол нь эрүүл мэндэд ашигтай, шим тэжээлээр хангалттай гэж АХС-ын холбоо үзэж байна" гэж зарлан тунхаглажээ.

Мах иддэг хүмүүс цагаан хоолтнуудаас хүч чадалтай байдаг гэсэн төөрөгдөл түгээмэл байдаг ч Иелийн Их Сургуулийн профессор Ирвинг Фишер 32 цагаан хоолтон, 15 махан идэштэн оролцсон туршилт хийхэд цагаан хоолтнууд нь илүү тэсвэр хатуужилтайг илрүүлжээ. Туршилтад оролцсон хүмүүсийг гарыг нь аль болох удаан өргүүлж үзжээ. Туршилтын хариу нь тун ил тодорхой гарчээ. Мах иддэг 15 хүний 2 нь л арван таваас гучин минут гараа өргөсөн бол, цагаан хоолтон 32 хүнээс; 22 нь гараа арван таваас гучин минут, 15 нь хагас цаг, 9 нь нэг цагаас дээш, 4 нь хоёр цагаас дээш, нэг нь гурван цагаас дээш хугацаагаар өргөсөн байна.

Холын зайн уралдаанд гүйдэг шилдэг тамирчид тэмцээний өмнөх үеүдэд веган юм уу цагаан хоол иддэг байна. Веган болон цагаан хоолны эмчилгээний мэргэжилтэн эмч Барбара Моор зуун арван бээр (200-аад км) зайг 27 цаг 30 минутад туулсан байна. Тавин зургаан настай энэ эмэгтэй залуу эрчүүдийн тогтоосон дээд амжилтыг эвдсэн байна. Тэрээр "Би зохистой цагаан хоолтон хүмүүс эрүүл чийрэг, ухаан саруул, цэвэр ариун амьдралтай байдгийг харуулах жишээ байхыг хүссэн юм" гэжээ.

Веган хоолтон хүн хоол хүнснээсээ хангалттай хэмжээний ууараг авч чаддаг уу? Дэлхийн эрүүл мэндийн байгууллагын зөвлөснөөр бол бид өдөр тутам авах илчлэгийнхээ 4,5%-ийг нь уургаас авч болно. Буудайд 17%, ногоон цэцэгт байцаанд 45%, цагаан будааанд 8%-ийн уургийн төрлийн илчлэг агуулагддаг байна. Иймээс мах хэрэглэхгүйгээр уургаар баялаг хоол хүнстэй байх тун хялбар болж байна. Мөн зүрхний өвчин, хорт хавдар зэрэг олон өвчин үүсгэдэг хэт их өөх тостой хоол хүнснээс ангижрах давхарашиг тустай байдаг болохоор веган хоол хэрэглэх ёс (веганизм)нь хамгийн дээд зэргийн сонголт гэдэг нь тодорхойюм.

Зүрхний өвчин, хөх, шулуун гэдэсний хорт хавдар, саа өвчнөөр өвчлөх нь ханасан өөх тос ихээр агуулдаг мах болон амьтны гаралтай хүнсний зүйлийг хэт их хэрэглэхтэй холбоотой нь батлагдаад байна. Тос багатай веган хоол идсэнээр ихэвчлэн урьдчилан сэргийлж, зарим үед эмчилж болдог бусад өвчний тоонд бөөрний чулуу, булчирхайн өмөн, чихрийн шижин, арван хоёр нугалаа гэдэсний шарх, цөсний чулуу, ходоодны архаг үрэвсэл, үе мөчний үрэвсэл, буйлны өвчин, батга, нойр булчирхайн хорт хавдар, ходоодны хорт хавдар, цусны чихэр багасах, өтгөн хатах, дивертикулит буюу шулуун гэдэсний хананд үүссэн цүлхэн өрөвсөх, цусны даралт ихсэх, яслаг эд сийрэгжих, өндгөвчний хорт хавдар, шамбарам, хэт таргалах болон багтраа өвчин багтдаг.
Тамхи татахыг эс тооцвол мах идэхээс илүү хүний эрүүл мэндэд хор болох зүйл байхгүй шүү.

Экологи ба хүрээлэн буй орчин

Мах идэхийн тулдмал, амьтан тэжээх нь уршиг дагавраа авчирч байна. Энэ нь ой модыг сүйтгэх, дэлхийн дулаарал, ус бохирдох болоод нөөц нь хомсдох, цөлжих, эрчим хүчний нөөцийг гарздах, дэлхий нийтийн өлсгөлөн зэрэгт хүргэж байна. Газар, ус, эрчим хүч, хүний хүч чармайлтыг мах боловсруулахын тулд ашиглаж байгаа нь байгалийн нөөц баялгийг үр ашигтай зөв зарцуулж байгаа явдал биш билээ.

Төв Америкт 1960 оноос эхлэн үхэр сүргийн бэлчээр гаргахын тулд халуун бүсийн ойн 25% орчмыг галдан шатааж, устгасан байна. Үхрийн махаар хийх 4 унци/115 грамм гамбургер бүрт ойролцоогоор 55 ам.дөрвөлжин фут/5 метр квадрат халуун бүсийн ой шугуйг устгадаг гэсэн тооцоо гарч байна. Үүнээс гадна бас үхэр бордох явцад дэлхий даяар дулааралд хүргэж байгаа гурван төрлийн хий үүсч байна, мөн нэг фунт(454 грамм) үхрийн мах үйлдвэрлэхэд гайхмаар их 2464 галлон буюу 9117л ус хэрэглэдэг байна. Гэтэл нэг фунт(454 грамм) улаан лооль үйлдвэрлэхэд ердөө 29 галлон/107 л ус, нэг фунт(454 грамм) цагаан талх үйлдвэрлэхэд 139 галлон буюу 514 л ус хэрэглэдэг байна. Америк Улс хэрэглээний усныхаа бараг талыг тэжээл бордоо тарих, үхэр сүргийг тэжээх болон бусад мал амьтны хэрэгцээнд зарцуулж байна.

Хэрэв үхэр бордоход хэрэглэж байгаа нөөц баялгийг дэлхийн хүн амын хүнсний үр тарианы үйлдвэрлэлд ашиглавал маш олон хүнийг хүнсээр хангаж чадахсан. Хэрэв нэг акр газар ургаж буй овьёосыг малд биш хүмүүсийн хоол хүнсэнд хэрэглэвэл 8 дахин их ууараг, 25 дахин их илчлэг өгөхсөн. Брокколи (ногоон цэцэгт байцаа) тарьж байгаа нэг акр газар нь үхрийн мах үйлдвэрлэхэд ашиглаж буй акр газартай харьцуулбал 10 дахин их ууараг, илчлэг, ниацин өгдөг юм. Ийм тоо баримт маш олон байна. Мал аж ахуйн үйлдвэрлэлд ашиглаж буй газар дээр хүмүүсийн хүнс хоолонд хэрэглэх үр тариа тарих нь дэлхийн нөөц баялгийг зохистой үр ашигтай хэрэглэж буй хэрэг болно. Веган хоол идэх нь танд "энэ дэлхий дээр улам амар амгалан амьдрах" боломж олгоно. Зайлшгүй хэрэгцээтэй зүйлээ

хэрэглээд, үрэлгэн байдлаасаа зайлсхийхийн сацуу хоол идэх тоолонд маань амьд амьтан үхэж байх шаардлагагүй гэж бодохоор танд таатай сайхан байх болно.

Дэлхийн өлсгөлөн

Дэлхийн бөмбөрцөг дээр бараг нэг тэрбум орчим хүн өлсгөлөн болоод хоол тэжээлийн дутагдлаас болон шаналан зовж байна. Жилд 40 сая хүн өлсөж үхэж байгаагийн ихэнх нь хүүхэд ажээ. Гэтэл үүнийг үл харгалзан дэлхийн үр тарианы гуравны нэгийг хүмүүсийг хооллож тэжээхэд бус, харин мал аж ахуйн хэрэгцээнд зориулж байна. Америкийн Нэгдсэн Улс үйлдвэрлэсэн үр тарианыхаа 70%-ийг малын тэжээлд хэрэглэж байна. Хэрвээ бид энэ бүх үр тариагаар мал амьтны оронд хүмүүсийг хоолловол хэн ч өлсгөлөн явахгүйсэн.

Амьтны зовлон зүдгүүр

Америкийн Нэгдсэн Улсад өдөр бүр 100 мянга илүү үхрийг нядалдгийг та бүхэн мэдэх үү?

Өрнөдийн орнуудад ихэнх мал амьтдыг "үйлдвэрлэлийн шинжтэй аж ахуй"-д өсгөж байна. Тэр аж ахуйнуудын нөхцөл нь нядалгаанд зориулж хамгийн бага зардлаар хамгийн олон амьтан өсгөхөөр тооцоологдож баригдсан байдаг. Тэндэх мал амьтад өчүүхэн газарт шахцалдан шаваарч байх ба тэдэнд тэжээлийн мах болгон хувиргадаг машин мэтээр ханддаг байна. Бидний дийлэнх нь өөрийн нүдээр хэзээ ч олж үзэхгүй бодит байдал ийм байна. "Мал нядлах газар чи нэг л удаа очиж үзвэл насаараа веган болох болно" гэсэн үг байдаг.

Лев Толстой: "Мал нядлах газар байсан цагт дайны талбар байх л болно, цагаан хоол бол хүнлэг энэрэнгүй чанарын шалгуур мөн" гэжээ. Бидний ихэнх маань мал амьтны амь хөнөөх явдлыг хэдийгээр өмгөөлөхгүй ч гэсэн идэж байгаа амьтдадаа юу гээч тохиолдсоныг бодитой ухаарч мэдрэлгүй, мах байнга идэх зуршлыг нийгмийн дэмжлэгтэйгээр өөрсдөдөө бий болгожээ.

Гэгээнтнүүд хийгээд бусад хүмүүс

Хүн төрөлхтний тэмдэглэж үлдээсэн эртний түүхээс үзэхэд ургамал нь анхнаасаа хүн төрөлхтний байгалиас заяасан хоол хүнс байжээ. Эрт үеийн Грек болон Еврейн домог үлгэр хүмүүс анхнаасаа жимс жимсгэнэ иддэг байсныг өгүүлдэг. Эртний Египетийн тайлгачид (номлогчид) хэзээ ч мах иддэггүй байжээ. Грекийн агуу их философичид жишээлбэл, Платон, Диоген, Сократ нар цагаан хоол идэх ёсыг хамгаалан дэмждэг байв.

Энэтхэгт Шагжамуни Бурхан "ахимса" буюу аливаа амьд амьтанд хор хөнөөл учруулахгүй байх зарчмын чухлыг онцгойлон тэмдэглэж байв. Тэрбээр шавь нартаа мах идэхгүй байхыг, эс бөгөөс амьтад тэднээс айх болно гэдгийг урьдаас анхааруулж байв. Будда: **Мах идэх нь ердөө л олдмол зуршил төдий юм. Бид анхнаасаа тэгэх шунал хүсэлтэй төрөөгүй юм. Мах иддэг хүмүүс өөрийн дотоод Агуу Их Энэрэл Нигүүлслийнхээ үрийг тасалдаг. Мах иддэг хүмүүс бие биенээ алж, нэг нэгийгээ иддэг... Энэ төрөлд би чамайг идэж, дараа төрөлд чи намайг иднэ... гэх маягаар энэ нь тасралтгүй үргэлжилдэг юм. Тэгээд тэд яаж (илбэ хуурмаг үзэгдлийн) Гурван Ертөнцөөс хэзээ нэгэн цагт ангижрах юм бэ? гэж тэмдэглэн хэлжээ.**
Эрт үеийн олон олон Бумба, Христ, Еврейн шашинтнууд цагаан хоолтон байжээ. Энэ тухай Ариун Библид: **Тэгээд Эзэн Бурхан: Би та нарыг идэг гэж элдэв зүйлийн жимс, төрөл төрлийн үр тариа өгөв. Харин хээрийн амьтад болон бүх шувуудын хоол тэжээл болгож, өвс ногоо, навчит ургамлыг өглөө** гэжээ. (Genesis, 1:29). Библид мах идэхийг цээрлэсэн өөр нэг жишээ нь: **Амьтны мах, цусыг идэх ёсгүй.** Цус амьтай гэсэн үг юм. (Genesis, 9:4) Эзэн Бурхан: **Хэн та нарыг энэ эр үхэр, эм ямааг алж, надад тахил өргө гэсэн юм? Намайг мөргөл залбирлаа сонсоосой гэж байгаа бол гэмгүй амьтны цуснаас өөрсдийгөө цэвэрлэгтүн. Эс бөгөс би та нараас нүүр буруулна, яагаад гэвэл та нарын гар нэлдээ цустай байна. Надаар өршөөж уучлуулъя гэвэл наад гэм нүглээ наманчил.** (Isaiah 1:11-16) гэж хэлжээ. Есүсийн шавь нарын нэг Гэгээн Павел Ромынханд илгээсэн захидалдаа: **Мах ч идэхгүй,**

дарс ч уухгүй байх нь аль аль нь сайн хэрэг гэсэн байдаг. (Ромынханд илгээсэн захидал, 14:21).

Саяхан түүхчид Есүсийн амьдрал болон сургаалыг шинээр тодруулсан олон эртний судар ном олж илрүүлсэн байна. Есүс: **Амьтны мах иддэг хүмүүс бол өөрсдийнхөө булш нь болдог. Та нарт үнэнээр нь хэлэх юм бол алж хөнөөж байгаа хүн, өөрөө алагдах болно. Амьд амьтныг хөнөөж, махыг нь идэж буй хүн бол хүний үхдэл хүүрийн мах идэж байгаа хэрэг юм** гэжээ.

Энэтхэгийн шашнууд ч бас мах идэхийг цээрлэдэг. Энэ нь **"Хүн амьд амьтныг хөнөөхгүйгээр махыг нь идэж чадахгүй. Амьд амьтныг зовоож тарчлааж буй хүнийг Эзэн Бурхан хэзээ ч адислахгүй. Тийм учраас мах идэхийг цээрлэ!"** (Хинду шашны сахил).

Исламын Ариун судар Коранд **Үхсэн амьтны мах, цусыг идэхийг хориглосон байдаг.**

Хятадын агуу их Зэн Багш Хань Шань-Зу мах идэхийг эрс эсэргүүцсэн найраглал туурвиж: **Эхнэр хүүхдээ тэжээхээр зах зээлээс мах, загасхан худалдан авах гэж яарах хэрэг юун. Таны амьдралыг тэжээж тэтгэхийн төлөөнөө эдний амь тасрах заавал албатай юу. Ингэхийн утга учир алга. Энэ нь таныг Диваажинд хүргэхгүй, харин Тамын хог новш болгоно!** хэмээжээ.

Маш олон алдарт зохиолч, урчууд, эрдэмтэн, гүн ухаантан, гарамгай хүмүүс веган болон цагаан хоолтон байжээ. Үүнээс жишээ болгон цөөхнийг дурдвал: Бурхан багш Шагжамуни, Есүс Христ, Мухаммед, Богд Зонхов, Аристотель, Виржил, Хорес, Платон, Оведий, Петрарка, Пифагор, Сократ, У.Шекспир, Вольтер, Рабиндранат Тагүүр, Лев Толстой, СэрИсаак Ньютон, Чарльз Дарвин, Альберт Эйнштейн, Альберт Швейцер, Никола Тесла, Леонардо Да Винчи, Бенжамин Франклин, Махатма Ганди, Абдул Калам, Жайнез Дрновсек, Мартина Навратилова (веган, теннисчин), Карл Лүис (Олимпын 9 удаагийн алтан

медальть веган), Пааво Нүрми, Эдвин С. Мозес, Жиоржиа Фүманти, Тоби Магүаяр (веган), Натали Портман, Лиона Луис, Майкл Жексон, Брайн Грийн, Жон Роббинс (нийгмийн зүтгэлтэн, зохиолч) нар цагаан хоол идэх ёсыг урам зориг төгс сайшааж, дагаж байв.

Альберт Эйнштейн хэлэхдээ:"Миний бодлоор бол цагаан хоолны улмаас хүний зан чанарт гардаг өөрчлөлт, ариусгах нөлөө нь хүн төрөлхтөнд ихээхэн ач тустай. Иймээс хүмүүс цагаан хоол идэхийг сонгох нь бэлгэ дэмбэрэлтэй болоод амар амгалан хоёр талтай юм" гэжээ. Энэ бол хүн төрөлхтний түүхэн дэх сод гарамгай, цэцэн мэргэн олон хүмүүс номлосоор ирсэн сургаал билээ!

Багш асуултад хариулж байна

А: Амьтныг идэх нь амьтны амийг хороож байгаа хэрэг мөн хэдий ч ургамал идэх нь бас амь хөнөөхийн нэг төрөл биш үү?
Б: Ургамал идэх нь амь хороож байгаа явдал мөн бөгөөд тэр нь зарим талаар үйл түйтгэр бий болговч нөлөө нь тун бага. Өдөр бүр Аръяабалын бясалгалыг хоёр цаг хагас хийдэг хүн энэ үйл түйтгэрээс салчихаж чаддаг юм. Бид амьдрахын тулд хоол идэх ёстой тул мэдрэл, зовуурриар хамгийн бага тийм хүнсийг сонгох хэрэгтэй юм. Ургамлын 90% уснаас бүтдэг тул ухамсрын түвшин доогуур, зовлон шаналлыг бараг мэдрэхээргүй байдаг. Цаашлаад бид өчнөөн төчнөөн ургамал ногоо идэхдээ үндсийг нь тасалдаггүй, харин ч навч мөчрийг нь тасдаж бэлгийн бус үржилд нь тус болдог. Энэ нь эцсийн үр дүндээ ургамалд ашигтай байдаг. Тиймээс ч цэцэрлэгчид ургамлыг өтгөн, сайхан ургуулах гэвэл түүнийг хайчилж засч байх хэрэгтэй гэж ярьдаг.

Энэ нь жимсний хувьд бүр илт харагдана. Боловсорсон жимс анхилам үнэр, сайхан өнгө, гайхалтай амтаараа хүмүүсийн идэх дур хүслийг төрүүлж, өөртөө татдаг. Үүнийхээ ачаар жимсний мод өргөн уудам газарт үрээ тарааж чаддаг ажээ. Хэрэв бид жимсийг нь авч идэхгүй бол тэр нь хэт боловсорч, газар унаад ялзарна. Үр нь модны титмийн сүүдэрт халхлагдаад ургаж

чадахгүй болно. Тийм болохоор ургамал жимсийг идэх нь бүрэн зүй ёсны явдал бөгөөд энэ нь тэдэнд огтхон ч зовлон шаналал тарихгүй.

А: Ихэнх хүн, цагаан хоол иддэг хүн намхан, туранхай, мах иддэг хүн өндөр, тэнхлүүн гэж боддог. Энэ үнэн үү?
Б: Цагаан хоолтон хүн намхан, туранхай байх албагүй. Шим тэжээлийг тохируулж чадвал тэд ч бас нэгэн адил өндөр, чийрэг байж чадна. Та заан, бух, анааш, усны үхэр, адуу гэх мэт том амьтад зөвхөн жимс ногоогоор хооллодгийг аваад үз. Тэд махчин амьтдаас илүү хүчтэй, номхон дөлгөөн, хүнд их ашиг тустай. Харин махчин амьтад ашиг тусгүй, хэрцгий догшин байдаг. Хэрэв хүмүүс амьтны мах их идвэл адгуусан амьтны уг чанарт автаж, тэдэнтэй адил шинжтэй болно. Мах иддэг хүмүүс тэр бүр өндөр, хүчтэй байдаггүй ба харин дундаж наслалт нь тун богино байдаг. Эскимосчууд бараг л дан ганц махан хоолтой, гэтэл тэд өндөр, хүчтэй байна уу, урт насалж байна уу? Үүнийг та бүхэн маш тодорхой ойлгож чадна гэж би бодож байна.

А: Цагаан хоолтой хүн өндөг идэж болох уу?
Б: Болохгүй, өндөг идэх нь бас л амьтныг хороож байгаа явдал. Дэлгүүрт худалдаж байгаа өндөг бол үр тогтоогүй тул түүнийг идэх нь амьтныг хороосонд орохгүй гэж зарим хүн хэлдэг. Энэ нь зөвхөн өнгөцхөн талдаа зөв юм шиг санагдаж байгаа юм. Үр тогтох тохиромжит нөхцлийг хорьсны улмаас л өндөг үр тогтохгүй үлдэж, байгалиасаа дэгдээхий болон хөгжих ёстой байснаа гүйцээж чаддаггүй юм. Хэдийгээр энэхүү хөгжил нь явагдаагүй байсан ч ийн хөгжихөд зайлшгүй хэрэгтэй байгалиас заяасан амьдралын хүчээ өндөг агуулсаар байдаг. Өндөг амьдралд тэмүүлэх төрөлхийн хүчтэй байдгийг бид мэдэж байгаа. Тийм биш бол яагаад зөвхөн өндгөн эс гэдэг эсийн энэ хэлбэрт л зөвхөн үр тогтоож болдог юм бэ? Зарим хүн өндгөнд хүний биед зайлшгүй хэрэгтэй ууараг, фосфор, тэжээллэг бодис байдаг гэж баталдаг. Гэтэл уургийг буурцаг, буурцгийн шар уснаас, фосфорыг бол ургамлын олон төрөл тухайлбал төмснөөс авч болно.

Эрт цагаас эдүгээ хүртэлх үеийн олон олон их лам нар мах иддэггүй, өндөг ч иддэггүй байсан атлаа л урт насалдаг байсныг бид мэднэ. Жишээлбэл: Ин Гуан Багш зоог барихдаа аягахан ногоо, будаа иддэг байсан боловч ная гаруй насалжээ. Түүнчлэн өндөг зүрх судасны өвчин үүсгэдэг холестериныг маш ихээр агуулдаг бөгөөд Америк болон Тайваньд нэг номерын амь хөнөөгч болжээ. Өвчтэй хүмүүсийн ихэнх нь өндөг иддэг улс байдагт бид гайхах зүйл байхгүй юм.

А: Үхэр, гахай, тахиа, нугас зэрэг амьтан шувуудыг хүмүүс тэжээж өсгөдөг. Бид яагаад тэднийг идэж болохгүй гэж?
Б: Эцэг, эхчүүд ч бас хүүхдүүдээ өсгөдөг. Тэгээд яахболж байна? Эцэг эх нь үр хүүхдүүдээ идэх эрхтэй гэж үү? Ямарваа амьд амьтан цөмөөрөө амьдрах эрхтэй, хэн ч тэднийг энэ эрхээр дутааж болохгүй. Тэр байтугай Хонг Конгийн хуульд зааснаар бол амиа хорлох нь ч гэмт хэрэгт тооцогддог. Тэгвэл бусад амьтныг алж хөнөөх нь хэчнээн илүү хууль бус хэрэг болох вэ?

А: Амьтан угаасаа хүмүүст идүүлэх гэж төрдөг. Хэрэв хүмүүс амьтныг идэхгүй юм бол бүх дэлхий мал адгуусаар дүүрчихнэ. Тийм биш гэж үү?
Б: Энэ чинь ямар ч утга учиргүй санаа байна. Амьтныг алахаасаа өмнө та тэднээс танд алуулж, идүүлэхийг хүсч байна уу гэж асуудаг билүү? Аливаа амьд амьтан амьдрахыг хүсч, үхэхээс айдаг. Бид бард идүүлэхийг хүсдэггүй байтал амьтад яагаад бидэнд идүүлэх ёстой гэж? Хүн төрөлхтөн дэлхийн бөмбөрцөг дээр хэдэн аравхан мянган жил л амьдарч байна, гэтэл хүн төрөлхтөн үүсэхээс өмнө маш олон төрлийн амьтан аль хэзээний оршиж байжээ. Тэд дэлхийн бөмбөрцгийг дүүртэл хэт олширсон гэж үү? Амьд амьтад байгалийн экологийн тэнцвэрт оршиж байдаг. Хүнс тэжээл болон амьдрах орон зай хүрэлцэхээ больмогц тоо толгой нь эрс багасдаг. Ингэж тоо толгойг тохирох түвшинд нь барьж байдаг.

А: Би яагаад веган байх ёстой вэ?
Б: Миний доторх Эзэн Бурхан үүнийг хүсч байгаа учраас би веган хоолтон болсон юм. Ойлгож байна уу? Мах идэх нь хөнөөгдөхийг үл хүсэх орчлонгийн хууль ёсыг зөрчинө. Бид

өөрсдөө үхлийг хүсдэггүй, мөн өөрсдийнхөө юмыг алдахыг хүсдэггүй. Хэрэв бид бусдад ингэж хандвал энэ нь өөрийнхөө эсрэг үйлдэж байгаа хэрэг болох бөгөөд энэ нь биднийг зовоож шаналгана. Таны бусдад хийсэн хор хөнөөлтэй үйлдэл бүхэн өөрийг тань зовоодог. Та лав өөрийгөө хазаж хутгалж чадахгүй, болох ч үгүй. Үүнтэй адилаар та амь хороож болохгүй, хороовол амьдралын хуулийг зөрчсөн явдал болно. Ойлгож байна уу? Өөрсдийгөө зовоон шаналгах үйлдлийг бид хийх хэрэггүй. Энэ бол бид өөрсдийгөө ямар нэг байдлаар хязгаарлаж байгаа хэрэг биш. Бидний амь амьдрал, амьдралын бусад бүх хэлбэр лүү дэлгэрэн тэлж байгаа хэрэг. Бидний амьдрал зөвхөн энэ биеэр хязгаарлагдахгүй, харин ч амьтан хийгээд бүх төрлийн амьд биетний амьдралруу тэлж томрох болно. Энэ нь биднийг улам агуу их, хүчирхэг, аз жаргалтай, хязгаарлагдашгүй болгоно. Тийм биз?

А: Та веган хоол хэрэглэх тухай, тэр нь дэлхийн амар амгаланд ямар хувь нэмэр оруулж чадах талаар ярьж өгч болохсон болов уу?
Б: Болно оо. Дэлхий ертөнцөд гарч байгаа дайн дажны ихэнх нь эдийн засгийн шалтгаанаас үүсдгийг харж байгаа биз дээ. Үүнийг аваад үзье. Улс орны эдийн засгийн хүндрэл нь өлсгөлөн, эсвэл хүнс хоол дутагдах, үгүй бол янз бүрийн улс орны хооронд хоол хүнсийг тэгш бус хуваарилснаас улам хурцаддаг. Хэрэв та цаг гарган сэтгүүл уншиж, веган хоолны талаар үнэн зөв мэдээлэл хайвал үүнийг тун сайн мэддэг болно. Махны чиглэлээр үхэр малыг тэжээж бордох нь эдийн засгийг маань бүх талаар дампууруулж байна. Энэ нь дэлхий дахинд, наад зах нь л гуравдагч орнууд дахь өлсгөлөнгийн шалтгаан болж байгаа юм.

Үүнийг би ч хэлж байгаа юм биш. Америк хүн ийм судалгаа хийж, энэ тухайном хэвлүүлсэн юм. Та нар аль ч номын дэлгүүрт явж очоод веган хоолны салбарын болон хүнсний үйлдвэрлэлийн судалгааны тухай уншаад үзэж болно. Жон Роббинсын "Шинэ Америкийн хоол хүнс" гэдэг номыг уншиж болно. Тэр бол мөхөөлдөсний үйлдвэрлэлийн саятан, тун нэртэй хүн. Тэрээр веган хоолтон болж, веган хоолны ном бичихийн тулд гэр бүлийнхээ уламжлал хийгээд бизнесийг

харгалзалгүйгээр энэ бүхнээ орхисон байна. Тэрбээр их хэмжээний мөнгө, нэр хүнд, наймаагаа алдсан ч энэ бүхнийг Үнэний төлөө хийсэн юм. Тэр их сайн ном байгаа юм. Веган хоолны тухай болон мөн веган хоол нь даян дэлхийн амар амгаланд хэрхэн хувь нэмэр оруулж чадах тухай өгүүлсэн олон бодит мэдээлэл баримт бүхий бусад ном, сэтгүүл олон бий.

Бид үхэр малыг тэжээж бордсоноороо хүмүүсийн хүнсний хангамжийг дампууруулсныг харж байгаа биз дээ. Ганцхан үхрийг нэг хоолон дээр идэх нөхцөлийг хангахын тулд хэчнээн их уураг, эм, ус, хүний хүч, унаа, хөсөг, зам болон хэчнээн олон зуун акр газар гарздан үрдгийг та бүхэн мэдэж байгаа. Ойлгож байна уу? Энэ бүхнийг буурай хөгжилтэй орнуудад шударгаар хуваах болохсон, тэгвэл бид өлсгөлөнгийн асуудлыг шийдчих байсан билээ. Тэгтэл одоо бол ямар нэг оронд хүнс тэжээл дутагдах юм бол тэр улс ард түмнээ аврахын төлөө бусад орныг байлдан эзлэх байлгүй. Адаг сүүлдээ энэ нь муу үйлийн үр, өшөө авах явдалд хүргээд байна. Ойлгож байна уу?

Юу тарина, түүнийгээ л хурааж авна. Хэрэв бид идэж уухын төлөө хэн нэгнийг алах юм бол бид өөрсдөө хожим нь дараа үедээ, өөр хэлбэрт дараагийн төрөлдөө хоол болон алуулах болно. Бид ийм ухаантай, соёлжиж иргэншсэн байтал бидний олонх маань хөрш орныхоо зовлон зүдүүрийн учир шалтгааныг ерөөс мэдэхгүй байна. Үүний шалтгаан нь бидний дуршил, амт таашаал, ходоод гэдсэнд л байгаа юм.

Ганц биеэ тэжээхийн тулд бид өчнөөн олон амьтныг алж хөнөөн, өчнөөн олон хүмүүсийг өлсгөн тарчилгаж байна. Бид энд амьтдын тухай бүр яриа ч үгүй байна. Ойлгов уу? Бид санасан санаагүй энэ гэм буруу ухамсарт маань дарамт болж байх болно. Түүнээс болж бид хорт хавдар, сүрьеэ болон ДОХ гэх мэт бусад эдгэршгүй өвчнөөр өвдөн зовж байдаг. Яагаад танай Америк Улс үүнээс үүдэж хамгийн их зовдог вэ гэж өөрөөсөө асуу? Америкчууд үхрийн мах маш их идэж байгаагаас болж хорт хавдраар өвчлөх хувь нь дэлхийд хамгийн өндөр байгаа шүү дээ. Тэд махыг бусад ямар ч орноос илүү идэж байна. Яагаад Хятад болон бусад коммунист оронд хорт хавдар өвчин бага тархсан байна гэж өөрөөсөө асуу? Тэнд мах бага идэж байна. Ойлгож байна уу? Үүнийг би ч биш

судалгаа хэлж байгаа юм шүү. О.К? Намайг бүү зэмлээрэй.

А: Веган хоол хэрэглэдэг хүн оюун санааны тал дээр ямар ашиг тус олох вэ?
Б: Таныг энэ тухайд ийм маягаар асуусанд би их баярлаж байна, энэ бол та зөвхөн сүнслэг талын ашиг тусаа анхааран сэтгэл тавьж байдгийг харуулж байна. Веган хоолны тухай асуух үедээ хүмүүсийн олонх нь өөрийн эрүүл мэнд, хоол унд, галбир төрхөө л боддог. Веган хоолны оюун санааны тал нь бол цэвэр ариун бөгөөд хүчирхийлэл тээж дагуулдаггүй чанарууд юм.

Амь бүү тасал. Эзэн Бурхан үүнийг хэлэхдээ зөвхөн хүмүүсийг л алж болохгүй гээгүй, Тэр ямар ч амьд амьтныг бүү хөнөө гэсэн юм. Тэр адгуус амьтдыг бидний нөхөр, туслагч болгож бүтээсэн тухай хэлээгүй гэж үү дээ? Тэр амьтдыг бидний асрамжид өгөөгүй гэж үү? Тэдэнд санаа тавьж, захирч жолоод гэж Тэр хэлсэн билээ. Албат, дагалдагч нараа захирч жолоодохдоо та тэднийгээ алж, иддэг билүү? Тэгвэл хүрээлэх албат харьяатгүй хаан болно биз дээ. Одоо та Эзэн Бурхан юу хэлснийг ойлгож байгаа байх. Бид үүнийг биелүүлэх ёстой. Эзэн Бурханд эргэлзэх шаардлага үгүй. Хэдийгээр Тэр тун тодорхой хэлсэн ч гэлээ Эзэн Бурханыг Эзэн Бурханаас өөр хэн ойлгох вэ дээ?

Та тэгэхээр одоо, Эзэн Бурханыг ойлгохын тулд Эзэн Бурхан болох ёстой юм. Би та бүгдийг эргээд Эзэн Бурхан адил оршиж, хэн шиг ч биш, өөрөөрөө бай гэж урин дуудаж байна. Эзэн Бурханыг бясалгахуй нь Эзэн Бурханд сүсэглэх гэсэн үг биш, энэ нь та өөрөө Эзэн Бурхан болно гэсэн үг. Та болон Эзэн Бурхан гэдэг бол нэг нэгдмэл зүйл гэдгийг ойлгоно. Есүс **"Би болон миний Эцэг уг чанартаа нэг юм"** гэж хэлээгүй гэж үү? Хэрвээ Есүс Тэр өөрөө болоод Түүний Эцэг нэгдмэл нэг гэж хэлсэн юм бол бид ч мөн Эзэн Бурханы үр хүүхэд мөн тул Түүний Эцэг ба бид мөн л нэгдмэл нэг байж чадах юм. Есүс бас бид Түүний хийж байгааг бүр ч илүү хийж чадна гэж хэлсэн. Тиймээс бид бүр Эзэн Бурханаас ч давж гарч чадах юм билүү хэн мэдэх билээ!

Хэрэв бид Эзэн Бурханы тухай юу ч мэддэггүй юм бол Түүнд мөргөөд яах юм бэ? Сохроор шүтэх мухар сүсэг юунд

хэрэгтэй юм? Гэрлэхээсээ өмнө гэрлэх гэж буй бүсгүй маань ямархуу хүн юм гэдгийг мэдэх хэрэгтэй байдагтай яг адилаар бид эхлээд юуг шүтэж байгаагаа мэдэх ёстой. Орчин үед болзож уулзахаасаа өмнө гэрлэдэггүй нь ёс болжээ. Тийм байтал бид яагаад Эзэн Бурханд сохор мухраар сүсэглэх ёстой юм бэ? Түүнийг бидний өмнө гарч ирээд Өөрийгөө таниулахыг шаардах эрх бидэнд бий. Чухам аль Бурханыг дагах сонирхолтойгоо сонгох эрх бидэнд бий.

Ийнхүү бид веган хоолтон байх учиртай гэдэг нь Библид тов тодорхой байгааг та бүхэн одоо харж байна. Эрүүл мэнддээ санаа тавих бүхий л шалтгаанаар бид веган хоолтон байх ёстой. Шинжлэх ухааны байх бүхий л үүднээс бид веган хоолтон байх ёстой. Энэрэл нигүүлслийн бүхий л үүднээс бид веган хоолтон байх ёстой. Мөн ертөнцийг аврахын тулд ч бид веган хоолтон байх ёстой. Барууны орнууд болон Америкт хүмүүс долоо хоногт ганц удаа веган хоол идэх юм бол бид жил бүр арван зургаан сая өлөн зэлмэн хүнийг аврах боломжтой болно гэдгийг зарим судалгаагаар тогтоожээ. Тийм болохоор баатрууд бологтун, веган хоолтон бологтун. Та нар намайг дагаж, миний аргаар бясалгахгүй ч гэлээ энэ бүх шалтгааны улмаас өөрийнхөө тусын тулд, энх амгалангийн тусын тулд веган хоолтон болцгоогооч гэж би хүсч байна.

А: Бүх хүн ургамлаар хооллоход хүрвэл үр тариа дутагдах явдал гарахгүй юу?
Б: Үгүй. Газрыг хүнсний үр тариа тарихад ашиглахнь тухайн газрыг малын тэжээлийн тариаланд ашиглахаас даруй арван дөрөв дахин илүү хэмжээний хоол хүнс үйлдвэрлэдэг. Нэг акр газрын ургамал 800 000 калор илчлэг өгдөг, гэтэл тэрхүү ургамлыг мал өсгөхөд ашиглан, дараа нь малаа хүнс болгох юм бол тэдгээрийн мах нь ердөө 200 000 калор илчлэг л өгнө. Тэгэхээр энэхүү явцад 600 000 калор илчлэг үрэгддэг гэсэн үг. Ингэхээр веган хоол хүнс нь махныхаас илт их үр ашигтай, хэмнэлттэй юм.

А: Цагаан хоолтны хүнсэнд загас тохирох уу?
Б: Та загас идмээр байгаа бол идэж болно. Харин та цагаан хоол идэхийг хүсч байгаа бол загас ногоо биш шүү.

А: Зарим хүн веган хоолтон байх нь алба биш,хамгийн гол нь сайхан сэтгэлтэй л байвал болчихно гэж ярьдаг. Үүнд ямар нэг утга учир байна уу?
Б: Хэрэв хүн үнэхээр л сайхан сэтгэлтэй юм бол юу гэж бусад амьтны махыг идсээр байх юм бэ? Амьтдыг тэгж зовж шаналж байгааг хараад тэднийг идэж огт чадахгүй болохсон! Мах идэх нь ямар ч өршөөл энэрэлгүй хэрэг тул сайхан сэтгэлт хүнээс ийм юм яаж гарах билээ?
Лиен Чжи Багштан нэгэнтээ: **"Амь биеийг нь хөнөөж, махыг нь иддэг. Энэ ертөнцөд ийм хүнээс илүү догшин хэрцгий, хатуу сэтгэлт, аймшигтай харгис, ариун бус сэтгэлтэй хүн бий гэж үү"** гэж хэлсэн байдаг. Өөрийгөө буянт сайхан сэтгэлтэй гэж тэр яахан хэлж чадах вэ?

Түүнчлэн Мэн-Зы бас: **"Амьд ахуйг нь үзсэн болбоос үхэхийг нь харж сэтгэл үл түвдэх, гаслан гийнах дууг нь сонсчихоод, махыг нь идэхэд сэтгэл үл түвдэх, жинхэнэ эрхэм эр хэмээгдвээс гал тогооны гэрээс хол явагтун"** гэжээ.

Хүний оюун ухааны чадвар амьтныхаас илүү өндөр. Амьтдыг эсэргүүцэн тэмцэх чадваргүй болгох зэр зэвсгийг бид хэрэглэж чаддаг тул амьтад өшөө хорсолдоо автсаар үхдэг. Үүнийг үйлдэж, дорой буурай амьтдыг дарлаж байгаа иймэрхүү этгээд ньтөлөвшсөн хүн хэмээгдэх эрхгүй. Амьтдыг алахад тэд асар их цочирдон, тарчлал болоод айдас, өшөө хорслыг мэдэрдэг. Үүний улмаас тэд хорт бодис ялгаруулж тэр нь маханд нь шингэж үлддэг ба тэр махыг идэж байгаа хүмүүст хор нөлөө нь тусдаг байна. Амьтны хэлбэлзлийн давтамж нь хүн төрөлхтнөөс доогуур болохоор бидний хэлбэлзэлд нөлөөлж, билиг ухааны хөгжлийг өөрчилдөг.

А: "Зөвхөн хагас цагаан хоолтон" гэж нэрлэгдэх зүйл байх нь зөв үү? (Хагас цагаан хоолтон гэдэг нь махан хоолноос бүрэн татгалздаггүй. Мөн мах ногоотой хоолны ногоог иддэг юм.)
Б: Үгүй ээ. Жишээ нь хэрэв хоол хүнсийг хортой шингэн дотор хийгээд дараа нь түүнээс нь гаргасан бол та түүнийг хортой гэж бодох уу, үгүй юү? Махапаринирвана сударт Махакасьяпа Буддагаас: **Хэрэв гуйлга гуйгаад махтай холилдсон ногоо өгвөл идэж болох уу?** Ийм хоолыг яаж цэвэрлэх вэ? гэж

асуужээ. Будда хариуд нь: **"Ногоог нь махнаас ялгаад, усаар угаасны дараа идэж болно"** гэжээ.

Энэ ярианаас дан мах идэх нь бүү хэл, махтай холилдсон ногоог ч усаар угааж цэвэрлэхгүйгээр идэж болохгүй гэдгийг ойлгож болно. Үүнээс Будда болон түүний бүх шавь цагаан хоолтон байсныг амархан мэдэж болно. Гэтэл зарим хүн Буддаг "хагас цагаан хоолтон" гээд өглөгийн эзэд мах өгөхөд Будда өгсөн махыг нь идчихдэг гэж гүтгэж байсан. Энэ бол үнэхээр утга учиргүй зүйл. Ингэж ярьж байгаа хүмүүс бол ном судар өчүүхэн бага уншсан эсвэл уншсанаа буруу ойлгож байгаа хэрэг. Энэтхэгт хүмүүсийн ерэн хувиас илүү нь цагаан хоолтон байдаг.
Энэтхэгчүүд шар хувцаст бадарчин хуврагийг харахаараа тэдэнд зөвхөн цагаан хоол барих хэрэгтэйгээ бүгд мэддэг, тэгээд ч олонход нь хүнд өгөх мах огт байдаггүйг хэлэлтгүй!

А: Дээхэн үед би өөр нэг Багш "Бурхан Шагжмуни гахайн шийр идээд гэдэс нь хямарч, нас нөгчсөн" гэж ярьсныг сонссон, энэ үнэн үү?
Б: Огт оргүй зүйл. Шагжмуни Бурхан нэг зүйлийн мөөг идсэнээс болж нас нөгчжээ. Хэрвээ тэр мөөгний нэрийг бярманы хэлнээс үгчлэн орчуулбал "гахайн шийр" гэсэн үг юм. Гэхдээ энэ нь жинхэнэ гахайн шийр биш. Энэ нь бид нэгэн төрлийн жимсийг "лонган" (үүнийг хятад хэлээр үгчлэн орчуулбал "луугийн нүд" гэсэн үг болно.) гэж нэрлэдэгтэй адил юм. Луугийн нүд гэх мэт олон юмны нэр нь ургамал биш атлаа үнэндээ ургамлын гаралтай хоол мөн байдаг. Тухайн мөөгийг бярманы хэлэнд "гахайн шийр" буюу "гахайн баясал" гэдэг. Энэ хоёр нэр хоёул гахайтай холбоотой. Энэ төрлийн мөөг эртний Энэтхэгт олдоц ховор, мөн тансаг амттай тул хүмүүс Буддаг шүтэн бишрэхдээ өргөл болгодог байжээ. Энэ мөөгийг газрын гадаргаас олох аргагүй, газар доор ургадаг тул түүнийг олъё гэвэл энэ мөөгийг идэх маш дуртай хөгшин гахайг ашигладаг байв. Гахай мөөгийг үнэрээр нь эрж хайгаад, олмогцоо туурайгаараа газраас ухаж гаргадаг байна. Энэ төрлийн мөөгийг "гахайн шийр" буюу "гахайн баясал" гэж нэрлэдгийн учир нь энэ. Үнэндээ энэ хоёр нэр нь нэг л мөөгийг зааж байгаа юм. Энэ үгийг

хайнга орчуулснаас, мөн хүмүүс гарлыг нь буруу ойлгосноос хойч үеийнхэн Буддаг маханд ховдоглодог гэж буруу ташаа ойлгоход хүргэж байна. Энэ бол үнэхээр харамсмаар зүйл.

А: Маханд дуртай зарим хүн махны дэлгүүрээс мах авдаг, өөрсдөө алаагүй болохоор энэ махаа идэх нь зүйтэй гэдэг. Энэ зөв үү, та юу гэж бодож байна?
Б: Энэ бол маш аюултай төөрөгдөл. Хүмүүс мах идэхийг хүсдэг учраас мал нядлагч хүн амьтныг алдаг гэдгийг та нар мэдэх ёстой. Ланкаватара сударт Будда: **Хэрэв мах иддэг нэг ч хүн байдаггүйсэн бол амьтныг хөнөөх явдал ч үгүй байхсан. Тэгэхээр мах идэх болон амьтныг алж хөнөөх нь нэгэн ижил нүгэл юм** гэжээ. Бид дэндүү олон амьтныг алж хөнөөж байгаагаас болоод байгалийн зовлон гамшиг ба хүмүүсээс гарсан гай гасланд нэрвэгдэж байна. Дайн байлдаан ч бас бидний хэт их алж хөнөөж байгаагаас үүсч байна.

А: Зарим хүн ургамал нь хорт бодис тухайлбал, шээсний хүчил, урокинез үүсгэдэггүйч, жимс ногоо тариалагчид ургамалдаа бидний эрүүл мэндэд хортой пестицид (шавжны хор)-ыг их хэрэглэдэг гэж ярьдаг. Энэ үнэн үү?
Б: Хэрэв фермерүүд тариаландаа пестицид болон ДДТ мэтийн бусад асар их хүчтэй хорт бодис хэрэглэсэн бол энэ нь хорт хавдар, үргүйдэл, элэгний өвчин үүсэхэд хүргэж болно. ДДТ мэт хор нь өөхөнд уусч чаддаг бөгөөд ихэвчлэн амьтны өөхөнд агуулагддаг. Мах идэх үедээ та тухайн амьтны амьдарч өсөх хугацааны туршид өөхөнд нь хуримтлагдсан, асар ихээр төвлөрч нягтарсан пестицид болон бусад хорт бодисыг бүгдийг идэж байгаа гэсэн үг. Энэ хуримтлал нь жимс ногоо, үр тарианд байдгаас арван гурав дахин хүртэл их байж болдог. Ургамлын гадна талд цацсан хорыгугааж цэвэрлэж болно. Харин амьтны өөхөн дотор хуримтлагдсан хорыг яав ч угааж арилгаж чадахгүй билээ. Пестицид хор хуримтлах үйл явц нь пестицид нэмэгдэн хуримтлагдах чанартайгаас болдог. Тиймээс хоол тэжээлийн гинжин холбооны хамгийн эцсийн шатанд буй хэрэглэгчид бүхнээс илүү хохирно.

Айовагийн Их сургуульд хийсэн туршилт хүний бие дэх пестицид бараг бүхэлдээ мах идсэнээс үүсдгийг нотолжээ.

Цагаан хоолтнуудын биед байгаа пестицидийн хэмжээ нь махан хоолтнуудын бие дэх пестицидийн хэмжээний талд нь ч хүрэхгүй байгааг илрүүлжээ. Үнэн хэрэгтээ маханд пестицидээс гадна өөр бусад хорт бодис ч байдаг ажээ. Малыг тэжээж өсгөх явцад хүнс тэжээлийнх нь дийлэнх хэсэг нь малыг түргэн таргалуулах, махны өнгө, амт, ширхэглэгийг хувируулах, муудаж ялзрахаас хамгаалдаг гэх зэрэг маш олон химийн бодисоос бүрддэг байна.

Жишээ нь, нитратаас гаргаж авсан ялзралаас сэргийлэх бодис нь асар их хортой юм. 1971 оны 7-р сарны 18-ны өдрийн "Нью Йорк Таймс" сонинд "Махан хүнс хэрэглэгчдийн эрүүл мэндэд учирч буй асар том нуугдмал аюул бол сальмон загасны нян, шавжны хорны үлдэгдэл, ялзралаас сэргийлэх эд, даавруд, антибиотик болон бусад химийн бодис нэмэгдлүүд зэрэг маханд байдаг үл үзэгдэгч бохирдол юм" гэж мэдээлжээ. Дээр өгүүлснээс гадна малд тарьсан вакцины үлдэгдэл маханд нь шингэж хоцрох явдал байдаг. Энэ утгаараа усанд уусдаггүй бохирдол нь 56% хүрдэг махны уургаас жимс, самар, буурцаг, эрдэнэ шишийн уураг нь илүү цэвэр юм. Дээрх зориудын нэмэлт бодисууд хорт хавдар болон бусад өвчин, хүний үр хөврөлийн гаж хөгжлийн шалтгаан болдог гэдгийг шинжилгээний дүн нотолсон билээ. Тийм учраас жирэмсэн эмэгтэйчүүд үр хөврөлийн оюун санааны болоод биеийн эрүүл мэндийг баталгаатай болгохын тулд цэвэр веган хоол идэх нь илүү зүйтэй юм. Та буурцгаас уураг, жимс жимсгэнэ, хүнсний ногооноос амин дэм болон эрдэс давс авч чадах болно.

ВЕГАНИЗМ: Веган Хоол Хүнс Хэрэглэх нь Дэлхийг Усны Нөөцийн Хямралаас Гаргах Хамгийн Оновчтой Арга Зам мөн

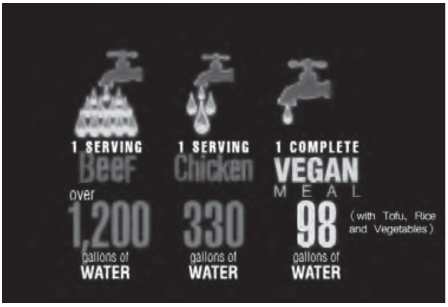
Дэлхий дээрх амьтай болгоны мөхөл сэхлийн асуудалд ус амин чухал үүрэгтэй билээ. Гэтэл манай гаригийн усны нөөц хэт ихээр зарцуулагдаж байгаа нь хойч үеийнхний маань үнэт нөөц баялгийг аюул заналд учруулж буйг Стокгольмын Олон Улсын УсныХүрээлэн (SIWI) судалж тогтоожээ. 2004 оны 8-р сарын 16-20-ны хооронд болж өнгөрсөн SIWI- гийн жил бүрийн уламжлалт "Дэлхийн Усны Долоо хоног" чуулганы үеэр мэдээлсэн, сэтгэл сэртхийлгэм зарим тоо баримтыг дурдъя.

* Нэлээд хэдэн арван жилийн турш хүнсний үйлдвэрлэлийн өсөлт нь хүн амын өсөлтөөс түрүүлсээр байна. Дэлхийн ихэнх хэсэгт үйлдвэрлэл явуулахын тулдусны нөөцөө барж байгаа билээ.
* Үр тариагаар борддог махны үйлдвэрлэлийн нэг кг махыг үйлдвэрлэхэд 10.000-15.000 кг (л) ус зарцуулагддаг. (Энэ нь үйлдвэрлэлийн үр бүтээмжийн түвшин 0.01%-иас ч бага байна гэсэн үг бөгөөд хэрвээ аль нэг ердийн үйлдвэрлэлийн үр бүтээмж ийм түвшинд байсан бол асар хурдан өөр бүтээгдэхүүнээр орлуулах байсан нь дамжиггүй)
* Үр тарианы ургамлын нэг кг бүрт 400-3000 кг ус хэрэгтэй болдог. (Өөрөөр хэлбэл,тийм хэмжээний маханд шаардагдах усны 5%) ашиглагдаж байгаа усны 90 хүртэлх хувь нь малын хүнс тэжээл ургуулахад зарцуулагдаж байна.
* Угаас ус ховор Австрали гэх мэт улс усны нөөцөө маханд хувирган экспортод гаргаж байна.
* Хөгжиж буй орнуудад хүнсэндээ мах хэрэглэгчид нь усны нөөцөөс өдөрт 5000 литр/1100 галлон/ хэрэглэж байхад цагаан хоолтнууд 1000-2000 литрийг/200-400

галлон/ хэрэглэдэг. ("Гардиан" сонины 2004 оны 8-р сарын 23-ны дугаарт нийтлэгдсэн өгүүллээс)

Цаашилбал, SIWI-ийн тайлангаас гадна, Амазоны халуун орны чийглэг ойг шар буурцаг тариалах гэж тайрч цэвэрлэх нь ихэссээр байна. Гэвч тэрхүү ургацаар үхэр мал тэжээж байгаа юм. Үүнийг хүмүүс шууд хэрэглэвэл хавьгүй илүү үр ашигтай шүү дээ! Багш маань махны үйлдвэрлэлээс хүрээлэн буй орчинд үзүүлэх уршиг дагаврын тухай "Агшин зуур билиг нээгдэхийн түлхүүр 1" үлгэр дэвтэрт багтсан "Веган хоолтон байхын үр өгөөж" лекцэд ийнхүү өгүүлсэн билээ: "Амьтдыг махны зорилгоор өсгөн үржүүлэх нь уршиг дагавартай. Энэ нь халуун орны чийглэг ойг сүйтгэх, дэлхийн уур амьсгал дулаарах, ус бохирдох, хомстох, цөлжих үйл явц, эрчим хүчний нөөцийг буруу ашиглах болон дэлхий дээрх өлсгөлөнгийн шалтгаан болж байна. Газар шороо, ус, эрчим хүч, хүний хүч чармайлтыг махны үйлдвэрлэлд ашиглах нь манай гаригийн нөөц баялгийг үр ашигтай зарцуулж буй явдал биш билээ."
Иймд дэлхий даяар зарцуулж буй усны хэмжээг бууруулахын тулд хүн төрөлхтөн дэлхийгээ хүнс тэжээлээр хангах шинэлэг үзэл санаа, хандлага бүрдүүлэх шаардлагатай ба веган хоол энэхүү шаардлагад нийцэж байна.

Холбогдох бусад зүйлсийг доорх хаягаас үзнэ үү.
http://news.bbc.co.uk/2/hi/science/nature/3559542.stm
http://worldwatercouncil.org/
http://news.bbc.co.uk/2/hi/science/nature/2943946.stm



Эх сурвалж:
http://www.suprememastertv.com/bbs/board.php?bo_table=-featured&wr_id=129

ВЕГАН ХООЛТНУУДАД ХҮРГЭХ САЙХАН МЭДЭЭ

Ургамлын Онцгой Уураг

Веган хоол хүнс бясалгал дадалд маань нэн их ашиг тустай төдийгүй бас бидний бие махбодод нэн сайн юм. Гэхдээ бид хоол хүнснийхээ тэнцвэрт чанарт онцгой анхаарч, зайлшгүй шаардлагатай ургамлын гаралтай уургаар дутагдсан эсэхээ нягталж байх хэрэгтэй.

Уургийн хоёр төрөл байдаг: Амьтны уураг, ургамлын уураг. Дүпү бол ургамлын уургийн нэг юм. Веган хоол хүнс хэрэглэх гэдэг нь зөвхөн хуурч шарсан ногоо хэрэглэнэ гэсэн уг төдий бус, хоолны уураг нь тухайн хүнд шаардлагатай тэжээлийг иж бүрнээр агуулсан байх ёстой.

Доктор Миллер бол бүх насаараа цагаан хоолтон байсан бөгөөд 40 жилийн турш Хятадад ядуусыг хооллож, эмчлэн анагааж байжээ. Тэрээр эрүүл энх байхын тулд зайлшгүй хэрэгцээтэй тэжээлийн бодисоор хангагдахад бид гагцхүү хүнсний ногоо, жимс жимсгэнэ, шош буурцаг, амуу тариа хэрэглэх шаардлагатай гэж үзжээ. Доктор Миллерийнхээр дүпү бол "ясгүй мах" юм. Дүпү нэн их тэжээллэг учир хүмүүс зөвхөн энэ төрлийн хүнс хоол хэрэглэхэд л шим тэжээлээ авч чадахсан. Хэрэв хүмүүс дүпү иддэгсэн бол урт насалж чадах байсан.

Веган хоол хийх нь махтай хоол хийхтэй адилхан бөгөөд ялгаа нь гэвэл махны уургийн оронд тахианы махыг дуурайлгасан веган цул мах, веган хиам юм уу веган мах зэрэг бүтээгдэхүүнд байдаг ургамлын уургийг хэрэглэдэг явдал юм. Жишээ нь: цоохор майлзтай шарсан зүсмэл мах юм уу, өндөгтэй далайн замагны шөл, цоохор майлзтай хэрчиж шарсан веган мах эсвэл далайн замаг, дүпүтэй шөл хийж болно.

Хэрвээ та веган уураг бэлнээр олддоггүй улс оронд амьдардаг бол тухайн газрынхаа Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн Олон Улсын Төвтэй холбоо барьж болох бөгөөд бид таныг зарим нэг ханган нийлүүлэгч, веган хоолны зоогийн газрын тухай мэдээлэл өгнө. (Хүснэгт 1-ийг харна уу).

Цагаан хоол хэрхэн хийх тухайд та Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай Олон Улсын Нийгэмлэгээс хэвлүүлсэн "Тэнгэрлэг зоог" ном болон веган хоолны тухай өөр бусад номоос нэн их ашиг тустай зүйл олж авна.

Дэлхийн өнцөг булан бүр дэх веган/цагаан хоолны зоогийн газрын жагсаалтыг олж авахын тулд та доорх веб сайтууд руу орно уу.

http://www.GodsDirectContact.org.tw/eng1/
http://www.lovinghut.com/images/LovingHutVeganChainStores.pdf

Танд гарын авлага болгох зарим веган хоолны ресторан болон веган хоолны бүтээгдэхүүн үйлдвэрлэдэг компаниудын нэрсийн жагсаалт.

ДЭЛХИЙН ӨНЦӨГ БУЛАН БҮХЭНД БУЙ ВЕГАН ХООЛНЫ ГАЗРУУД

(Авшигтан номын ах эгч нарын ажиллуулдаг)

NORTH AMERICA

CANADA

Vancouver

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Vancouver, BC, V5Z 1E9
Tel: 1-604-569-3196
vancouver@lovinghut.ca
http://vancouver.lovinghut.ca/

Doronto

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
953 Enlinton Ave West
Toronto, Ontario M6C 2C4
Tel:416-782-4449/916-0880
toronto@lovinghut.ca
lovinghuttoronto@gmail.com

U.S.A.

Arizona

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
(W.Union Hill Store)
3515-A W. Union Hills Drive,
Glendale AZ 85308.
Tel: 1-602-9780393
phoenix@lovinghut.us
546 West Broadway

California –Alhambra

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
(W. Main St Store) 621 W. Main Street. Alhambra, CA90801
Tel: 1-626-2892684

Fax:1-775-6288037

California – Los Angeles

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
(Orange County - Hungtington Beach)
19891 Brookhurst Street
Huntington Beach, CA 92646
Tel: 1-714-962-6449

♥ (Orange County - Ladera)
27522 Antonio Pkwy., Ste P2
Ladera Ranch, CA 92694
Tel: 1-949- 365-1077

♥ (Orange County - Orange)
237 S. Tustin St., Orange, CA 92888
Tel: 1-714-464-0544

♥ (Orange County - Upland)
903-b Foothill Blvd, Upland, CA 91786

California – San Diego

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
(San Diego) 1905 El Cajon Blvd.,
San Diego, CA 92104
Tel: 1-619- 683-9490

California – Palo Alto

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
165 University Ave, Palo Alto, CA 94301. Tel: 1-650- 3215588

California – San Francisco

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant (Stockton St Store)
1365 Stockton St., San Francisco,-CA 94133. Tel: 1-415-3622199

California – San Jose

♥ Supreme Master Ching Hai International. Association Vegetarian House
520 East Santa Clara Street,
San Jose CA 95112
Tel: 1-408-292-3798
info@vegetarianhouse.us
http://Godsdirectcontact.com/vegetarian/

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
(Milpitas Store)
516 Barber Lane, Milpitas, CA 95035. USA
Tel: 1-408-9430250
email: info@lovinghut.us www.lovinghut.us

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
(Oakridge Mall)
925 Blossom Hill Rd. San Jose CA 95123-1294
Tel: 1-408-229 2795

Massachusetts – Boston

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
415 Chandler Street Worcester, MA 01602
Tel: (508) 459-0367 /
Fax: (508) 459-0784
bostonbuddhahut@yahoo.com

New York

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
348 7th Ave, New York NY 10001
Tel: 1-212-760-1900 (1902)
newyorkcity@lovinghut.us

Texas – Houston

♥ Loving Hut International Vegan

Restaurant (Houston Store)
2825 S. Kirkwood Drive Houston
Texas77082 Tel: 1-281- 531-8882

Georgia

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant (Norcross Store)
6385 Spalding Drive, Suite E,
Norcross, GA. 30092
Tel: 1-678-421-9191

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant (Kennesaw)
2700 Town Center Drive,
Suite 136, Kennesaw, GA 30144
Tel:1-770-429-0666

Washington (Seattle)

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
1228 South Jackson St,
Seattle, WA 98144,
Tel:1-206-726-8669
seattle@lovinghut.us

Illinois

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
(Chicago)
5812 N Broadway St. Chicago, IL
60660, Tel: 1-773-275-8797

Florida

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
(Orlando)
2101 E. Colonial Drive. Orlando, FL
32803. Tel: 1-407- 894 5673

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
(Cape Coral)
1918 Del Prado Blvd S. #3 Cape
Coral, FL Tel:1-(239) 424-8
capecoral@lovinghut.us

New - Jersey

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
538 State Route 10,
Ledgewood, NJ 07852,
Tel:1-862-251-4611

SOUTH AMERICA

PANAMA

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Entrada de Gorgona Via
Interamericana Distrito de Chame,
Provincia de Panama
Tel: 507-240-5621

EUROPE

AUSTRIA

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Neubauguertel 38/5, A-1070
Vienna, Austria
Tel.: 43 1 2939182
http://www.lovinghut.at

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Favoritenstr. 156, A-1100 Vienna,
Austria
Tel.: +43 699 12659473
http://www.lovinghut.co.at

GERMANY – Munich

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Calenberger Str. 11, 30169
Hannover, Germany
Tel.: 49 176 24486837
http://www.lovinghut.de/hannover

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Margreider Platz 4, 85521
Ottobrunn, Germany
Tel.: 49 89 61180617 http://www.lovinghut.de/muenchen

FRANCE – Paris

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
92, boulevard Beaumarchais
75011 - PARIS - France
Tel : 33-1-48064384
http://www.lovinghut.fr/

SPAIN – Malaga

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Calle Conde Altea, 44, Bajo,
46005 Valencia, Spain
Tel: 34-96-3744-361
http://lovinghut.es

UNITED KINGDOM – London

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

CZECH REPUBLIC

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Truhlarska 20, 110 00 Praha 1
Tel:420-775 999376
www.lovinghut.cz, info@lovinghut.cz

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Londynska 35, Praha 2 - Vinohrady
info@vegfood.cz www. vegfood.cz
Tel:420 222 515 006/ 721 255 253

OCEANIA

AUSTRALIA

Brisbane

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Shop 2, 1420 Logan Rd, Mount Gravatt Tel: Tel:617-3219-4118
http://mtgravatt.lovinghut.com.au/
lovinghutbrisbane@gmail.com
Tel: 61-2-9728-7052

FORMOSA/TAIWAN R.O.C.

Taipei

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

♥ Yuanman Branch, Taipei
No.3-1, Cingdao E. Rd.,

Jhongjheng District, Taipei City 100
TEL: 886-2-2391-3553/ 2391-3913

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

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

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

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

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

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

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

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

♥ Sung Feng Yin Branch, Hsi Chih
No.26, Sec. 2, Sintai 5th Rd., Sijhih
City, Taipei County 22175,
Tel: 886-2-2641-5059

Yilan

♥ Loving Hut International Vegan
Restaurant
Xinyue Branch, Yilan
4F., No.6, Lane 38, Sec. 2,
Minquan Rd., Yilan City,Yilan
County 260
Tel: 886-3-9332992/ 935-6545

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

♥ Chao Yang Branch, Yilan
115, Taishan Rd., Yilan City, Yilan
County 26052, (03) 932-6724

Hualien

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

Taoyuan

♥ Loving Hut International Vegan
Restaurant
Zhongyuan Branch, Taoyuan No.
172, Chung Pei Rd., Chungli City,

Taoyuan County

Tel: 886-3-456-0686 / 03-456-0695
Fax: 03-436-9004

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

Taichung

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

Changhua

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

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

Nantou

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

Chiayi

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Chueiyang Branch, Chiayi No.396, Chueiyang Rd., West District, Chiayi City 600
Tel: 886-5-2289079/ 228-9077

Tainan

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

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

Kaohsiung

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

Pingtung

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

Taitung

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
XinSheng Branch, Taitung
No.259, XinSheng Rd., Taitung City 950
Tel: 886-89-350915 /352-792

Hualien

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

HONG KONG

♥ Loving Hut International Vegan

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

Kowloon

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

Wan Chai Store

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

JAPAN

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

KOREA

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant (Yeongdong)
691-1, Gyesan-ri, Yeongdong-eup,
Yeongdong-gun, Chungcheong-buk-do, Tel: 043-743-7597
www.lovinghut.kr

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

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

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

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

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

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

♥ Sinchon Store
33-10, Changcheon-dong, Seodae-mun-gu, 02-333-8088

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

♥ Jeonju
295-24, Seosin-dong, Wansan-gu,
Jeonjucity, Jeonbuk
Tel: 063-274-7025

♥ Ansan
688-3, GoJanDong DanWonGu
AnSan-city, KyungGiDo
Tel: 010 9822 5184

♥ Ok-dong Store
788-1, Ok-dong, Andong-si,
Gyeongsangbuk-do, Korea
054-841-5393

♥ Munheung Store (Gwangju)
1002-1, Munheung-dong, Buk-gu, Gwangju, Korea. Post code: 500-110
062-265-5727

♥ Convention Center Store (Daejeon)
Convention center, 4-19, Dory-ong-dong, Yuseong-gu, Daejeon.
042-533-9951

♥ City Hall Store (Jeju)
1767-27, Ido 2-dong, Jeju-si, Je-ju-do Korea 064-751-3335

♥ Ulsan Store
758-2, Dal-dong Nam-gu, Ulsan, Korea 052-267-7173

♥ Seomyeon Store (Busan)
197-1, Bujeon-dong, Busanjin-gu, Busan, 051-808 7718

♥ Gangnam-gu
229-10, Poi-dong, Gangnam-gu,Seoul
Tel: 82-2-576-9637 /
Fax: 82-2-575-9562
http://www.smvege.co.kr/

♥ Andong
158-5 Dongmun-dong, Andong, Korea Tel: 82-54-841-9244

♥ Daejeon - Sintanjin
Seokbong-dong, Daedeok-gu, Dae-jeon, Korea
Tel: 042-934-6647

♥ eonju - Samcheon
691-4, Samcheondong 1-ga, Jeon-ju-si, Wansan-gu, Jeollabuk-do
Tel: 063-229-6656

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

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

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

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

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

♥ PyeongHwa
893-1, 2-Ga, Pyeonghwa-Dong, WansanGu, Jeonju-City, Jeon-Buk-Do, Korea 063-226-7388

♥ CheongGye
103, 986-3, CheongGye-Dong, Ui-wang City, KyungGi-Do, Korea
031-423-5203

♥ JoEun
101, 801-11, Seosin-Dong, Wan-san-Gu, Jeonju-City, JeonBuk-Do, Korea 063-255-5589

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

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

♥ Sa - dong
101, 1320-4, Sa-dong, Ansan-si, Sangnokgu, Gyeonggi-do 426-170, Korea 82-31-408-6018

♥ Jeju 2
1387-3, Ido 1-dong, Jeju-si, Jeju-do 690-828, Korea tel: 064-759-6113

♥ Sangju
9-2, Namseong-Dong, SangJu-City, KyungBuk-Do, Korea
054-536-9353

♥ Ulsan - Sky Flute
1F, CheonHo-Sangga 586-2, Ok-Dong, Nam-Gu, Ulsan-City, Korea
052-261-1587

♥ Daegu - Ahimsa
366-13, Shincheon 4-Dong, Dong-Gu, Daegu-city, Korea
053-744-3373

♥ Busan - Haeundae
388-6, U-dong, Haeundae-gu, Busan, Korea 612-020
070-8755-7979

♥ Yongin - JukJeon
1F, 1199-8, Bojeong-Dong, Ki-heng-Gu, Yongin-City, KyungGi-Do, Korea 612-020
031-889-4860, 070-7583-0051

♥ Busan - Geumgok
66-6, Geumgok-dong, Buk-gu, Busan, Korea
051-363-6635

♥ Gwangj - Munheung
1002-1, Munheung-dong, Buk-gu, Gwangju, Korea Post code: 500-110
062-265-5727

INDONESIA

Bali

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

Jakarta

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
The Plaza Semanggi, Lt. 3A, No. 3A
Kawasan Bisnis Granadha Jl. Jend Sudirman Kav. 50, Jakarta - 12930
Tel. +62 - 21 - 2553 9369
http://lovinghut. co.id/peta.shtml

♥ (Kemang Store)
Jl. Kemang Raya No. 130E, Kemang - Jakarta Selatan (819) 1218 6088

Medan

♥ (Medan Store)
Putri Hijau St/ Guru Patimpus St No.1 - OPG, Deli Plaza Shoping Centre. Medan, Tel: 62 (61) 4563411

Yogyankarta

♥ Loving Hut International Vegan Restaurant
Tamansari Foodcourt, Ambarrukmo Plaza Lt. 3 Jl. Laksda Adisucipto, Yogyakarta
0274 4331254

MALAYSIA -Kuala Lumpur

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

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

♥ Johor Bahru
Unit 1, Ground Floor, Block F,
Plaza Sentosa, Johor Bahru, Johor
Tel: 012-712 1744/Fax: 03-8064
2138 S: +6016 261 8276
Email: contact@LovingHutMalaysia.com
Web: www.LovingHutMalaysia.com

THAILAND

♥ Bangkok
257 Charoennakhon Road, Ground
Floor Shop 11 Samrae, Thonburi,
Bangkok 10600, Thailand
Tel: (+66)24769781 /(+66)24766220
info@LovingHutThailand.co.th
www.lovinghutthailand.com

♥ Pawet
199/71 Soi 70/1 On-Nut, Sinakarin
Rd., Pawet 10240, Thailand
Tel: (+66)27210320/ (+66)83497709

SINGAPORE

♥ Loving Hut International Vegan
Restaurant
Raffles Institution,
1 Raffles Institution Lane, S 575954
Tel: 65- 63538830

♥ Marsiling School
12, Marsiling Road, Singapore
739110 Fax: 68946156
Tel: 65- 68941413

♥ Jalan Bukit Merah
Block 161, Unit 01-3725 Bukit Mer-
ah Central. Singapore 150161
Tel: 65-63774354

♥ ParkLane Store
35 Selegie Road, #01-07 Parklane
Shopping Mall. Singapore 188307
Tel: 65- 63380962

MONGOLIA

♥ Ловин Хат
СХД, 1-р хороолол, Хатанбаатар
элэгний клиник эмнэлэгийн эсрэг
талд 26-р байр Утас: 99157079

♥ Ловин Хат
БГД, 14-р бичил хороолол,
Номин худалдааны төвийн ар талд
Утас: 91912063

♥ Ловин Хат
ЧД, 5-р хороо, Тэнгис кино
театрын баруун талд, Чимэг төв,
9а байр Утас: 99171534

♥ Ловин Хат
ЧД, Бага тойруу 12, Жуулчины
гудамж, ХХБ-ны эсрэг талд 40-р
байр Утас: 99154413, 99986646

♥ Ловин Хат
ЧД, 26-р бага тойруу, Хүнсний 1-р дэлгүүр Утас: 99911076

♥ Ловин Хат
ХУД, 2-р хороо, Монгол Нэхмэлийн байр Утас: 91663949

♥ Ловин Хат
ХУД, 2-р хороо, Хүнсний Технологийн Коллежийн байр
Утас: 99994373

♥ Ловин Хат
БЗД, 8-р хороо, Жоби 72, ХААН Банкны байр Утас: 99095779

♥ Ловин Хат
Баянбүрд, Монгол HD ТВ-ийн эсрэг талд New car Авто плазагийн 2-р давхарт Утас: 99990006

♥ Веган Hot Pot
3,4-р хороолол, Модны 2-ны замд, Тундэмүн сауны баруун урд талд "Vegan Hot Pot, Karaoke"
Утас: 99990006

♥ Гандан зоог
Түв Гандангийн гал тогооны 2-р давхарт Утас: 88101513, 88002420

♥ Агниста
ЧД, 4-р хороо, 5-р сургуулийн эсрэг талд, Арктай шар байшинд
Утас: 99067988

♥ Боско Верде
СБД, 2-р хороо, Циркийн зүүн талд, 1а байр
Утас: 99092015, 70117715

♥ Луна Бланка
ЧД, Занабазарын нэрэмжит Дүрслэх Урлагийн Музейн баруун урд Буддын бясалгалын төвийн 1-р давхарт.
Утас: 99251131, 98209897

♥ Кафе Де Амор
СБД, 6-р хороо, Кубын элчингийн хажууд Утас: 99866876

♥ Литтл Будда
ХУД, 1-р хороо, Интермэд эмнэлэгийн замын хойд талд
Утас: 99108840

♥ Эмми кафе
3,4-р хороолол Москва их дэлгүүрийн 6-р давхар
Утас: 96906418

♥ Говинда
БГД, 1-р хороо (25-р эмийн сангын урд), арктай шар байшингийн баруун өнцөгт Утас: 89662420

♥ Ловин Хат
Өвөрхангай аймаг, Арвайхээр, 5-р хороо, 12 айлын орон сууц, 3-1-2
Утас: 99994446

♥ Ловин Хат
Сэлэнгэ аймаг, Сайхан сум, Хөтөл, 18-2; Утас: 95542533, 99110446

♥ Ловин Хат
Архангай аймаг,
Эрдэнэбулган сум, 2-р хороо
Утас: 88890879, 98894776

♥ Ловин Хат
ЧД, 3-р хороо, 2-р 40 мянгат, 12-34; Утас: 96093050

♥ Билиг Арт
Эрдэнэт хот, 3-22-р байрны баруун урд өнцөгт (Чандмань төвийн өөдөөс харсан) Утас: 99888069

Багшийн хайр сүнсийг минь адислахуйяа
Би залуу болон дахин төрөвөө.
Ээрч надаас, яагаад гэж бүү асууж шалгаа:
Энэрэл ХАЙРЫН учир зүйд шалтгаан гэж үгүй!

Би хамаг амьтны үг хэл, дуу хоолой нь.
Ухэх төрөхийн хүрднээ төгсөлгүй ээлжлэх амьдралынх нь
Хамаг л зовлон зүдүүр, Уйтгар гуниийг
Хорин цээргүй өгүүлнэм билээ.
Залбирч мөргөөд, Нигүүлсэнгүй Багш минь
Зогсоож аль гуниийг, түргэхэн шиг!

Адислал тань аливаа бүхнийг алгчлахгүй ивээнэм.
Аргагүй сайныг ч, арчаагүй муугг ч,
Үзэсгэлэн гоогч, үзэшгүй муухайг ч
Чин сэтгэлтнийг ч, чивэлт нүгэлтнийг ч
Эс ялганам!
Аяа, Багш таныгаа, алдаршуулан дуулж яавч би чадашгүй нь
Аршун хайрыг тань л зүрхэндээ нандинаад
Алгасалгүй, шөнө бүрий хамт нойрсмуу.

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~
Чимээгүй нулимс шүлгийн түүврээс

ХЭВЛЭЛ

Бидний оюун санааг дэвшүүлж, өдөр тутмын амьдралыг маань урам зоригоор тэтгэх Төгс Гэгээрсэн Чин Хай Багшийн сургаал номлолын арвин их цуглуулгыг ном, видео, аудио, хөгжмийн хуурцаг, DVD, MP-3 болон CD-ний хэлбэрээр үзэж, унших боломжтой.

Энэхүү хэвлэгдсэн ном, хуурцгаас гадна Багшийн сургаал номын янз янзын цуглуулга интернетээр үнэ төлбөргүй хурдан шуурхай нэвтэрч байдаг юм. Жишээлбэл: хамгийн олон удаа хэвлэгддэг "Мэдээ" сэтгүүлийн хэд хэдэн веб хуудсыг /Quan Yin Web site-ийн хэсгээс/ үзнэ үү. Багшийн шүлэг найраг, урам зориг төрүүлэх онч мэргэн үгс мөн аудио, видео бичлэг дээрх лекц яриа болон бусад зүйлийг интернетийн сүлжээнд дэлгэн үзүүлсэн байгаа.

75 гаруй орны хэлээр интернетээс унших боломжтой өөр нэг өргөн тархсан хэвлэл бол Багшийн "Танилцуулах үлгэр дэвтэр" юм. Үлгэр дэвтрийн хуулбарыг авахыг хүсвэл дараах веб хуудас руу орно уу.

Үлгэр дэвтрийг төлбөргүй татаж авах

Агшин зуур билиг нээгдэх түлхүүр (80 гаруй хэл дээр)

http://sb.godsdirectcontact.net(Формоса) (АНУ)

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

НОМ

- **"Агшин Зуур Билиг Нээгдэхийн Түлхүүр"** – Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн лекцийн эмхтгэл. Англи (1-5), Солонгос (1-11), Испани (1-3), Герман (1-2), Франц –(1-2), Португал (1-2), Хятад (1-10), Тай (1-6), АуЛак (1-15), Индонез (1-5), Япон (1-4), Монгол (1, 6), Швед (1), Польш (1-2), Финн (1), Унгар (1), Төвд (1)
- **"Агшин Зуур Билиг Нээгдэхийн Түлхүүр" –**"Асуулт Хариулт" – Их Багшийн лекцийн асуулт хариултын эмхтгэл. Англи (1-2), Солонгос (1-4), Герман (1-3), Франц –(1-3), Португал (1), Хятад (1-3), АуЛак (1-4), Индонез (1-3), Япон (1-4), Орос (1), Чех (1-2), Польш (1), Унгар (1-3), Болгар (1-2)

- **"Агшин Зуур Билиг Нээгдэхийн Түлхүүр"** -"Тусгай хэвлэл/1993 оны дэлхийн лекцийн тойрон аялал"— Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн "1993 оны дэлхийн лекцийн тойрон аялалын" лекцүүдийн 6 боть түүвэр. Англи, Хятад
- **"Агшин Зуур Билиг Нээгдэхийн Түлхүүр"** -"Долоон өдрийн дияан" тусгай хэвлэл" — 1992 ондvИх Багш Формосагийн Сан Ди Мундх ийсэн долоон өдрийн дияаны лекцийн эмхтгэл. Англи, АуЛак
- **"Багш ба бясалгагчийн хоорондын захиа"** — Англи (1), Хятад (1-3)АуЛак (1-2), Испани (1)
- **"Агшин Зуур Билиг Нээгдэхийн Түлхүүр"** -**"Их Багшийн тухай надад болсон гайхамшигтай тохиолдлууд"**— Ау Лак (1-2), Хятад (1-2)
- **"Багш үлгэр ярьж байна"** — Англи, Хятад, Испани, АуЛак, Солонгос, Япон, Тай хэлээр
- **"Амьдралаа өнгөлөг болгохуй"** — Их Багшийн сүнслэг сургаал, болон ишлэлүүдийн түүвэр. Англи, Хятад, Ау Лак хэлээр
- **"Бурхан Бүгдийг зохицуулдаг"** — Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн ярьсан билиг ухааныг илэрхийлсэн үлгэрүүд — Англи, Хятад, Ау Лак, Франц, Япон, Солонгос хэлээр
- **"Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн гэгээлэг онигоо"** — Гэрлэн бүрхүүл тань дэндүү давчуу юм! Англи, Хятад хэлээр
- **"Оюун санааны дадал бясалгалын нууц хялбар аргууд"** — Англи, Хятад, Ау Лак хэлээр
- **"Бурхантай шууд холбогдохуй – Энхтайванд хүрэх зам"** — 1999 онд Европын Орнуудаар Хийсэн Лекцийн аяллын үеэрээ номтайлсан эмхтгэл. Англи, Хятадхэлээр.
- **Бурханых ба Хүн төрөлхтөнийх – Библийн үлгэрүүдээс** Багшийн газар бүрт ном тайлахдаа айлдсан Библийн 13 үлгэрийн цоморлиг. Хятад, Англи хэлээр
- **"Эрүүл мэндээ ухаарахуй"** — Буцаад хэвийн, зөв амьдралын хэв маягтаа орохуй — Англи, Хятад хэлээр
- **"Гэрт тань хүргэж өгөхөөр би ирлээ"** — Багшийн сүнслэг

сургаал номлол болон ишлэлийн эмхтгэл. Араб, Аулак, Хятад, Румин, Англи, Индонез, Солонгос, Испани, Польш, Унгар, Итали, Болгар, Грек, Чех, Франц, Герман, Турк, Орос, Монгол хэлээр.

- **"Онч мэргэн үгс 1"** – Багшийн мөнхийн билиг ухааны сувд шигтгээ. Англи, Хятад, Испани, Португал, Франц, Герман, Солонгос хэлээр
- **"Онч мэргэн үгс 2"** – Багшийн мөнхийн билиг ухааны сувд шигтгээ– Англи, Хятад хэлээр
- **"Тэнгэрлэг гал тогоо (1)"** – Олон улсын цагаан хоол – Бясалгагч номын ах, эгч нарын санал болгосон дэлхийн өнцөг булан бүрийн амтат хоолны цуглуулга. Англи, Хятад, Ау Лак, Япон хэлээр
- **"Тэнгэрлэг гал тогоо (2)"**– Айл гэрийн амт чанарын сонголт – Англи, Хятад хэлний нэгтгэсэн эмхэтгэл
- **"Дуу хөгжмөөр энх тайван, эв нэгдэлд хүрэхүй"** – Калифорнийн Лос Анжелес хотноо болсон хандивын концертын хөгжмийн бүтээлүүд болон ярилцлагын эмхтгэл. Англи, Хятад, Ау Лак хэлний нийлмэл хэвлэл
- **"Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн урлагийн бүтээлийн цомирлог"** – Англи, Хятад хэлээр
- **"S.M. Тэнгэрийн Хувцас (6)"** – Англи, Хятад хэлний нийлмэл хэвлэл
- **"Ноход миний амьдралд (1–2 боть)"** Энэхүү хоёр бүлгээс бүрдсэн 500 хуудастай багц номонд Их Багш Өөрийнхөө дотны нохдын ер бусын бодит амьдралын түүхээс бичжээ. Англи, Хятад, Сопонгос, Аулак, Герман, Япон, Испани, Польш хэлээр.
- **"Шувууд миний амьдралд"** Энэ гайхамшигтай зурагчлан үзүүлсэн зурагтай номонд Их Багш Чин Хай амьтдын дотоод ертөнцийг хэрхэн нээх нууцыг харуулдаг. Аулак, Хятад, Англи, Араб, Франц, Герман, Монгол, Солонгос,Орос, Индонез хэлээр.
- **"Эрхэм ариун амьтад"** Их Багшийн Өөрийн найруулж, зургийг нь авсан энэ ном нь гайхалтай шүлэг, гайхамшигтай зургуудаар дүүрэн юм. Энэхүү үнэн зүрхний өдрийн тэмдэглэл мэт түүхэнд Их Багш Өөрийнхөө нуурын эргээрх судалгааныхаа талаар ярьж, бидэнд амьтан нөхдийн маань төрөлхийн эрхэм ариун чанарын талаар хэлж өгдөг. Аулак, Англи, Хятад, Франц,

Герман, Солонгос, Монгол хэлээр.

- **"Тэнгэрийн урлаг"** Тэнгэрийн урлаг нь зохиолч Диваажингийн Үнэн, ариун журам болон гоо үзэсгэлэнг дүрслэн харуулахын тулд урлагийн бүтээлүүдээ сүнслэг талаас нь тайлбарласан шилмэл ном юм. Уншигчид Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн хязгааргүй ертөнцөөр аялж дээдийн цуурайгаар нь өргөгдөхийн зэрэгцээ тэд яруу найрагчийн гүн сэтгэл хөдлөл, уран зураачийн нарийн мэдрэмж, загвар зохион бүтээгчийн ер бусын санаа мөн хөгжимчний романтик зүрх сэтгэлд гүнээ уярах болно. Хамгийн чухал нь агуу оюун санааны багшийн билиг ухаан болон энэрэл нигүүлсэлтэй танилцах нандин боломжийг олгож байна.Хятад болон Англи хэл дээр.
- **"Хямралаас энхтайванд"** – Англи, Хятад, Ау Лак, Голланд, Солонгос, Франц, Унгар, Индонез, Япон, Норвеги, Спани, Швед, Тай, Португал, Польш, Орос, Румин хэлээр
- **"Амьдрал болоод ухамсрын тухай бодрол"** – Др. Жанезийн бичсэн ном. Хятад хэлээр
- **"Жинхэнэ хайр"** – Англи, Хятад хэлээр

ШҮЛГИЙН ЦОМОРЛИГ

- **"Аниргүй нулимс"** – Багшийн зохиосон шүлгийн ном. Герман/Франц, Англи/Хятад хоёр хэлээр хэвлэсэн. Мөн Ау Лак, Англи, Монгол, Испани, Португал, Солонгос, Филиппинхэлээр.
- **"Вуузуу" шүлгүүд** – Багшийн зохиосон шүлгийн ном. Англи, Хятад, АуЛак хэлээр.
- **"Эрвээхэйн мөрөөдөл"**- Багшийн зохиосон шүлгийн ном. Англи, Хятад, АуЛак хэлээр.
- **"Өмнөх амьдралын зам мөр"**– Багшийн зохиосон эртний шүлгийн ном. Англи, Хятад, АуЛак хэлээр.
- **"Хуучин цаг"** – Багшийн зохиосон шүлгийн ном. Англи, Хятад, АуЛак хэлээр.
- **"Хайрга ба Алт"** – Багшийн зохиосон шүлэг. Англи, Хятад, АуЛак хэлээр.

- **"Мартагдсан дурсамж"** – Багшийн зохиосон эртний шүлгийн ном. Англи, Хятад, АуЛак хэлээр.
- **"Эрин зууны хайр"** –Багшийн зохиосон шүлгийн ном. Англи, Хятад, АуЛак, Франц, Герман, Монгол, Солонгос, Испани хэлээр.

АУДИО, ВИДЕО ХУУРЦАГ

Багшийн видео хуурцгийг үзэх нь бидний жинхэнэ "мөн чанар"-г сануулдаг бөгөөд ирээдүйн амьдрал, байдлыг маань шинэтгэн дэгжрүүлж чаддаг юм. Алиа хошин зангаараа илэрхийлсэн билэг ухаант үгс хийгээд сэтгэлийн илэрхийлэл нь бидний зүрх сэтгэлд инээд баяслын халуун дулаан амьсгалыг авчирдаг. Нэмж хэлэхэд авшиг хүртсэн номын ах эгч нартай хийсэн ярилцлага болон лекцийн аудио хуурцгийг үзэх нь ямар ч оюун санааны аяллыг баяр хөөрт ахуй ойлголт болгон хувиргах болно.
Үзэж, сонсох боломжтой хуурцгуудын цөөн зарим төлөөллийг дор жагсаав.

- **Дэлхийн энх тайвны төлөө залбирал:** Словени, Люблянад хийсэн лекц
- **Өөрөө өөрийнхөө багш нь бай:** АНУ-ын АТ муж - хамтын бясалгал
- **Үл харагдах нэвтрэх зам:** Умард Африк, Дурбанд хийсэн лекц
- **Хүний сүр жавхлангийн ач холбогдол:** АНУ-ын Нью Жерси муж- хамтын бясалгал
- **Өөрийгөө Бурхантай холбохуй:** Португали, Лиссабон - лекц
- **Дайснаа хэрхэн хайрлах вэ?:** Формоса, Сантемэн - хамтын бясалгал
- **Хүүхэд насныхаа гэнэн цайлган дүр төрөхөд эргэн буцахуй:** Швед, Стокгольм - хамтын бясалгал
- **Дотроо буй эрдэнэсээ олох зам:** Тайланд, Чин Май- хамтын бясалгал
- **Бид хамтдаа гэгээн саруул хувь заяаг сонгож чадна:** Польш, Варшав - лекц

- **Сүнс бүрийн сонголт:** АНУ-ын Лос Анжелес муж - хамтын бясалгал
- **Хайр энэрлийн замаар замнахуй:** Англи, Лондон - хамтын бясалгал
- **Хүссэн аргаараа Бурханд итгэхийг бусдад зөвшөөр:** АНУ-ын Лос Анжелес муж - хамтын бясалгал

ХӨГЖМИЙН ХУУРЦАГ БОЛОН CD

Багшийн бид энд зориулсан хөгжмийн бэлэг нь Буддын дуулал, шүлэг найраг, жинхэнэ хөгжмийн бүтээлийг багтаасан бөгөөд мандолин, Хятад ятга гэх мэт үндэсний хөгжмийн зэмсгээр тоглосон юм.
Хөгжмийн олон бүтээлийг нь хуурцаг болон CD-гээр үзэж, сонсох боломжтой. Эдгээрийг болон бусад зохиол бүтээлийг нь олж авах талаар илүү мэдээллийг хүсвэл "хэвлэл олж авах" хэсэгт хандана уу.

- **Буддын дуулал:** Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай-н дуулсан бясалгалын дуулал. 1, 2, 3 цуврал
- **Ариун дуулал:** Халлелүяа
- **Багшийн зохиосон хөгжмийн цомог:** /1-9 цуврал/. Жинхэнэ хөгжмийн бүтээлүүдийг нь европ ёочин /dulcimer/, ятга, төгөлдөр хуур, Хятад ятга, цахилгаан төгөлдөр хуур болон бусад хөгжмөөр тоглосон.
- **Цаг хугацааны чанадад:** (Ау Лак хэл дээрх дуу): CD & DVD
- **Анхилуун үнэрийн мэдрэмж** (Ау Лак хэл дээрх алдарт дуучдын дуу): CD
- **Оройн зүүд** (Ау Лак хэл дээрх дуу): CD & DVD
- **T–L–C, Please**(Ау Лак хэл дээрх дуу): CD
- **Үүрд хадгалаараарай** (Ау Лак хэл дээрх шүлэг): CD
- **Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн дуу болон хөгжмийн зохиол:** (CD) Англи, Хятад, Ау Лак хэлээр
- **Хайрын Дуу:** (DVD) Англи, Ау Лак хэлээр
- **Тавтай ноорсоорой хонгор минь** (CD) Англи хэлээр

- **Эрдэнийн Шүлгүүд** (Ау Лакын алдар яруу найрагчдын бичсэн шүлэг, Ау Лак хэл дээрх уянгат уншилт) CD 1-2, DVD 1-2
- **Алтан бадам лянхуа** (Ау Лак хэл дээрх шүлэг): CD & DVD
- Бид та бүхнийг хүндэт Тик Ман Гиао-гийн сайхан шүлгүүдийг Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн уянгалуулан уншсанаар хүлээн авч сонсохыг урьж байна. Тэрээр мөн Өөрийн шүлгүүд болох **"Алтан бадамлянхуа"** болон **"Саёонара"** шүлгүүдээ уншсан билээ.
- **Эртний хайр** (Ау Лак хэл дээрх шүлэг) CD & DVD
- **Өмнөх амьдралын зам мөр:** Багшийн дуулсан шүлэг. 1, 2, 3 цуврал
- **Хайрын домог туульсад хүрэх зам:** 1, 2, 3 цуврал

DVD

Код	Нэр	Газар
184	Дэлхийн үнэн байдал-Майдар Бурхан ба 6 хүүхэд	Формоса, Шихү
240	Дэлхийг шинэ эрин зуунд хөтлөхүй	Формоса, Шихү
260	Чанагуухи ертөнцийн нууц	АНУ, НҮБ
356	Биднээр дамжуулан үйлчлэхийг Бурханд зөвшөөр	НҮБ, Женев, Швейцар
389	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн дуу болон хөгжмийн бүтээл	MTV
396	Өөрийгөө уучил	АНУ, Калифорни
401	Үйлийн үрийн нууцаас	Тайланд, Бангкок
444	Өөрөөсөө л хамааралтай бай (1,2)	АНУ, Хавай
467	Замбуулингийн зовлон хүний мунхаг сэтгэлээс үүдэлтэй	Сингапур
474	Бид нар үргэлж хамт байдаг	Герман, Хамбург
493	Авшгийн үнэ цэнийг ойлго	Герман, Хамбург
501	Гэр бүлээ сайхан болгох арга	Формоса, Шихү
512	Нийгмийн хүнд хэцүү нөхцөлд хэрхэн бясалгах бэ	Формоса, Шихү

513	Өөрийгөө сайхан болгох хамгийн шилдэг арга	Формоса, Шихү
518	Шивагийн 112 төвлөрлийн арга (1)	Формоса, Шихү төв
549	Агуу гэгээнтнийг таних тэмдэг	Камбож, Поном Пек
560	Сүнс болгон Их Багш байдаг	Камбож төвийг байгуулах
562	Эзэн Бурханы ухамсар бүх зүйлд оршиж байдаг	Камбож төвийг байгуулах
571	Амьд төгс гэгээрсэн их багшийн жинхэнэ дүр	АНУ-ын Хаяат зочид буудал
582	Оюун санааныхаа зам мөрийг тодорхойлохуй	Австрали
588	Их Багшийн Гималайн нуруунд хийсэн аялал /1,2 хэсэг/	АНУ, Лос Анжелесын төв
600	Ахимсагийн жинхэнэ утга	Энэтхэг, Пуна
602	Бидний хүүхдийн зан чанар бол Бурхан юм	АНУ, Лос Анжелесын төв
603	Эзэн Бурханы төгс баясгалант нэгдэл	Сингапур
604	Оюунлаг амьдрал ба мэргэжлийн ёс суртахуун	АНУ, Вашингтон ДС
605	Гэгээрлийн зорилго	АНУ, Вашингтон ДС
608	Оюун санааны хөгжил дэвшлийн арга	АНУ, Вашингтон ДС
611	Жинхэнэ Их Багшийн мөнхийн халамж	АНУ, Вашингтон ДС
618	Бурхантай холбогдсон түүхүүд	Солонгос, Санжу, Ён Дун төв
620	Жинхэнэ Их Багшийн хүч	Солонгос, Санжу, Ён Дун төв
622	Энэ дэлхийд төгс төгөлдрийг авч ирэхүй	Солонгос, Санжу, Ён Дун төв
626	Сүнс бүрийн сонголтууд	АНУ, Лос Анжелес төв
638	Өөрт байгаа хамаг сайн бүхнээ гарга	АНУ, Флорида
642	Бурханлаг хайр бол цорын ганц жинхэнэ хайр юм	АНУ, Лос Анжелес
645	Өөрийгөө Бурхантай холбохуй	Португал, Лисбон
648	Дайныг зогсоох арга	Шотланд, Эдинбург

656	Хүнд хэцүү нөхцөлд оюунлаг чадвар гялалздаг	Ирланд, Дублин
662	Амьдралтай зоригтой тул	Англи, Лондон
668	Нүдэнд үл үзэгдэх зам	Өмнөд Африк, Дурбан
665	Сэтгэлээ номхтгох нь	Турк, Стамбул
667	Бурханы төлөө гэрэлт бамбар бай	ӨА, Жонсберг
670	Бидний төгс төгөлдөр уг дүр	АНУ, Флорида
671	Гэгээрэлд хүр	Израиль, Тель Авив
673	Сэтгэлийн хөдлөлөөс давж гарахуй	ӨА, Кейптаун
674	Хайр энэрэл. инээд баярын замаар замнахуй	ӨА, Кейптаун
676	Дэлхийн шашны парламент	ӨА, Кейптаун
677	Сахиулсан тэнгэрийн инээмсэглэл	Тайланд, Бангкок
680	Хоосон оршихуйгаас ангид	Тайланд, Бангкок
681	Хүүхдийн зүрх сэтгэл	Тайланд, Бангкок
685	Ажилдаа анхаарахуй: Оюуны дадал бясалгал	Тайланд, Бангкок
688	Хайр бол бидний амьдралын үнэн мөн чанар	Малайз
689	Гэгээрэл ба мунхаглал	Балба
690	Өөрийн жинхэнэ уг чанараа мэдэх нь жинхэнэ аз жаргал юм	Хонг Конг
691	Хуурамч зүйл гэдэг бол бодит зүйлийн тусгал байдаг	Филиппин, Манил
692	Жинхэнэ төрөлх дүрдээ хүрэхийн тулд дотоодоороо сонсохуй	Формоса, Таояан
693	Билэг ухаан ба төвлөрөл	Япон, Токио
694	Амьдрал мөнхөд үргэлжилдэг	Солонгос, Сөүл
695	Сүнс оюун болон оюун ухааны солилцоо	Формоса, Синсиа бага хурал
696	Бие махбод болон оюун ухаанаас цааших эрх чөлөө	Солонгос, Ён Дун
701	Агуу сургаалыг хүргэх нь	Солонгос, Ён Дун
705	Зүүднээсээ сэрэх	Солонгос, Сөүл төв
709	Одод түгсэн шөнө	АНУ, Лос Анжелес, СА

710	Их Багшийн Төрсөн өдрийг тэмдэглэх нь /1 -2 хэсэг/	Солонгос, Ён Дун
711	Амьдрал хэмээх зочид буудал	АНУ, Калифорни, Фресно
712	Амьтдын тэнгэрлэг ухаан	АНУ, Флорида
716	Эзэн Бурханы хайрлах арга	АНУ, Флорида
718	Хайрлах нь үргэлж сайн байдаг	АНУ, Флорида
719	Муу зуршлаа давах	АНУ, Флорида
726	Бусдын төлөө гэх сэтгэл	АНУ, Флорида
737	Амар амгалан бясалгах	АНУ, Флорида
739	Их Багшийн хувилгаан бие	АНУ, Флорида
741	Шинэ зууныг угтах ёслол	Тайланд, Бангкок
742	Оюунлаг бясалгалаар дэлхийг дээшлүүлэх нь	Формоса, Шихү, Хятад, Хонконг
743	Буддагийн уйтгарлал (MTV)	АНУ ба Аулак
744	Би Танд хайртай болсноос хойш (MTV)	АНУ ба Аулак
745	Энэ дэлхийд тус нэмэр болохуй	АНУ, Лос Анжелес ба Хүстэн, Сигапур төв
746	Бидний хайртай бүхэн Диваажин уруу явдаг	Торонто төв, Унгар дахь Европийн дияан
747	Луу болон Дагины хүүхдүүд	АНУ-ын Флорида төв
748	Даруу төлөв байдлын эхлэл	Солонгос, Сөүл төв, АНУ, Сан Франциско
751	Буцашгүй Бодисадва нар	Формоса, Шихү
752	Хайрын цугларал	
753	Бүх төрөлтнүүдийг гэсэн хайр	АНУ, Индиана төв Австрийн, Виенна төв
754	Гэгээрлийн хүрэх шат	АНУ, Флорида
755	Инээж буй гэгээнтнүүд	АНУ, Флорида
756	Шударга байхын ач тус	АНУ, Флорида
757	Их Багшийн вант улсын үнэн байдал	АНУ, Флорида
758	Гэгээрлийг дамжуулах хүч	АНУ, Флорида

759	Эрт үеийн Аулак	АНУ, Техас, Хьюстон
760	Жинхэнэ баатрууд	АНУ, Калифорни, Стэйтон
761	Хайрын дуу	Унгарын төв
762	Үйлийн үрийг шийдэх нь	Костарика, Сан Хосе, Мексик, Мексикийн төв
763	Сүнслэг бясалгалын сахилга бат	Бостон, АНУ/ Жакарта, Индонез/ Хамбург, Герман
766	Ариун зорилготойгоор Дияанд оролцож байх	АНУ-ын Флорида төв
767	768	АНУ-ын Флорида төв
771	Залуусын хүсэл эрмэлзлэл	
772	Амьдралын турш инээхүй	
773	Нөхцөл болзолгүй зориулал	
774	Эерэг бодлууд Амар амгалан дэлхий рүү хөтөлнө	Паттаяа, Тайланд
775	777	Паттаяа, Тайланд
779	Хавар цагийн ардын дуу	Шихү, Формоса
780	Ноход болон Шувууд миний амьдралд	
781	Үргэлж цэвэр ариун, сэтгэл хангалуун зүрх сэтгэлтэй бай	Шихү, Формоса
782	785	Шихү, Формоса
793	Энгийн, Эрхэм Ариун амьдрал	Францын Парис төв
794	797	Францын Парис төв
798	Амьтад харилцах хамгийн шилдэг арга	Тайпей, Формоса
SUN TV	Формосагийн урлагийн болон оюунлагийн цуглуулга	
TV1	Амьд гэгээнтний замаар замнахуй	
TV4	Хязгааргүй хайр гэх мэт.	
800	Эрхэм ариун амьтад	
801	Эртний хайр	
804	Бясалгалын хязгааргүй адислал	Парис, Франц

807	810	Парис, Франц
827	Эко хямралыг бүгдээрээ гарч шийдвэрлэе	Клагенфүрт, Австри
828	Дэлхийг хайраар өөрчлөхүй	Клагенфүрт, Австри... гэх мэт
833	Тэнгэрлэг Урлаг 1-р хэсэг — Шихү төв	Шихү төв, Формоса
834	Тэнгэрлэг Урлаг 2-р хэсэг — Диваажингийн үзэсгэлэн гоо	
835	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай байгаль орчны талаар: 1-р хэсэг — Веганизмаар Дэлхийг Диваажин болгох нь 2-р хэсэг Веган шийдлийг түгээхүй	Сүррэй, Нэгдсэн вант улс/ Сиаттл, АНУ
836	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай байгаль орчны талаар: Веганизм бол дэлхийг аврах шийдэл мөн	Лондон, Нэгдсэн вант улс
837	2008 Дэлхийг аврах шийдвэрлэх мөчүүд: Би юу хийж чадах вэ?	Формоса
838	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн Зүрх Сэтгэлд хоногшсон тойрон аялал: Дэлхий дээрх Диваажин Уран зургийн үзэсгэлэн	Формоса
841	Цаг уурын өөрчлөлтийн Олон улсын конференц — Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай Холливудын ододтой хамт	Холливүүд, Калифорниа, АНУ
843	SOS: Дэлхийн дулаарлыг зогсооё семинар	Токио, Япон
844	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай-тай хийсэн Видеоконференц: “Шувууд миний амьдралд” номын нээлт	Тайланд ба Герман
845	Суприм Мастер ТВ-ын 2 жилийн ой: Бүх амьдралыг хүндэтгэхүй баярын концерт	Лос-Анжелес, Калифорни, АНУ
846	“Дэлхийн дулаарлыг зогсооё: Одоо үйлдэцгээе” Конференц	Бангкок, Тайланд

847	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай байгаль орчны талаар: Веган байж: хувь тавилангаа өөрчилцгөөе, Гаригаа аваръя	Солонгос
848	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай байгаль орчны талаар: Ухамсартай, хайр энэрэлтэй амьдарцгаая	Пенхү, Формоса
849	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай байгал орчны талаар: Энэрэл нигүүлсэл, энэрэл нигүүлслийг бий болгодог	Сидней, Австрали
850	Цэвэр ариун зүрх сэтгэл олон гайхамшгийг бүтээдэг.	Франц
854	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай-тай хийсэн хэвлэл мэдээллийн ярилцлага: -Жеймс Бин, Сүнлэг сэхээрлийн радио -Боб Лебенсолд, Байгаль орчинд ээлтэй радио -Хатагтай Андрей Бонни, Ирландийн бие даасан сонин	Нью-Йорк, АНУ/ Ирланд
856	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай байгаль орчны талаар: Марсаас ирсэн энэрэнгүй илгээмж-Ариун байж, Дэлхийг авар	Лос-Анжелес, Калифорни, АНУ
858	Тэнгэрлэг дэлхий рүү тэмүүлэн дэлхийн амгаланг сэргээхүй	
859	Урт наслах тухай Даогийн түүх	Франц
860	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай-тай хийсэн Видеоконференц: Дэлхийн дулаарал — Уур амьсгалын өөрчлөлтийн ноцтой асуудлын талаарх SOS олон улсын конференц	Монгол
861	"Гариг дэлхийгээ аваръя" Монголын концерт	Монгол
862	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай болон Филиппиний ерөнхийлөгч асан Фидел Рамос-той хийсэн Видеоконференц — "Илүү амгалан, аюулгүй дэлхийн төлөө одоо хөдөлцгөөе!"	Формоса

863	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай-тай хийсэн Видеоконференц: SOS — Дэлхийг аваръя	Халапа, Мексико
864	Бурханд итгэхүй	Франц
866	Би үзэл бол хамгийн том дайсан	Франц
867	Гариг дэлхийгээ аваръя конференц 2009	Сөүл, Солонгос
868	Мэргэн Гэгээнтнүүд — Насрудин болон Руми-гийн шүлгүүд	Франц
870	Өндөр түвшний адислалын хүч	Сөүл, Солонгос
871	Өөрийгөө огоорон бясалга: Сила болон Диана Парамита	Франц
872	Өөрчлөлтийг хийцгээе — Байгаль орчноо хамгаалъя	Веракруз, Мексико
873	Веган гаригийн веган дэлхийн өдөр	Калифорния, АНУ
874	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай байгал орчны талаар: Аллага хэзээ ч зөв байдаггүй	Франц
875	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай байгал орчны талаар: Бид ямар ч үнээр хамаагүй гариг дэлхийгээ аврах ёстой.	Франц
876	Дэлхий дээр Диваажин бүтээе	Франц
877	- 919	
921	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай-тай хийсэн Мексикийн хэвлэл мэдээллийн ярилцлага: Телевиза ТВ болон Эйжинсе Франц-Пресс мэдээллийн агентлаг	Канкүн, Мексик
922	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай-тай хийсэн Уур амьсгалын өөрчлөлтийн хэвлэлийн бага хурал	Канкүн, Мексик
923	Цаг үргэлж өөрийгөө огоорч, нөхцөл болзолгүй бай	Канкүн, Мексик
924	Бурхан чанар ба Их Багшийн хүн төрөлхтөнд тусалдаг аргууд	Лос Анжелес, АНУ
925	Диваажингийн шувууд “Зүгээр л нисч байна”	

926	Хайрын бэлэг: Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайтай хамт энгийн ба тэжээллэг хоол хийсэн нь — Аз жаргалтай Зул сарын веган зоог	
927	Хайрын бэлэг: Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайтай хамт энгийн ба тэжээллэг хоол хийсэн нь — Цагаан сарын баярын галын дэргэдэх дахин учрал	
929	Хайрын бэлэг: Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайтай хамт энгийн ба тэжээллэг хоол хийсэн нь, анхилуун модны — гал дээр болгосон амттануд	Франц
942	Бид Диваажингийн зам мөрөөр амьдарвал бүх зүйл боломжтой	Франц
943	Сүнслэг Сэхээрлийн радиогийн Жэймс Биний Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайтай хийсэн ярилцлага	АНУ
944	Пирамид болон Тариан талбайн тойргийн нуцыг задлахуй	Лос Анжелес, АНУ
945	Амьдралаа энгийн болго: Сүнслэг бясалгалаа сайжруулцгаая	Канкүн, Мексик
946	Куан Инь Арга болон Агаараар хооллолтын ялгаа	Канкүн, Мексик
947	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай-тай Тэргэл Сарны баярыг тэмдэглэж буй нь	Франц
950	Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай-н номын нээлт: Эрин зууны хайр	Улаанбаатар, Монгол
954	Гариг дэлхийгээ аврахын тулд хүч чармайлтаа нэгтгэе	Канкүн, Мексик
957	Сүнслэг Адислалт Гарц ба Там Диваажин уруу орох үүд хаалга	Лос Анжелес, Калифорниа, АНУ
960	Там болон Доод ертөнцүүдийн Гарц, Зам, Дэд-Гарцуудын удирдагчдад үзүүлэх сөрөг нөлөө	Лос Анжелес, Калифорниа,
974	Удирдагч нарын шинэ Төв байранд ивээлтэй байрлал - Дэлхийд Энх тайвныг бэлэглэнэ	Лос Анжелес, Калифорниа

НОМ ХЭВЛЭЛ ОЛЖ АВАХ

Бүх хэвлэлийг хамгийн боломжит үнээр та бүхэнд санал болгож байна. Хэрвээ та ном хэвлэл захиалах юм уу, авахыг хүсвэл юун түрүүнд орон нутгийнхаа төв болон холбогч хүнээсээ үүнийг олж авч болох эсэхийг нягталж үзнэ үү. Жагсаалтад буй хэвлэлийг авахын тулд та орон нутгийнхаа төвөөс авч болох эсэхийг нягтлах юм уу дараах веб сайтаар орно уу.

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

Нэмж хэлэхэд, интернетийн сүлжээгээр цацагдаж буй "Мэдээ" сэтгүүлийн материалуудад саяхан шинээр гарсан жагсаалтад буй ном болон хуурцгаас багтаан оруулсан. Дияан хийж буй газрын үзэсгэлэн худалдаа нь Багшийн ном, хуурцаг, зураг, уран зураг, үнэт эдлэлийг жинхэнэ эх сурвалжаас нь авч болох хамгийн сайхан газар юм. Хэрвээ шаардлагатай бол та Формоса дахь (Post office box 9, Hsihu, Miaoli, Formosa, R.O.C.) төв байрнаас шууд захиалж болно. Нарийвчилсан каталогийг таны хүсэлтийн дагуу үзүүлэх боломжтой.

"Хүмүүс бид өөрсдийнхөө хэлээр элдэв үтгэ үчиргүй зүйлийн тухай байнга л ярьж байдаг. Үргэлж л юм бүхний тухай чалчиж байх албатай, бүхнийг харьцуулж, үнэлэмж өгч, таньж мэдэж, тэр бүхэнд нэр хаяг өгч байх ёстой болдог. Гэтэл Оройн Дээдийн тухайд, тэр нь үнэхээр жинхэнэ Оройн Дээд мөн л юм бол тэр тухай ярих ч боломжгүй юм. Түүний тухай хэлэлцэж чадахгүй. Түүний тухай бодож чадахгүй. Түүнийг төсөөлж чадахгүй. Юу ч байхгүй. Ойлгож байна уу?

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

"Монхийн Нандин Эрдэнээ эрж олоогүй, тэгмэц та түүний Ширгэшгүй Эх булгаар тэтгэгдэж чадна. Энэ бол Цаглашгүй Адислал! Үүнийг дүрслэн хэлэх үг над алга. Би гацхүү үүнийг магтан дуулж, таныг энэ магтаалд итгээсэй, миний эрч хүч таны сэтгэлд ямар нэгэн байдлаар нөлөөлж, баяр баясгаланд хүргэх тэр цагт та итгэж үнэмших болно хэмээн найднам. Миний хэлж буй үгийн утга учрыг та авшиг хүртсэнийхээ дараа үнэхээр мэдэх болно. Эзэн Бурханаас намайг адислаж, үнэ төлбөр, нөхцөл болзолгүйгээр түгээн дэлгэрүүлэх эрх олгосон энэ Агуу Адислалыг та бүхэнд ойлгуулж хэлэх арга надад алга даа."

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

"Бид хүмүүсийг харж, тэдний тухай бодож, тэдэнтэй ном, хоол ундаа хуваалцаж байхдаа эргэн тойрныхоо улсын үйлийн үрийн зарим хагасыг авч байдаг. Бид ингэж л хүмүүсийг адислаж, үйл үрийг нь багаслаж байдаг юм. Ийнхүү харанхуй мунхийг үлдэн хөвж, Гэрэл гэгээг түгээн дэлгэрүүлэхийн төлөө бид бясалгадаг юм. Үйлийн үрээ бидэнд өгч байгаа тэр хүмүүс Адислуулж байгаа хэрэг. Бид ч тэдэнд туслахдаа баяр жаргалтай байдаг юм."

~Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай~

Бидэнтэй хэрхэн холбогдох вэ

Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн Олон Улсын Нийгэмлэг
P.O. Box 9, Hsihu Miaoli 36899, Formosa, ROC
P.O. Box 730247, San Hose, CA 95173-0247, U.S.A.

*Доорх жагсаалт нь шашин шүтлэгийн эрх чөлөөг үндсэн хэмжээнд эсвэл ихээхэн хэмжээгээр хүндэтгэдэг улс орнуудын нэр юм. Хэрвээ таны оршин буй газар холбогч байхгүй бол манай удирдах төвтэй юмуу эсвэл тантай хамгийн ойр төвтэй холбоо бариарай. Дэлхийн дахин дахь бясалгагчдын маань мэдээлэл заримдаа өөрчлөгдөж магадгүй. Хамгийн сүүлийн үеийн мэдээллийг доорх хаягаас авна уу: http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/cp/index.htm (Англи хэл дээр)

☼ AFRICA

*** Benin:**

• Cotonou /Mr. Yedjenou Georges/ 229-96681228/ smchwisdom@gmail.com

• Cotonou / Mr. Yedjenou Sylvestre / 229-21380404 / yedsylves@gmail.com

• Cotonou / Mrs. Hounwanou Sessito Lucie / 229 93427641, 229 95910948 / smchcelestialhome@gmail.com

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

*** Burkina Faso:**

• Ouagadougou / Mr. Kaboré Bouawindemanegré Desiré / 226- 772 728 27, 226-76 16 90 45 / dkabore15@yahoo.fr

*** Cameroon:**

• Douala / Boyomo Jean Jules / 237 94310598 / jboyomo@yahoo.com

*** Dem.Rep. of the Congo:**

• Kinshasa / Center / 243- 852545472 / joyfulcongo@gmail.com

*** Ethiopia:**

• Addis Abeba / Mr. Gibreab Alemu / 251-91-102-5646 / gibreabalemu@yahoo.com

*** Gabon:**

• Libreville / Center / 241-06301779, 241-04572394 /

Guimbety01@yahoo.fr

*** Ghana:**

• *Accra / Mr. Abel Attoh / 233-302-332-367, 233-243347098 / schekles@yahoo.com*

*** Ivory Coast:**

• *Abidjan/Mr. Kobena Yao Dominique/225-014-544-24/ deressources@gmail.com*

*** Kenya:**

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

*** Mauritius:**

• *Port Louis / Center / 230-242-0462, 230-247-2683, 230-2577520 / smchmauritius@gmail.com*

*** Rep. of the Congo:**

• *Brazzaville Center / 243-053-609-618, 242-5694029, 242-5791640 / glorycongo@gmail.com*

*** R.S.Africa:**

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

• *Johannesburg / Mr. Gerhard Vosloo / 27-11-646 -5444, 27-11-44-765-44 / 27-82-570-4437/ ghvosloo@mweb.co.za*

*** Tanzania**

/ Center/ 255-774-344449 / centermail@icloud.com

*** Togo:**

• *Kpalime / Mr. DJOLA Fawi/ 228-91 32 94 46, 228-24425973 / fawidjo@yahoo.fr*

• *Lome / Mr. GAMADO Komlan / 228-92 40 06 57 / gamakomlano@gmail.com*

*** Uganda:**

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

☼ AMERICA

*** Argentina:**

• *Buenos Aires / Mrs. Silvia Graciela, Gennaro / 5411- 485-500-85, 5411-155- 415- 5852, 54-11-4924-1802 / Silvia.gennaro@gmail.com*

*** Brazil:**

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

• Goiania / Mr. Eusmar Rodrigues Martins / 55-62-96016636, 55-62-32916523 / goianiacenter@gmail.com

• Recife /Ms.Salma Casierra Alvarez / 55 81 3326 7479 / salmacasierra@gmail.com

• Pernambuco / Ms. Isabela de Carvalho Cavalcante da Silva / 55-81-3031-3034, 55-81-9612-7370 / isabela._.cavalcante@hotmail.com

• San Paulo / Liaison office / 55-11-5579-1180, 55-11-5083-7227 / sp@contatodiretocomdeus.org

*** Canada:**

• Edmonton / Mr. Tuan Anh Phan / 1-780-235-7578 / Edmonton99999@yahoo.ca

• London / Center / Mr. Bill Barton / 1-519-495-2215 / bbarto2162@rogers.com

• Montreal / Mr. Terry Terrian / 1-514-273-9921, 1-514-758-7762 / tterrian@yahoo.com

• Ottawa / Center / 1-613-407-4811 / ottawacentre@gmail.com

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

• Toronto / Ms. Wai Ling Anita Kwok/ 1-416-503-0515, 1-647-2005966 / anitawlkwok@gmail.com

• Vancouver / Center / 1-250-652-7020 / Vancouver.Center@gmail.com

• Vancouver / Ms. Ai / 1-604-780-3865/ nirvana.purelove@gmail.com

• Victoria / Mrs. Betska K-Burr/ 1-250 652-7020 / Bea@BeautifulEarth.org

*** Chile:**

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

• Santiago / Center / 562-263-85901 / chilecenter1@yahoo.com

• Santiago / Mr. Walter Antonio Burgos Barrientos / 56-965646483 / walter.burgos@gmail.com

*** Colombia:**

• Bogota Center / Mrs. Yudy Liceth Guzman Perdomo/ 57-1 735-8569, 57-3003932587 / contactodirectocondioscolombia@gmail.com

*** Costa Rica:**

• San Jose / Mr. Luis Alonso Alfaro Sibaja / 506-2268-1045, 506-8888-0837 / CostaRicaInfoPC@gmail.com

*** Ecuador:**

• Loja / Mr. Alan LEE / 593-997220387, 653-9722 0387 / alantblee@gmail.com

*** El Salvador**

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

*** Honduras:**

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

*** Mexico:**

• Mexico State / Ms. Laura Lopez Aviles / 52 55 50249316, 52 55 13974330/ texcenter@gmail.com

• Monterrey / Mr. Humberto Martinez / 52 81 1967 2660, 52-81-811-1691541 / mtycenter@gmail.com

*** Nicaragua:**

Managua / Center / 505-248-3651 / pastora7iglecia@yahoo.com

*** Panama:**

• Panama / Mr. César Sanjur / 507 391-6693, 507 6258 0431 / ravelsanjur@gmail.com

*** Paraguay:**

Ciudad del Este / Mr. & Mrs. Italo Acosta / 595-61-510417, 595-983614592 / Italoacostaa@hotmail.com

*** Peru:**

• Cusco / Mrs. Patricia Kross / 51-084-232-682 / khuyay.khuyay@yahoo.com

• Lima / Ms. Ceterni Guillen Llanos / 51-1-6328279, 51-01-988950111 / ceterni7@hotmail.com

• Puno/ Ms. Karla La Torre Choquehuanca / 51-51-368523, 51-51632468, 51-958374564 / karlaetc@hotmail.com

• Trujillo / Ms. Maria Andrea Paredes Lopez / 51-44224908 /

paloma_qyin@yahoo.com

*** Venezuela:**

Maracaibo / Ms. Dianela Carola Diaz Fereira / 58-414-0592606 / dianela33@yahoo.es

*** USA:**

§ Arizona / Mr. Elie Firzli / 1-602 919 9937, 1-602 692 5035 /pelikan@cox.net

§ Arkansas: Ms. Cynthia Hudson / 1-479-253-7202, -479-981-1858 / arkansascenter1es@cox.net

§ California:

• Fresno / Ms. Ching Wen You / 1-559-647-2652 / jeancwyou@gmail.com

• Los Angeles / center / 1-626-914-4127, 1-657- 667-0271, 1-657-900-6398, 1-626-664-1664, +1 951-399-0504 / lacenterusa@gmail.com

• Sacramento / Mr. Thi Thai Le / 1-916-234-0467, 1-916-799-7768 / thaivegi@yahoo.com

• Sacramento / Mr. Tuan Minh Le / 1-916-234-0467 / tuanins@yahoo.com

• San Diego / Mr. Dau Van Ngo / 1-858-573-2345 / sandiegocenterusa@gmail.com

• San Francisco / Ms. Karen Lam / 1-650-784-0889, 1- 415-564-5464 / SFshines@gmail.com

• San Jose / Ms.W. Patricia Chiang / 1-650-2003628 / us.sanjose.wisdom@gmail.com

• San Jose / Mr. David Allan Smugar / 1-415-205-7059 / sanfranciscovegan@gmail.com

• San Jose / Ms. Mai Thanh Phan / 1-408-603-5037 / smthanhmai@gmail.com

• Calexico / Mr. Marco Calderon / 1-760-960-0708 / macuarte@hotmail.com

§ Colorado: Mrs. Rachel Marzano / 1-720-370-9590, 1-720-988-3377, 1-720-229-0446 / coloradocenterusa@gmail.com

§ Florida:

• Cape Coral / Mr. Long Huynh /1-239-398-0639, 1-239-673-6384,1-239-210-5611 / cccflsaints@gmail.com

• Fort Lauderdale / Mr. Henry Lu / 1-212-385-9900 /

yihyohlu@gmail.com

• Orlando / Ms. Kim Anh Hang / 1-352-323-0658,
1-407-486-7852 / kimanh.hang@gmail.com

§ Georgia:/ Mrs. Bernal, Mariela/ 1-404-326-0632,
1-770-383-2143 / Kminantes12@gmail.com

§ Hawaii: Mr. Neil Trong Phan / 1-808-735-9180,
1-808-398-4693 / center.hawaii@gmail.com

§ Illinois: Ms. Ciel Lord / 1-773-351-5957, 1-847-966-1620 /
sm.illinois@gmail.com

§ Indiana:

• Fort Wayne / Center / 1-260-348-1254 /
indianacenter@yahoo.com

• Fort Wayne / Mr. George Le / 1-260-348-1254 /
goldenageFW@gmail.com

§ Kentucky:

• Frankfort / Center / 1-859-554-4249 /
kycenter2014@gmail.com

• Louisville / Mr. Lei Wang / 1-502-644-2804 /
lei@laonong.co

§ Maryland: Mr. Pete Theodoropoulos / 1-443-888-9356,
1-410-443-1358 / petetheo1111@hotmail.com

§ Massachusetts:

• Boston / Center / 1-508-755-1918, 1-401-651-4684 /
bostoncenter2013@yahoo.com

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

• Boston / Mrs. Thao Bich Le / 1-860-519-8054 /
tle2tp@gmail.com

• Boston / Ms. Li-Yu Chen / 1-781-228-1941/
leahchen3@yahoo.com

§ Michigan: Mr. Martin J. White / 1-734-834-9208 /
michigancenter@att.net

§ Minnesota: Mrs. Jade Tran / 1-763-276-9969,
1-952-583-2427 / godwife606@yahoo.com

§ Missouri: Ms. Mary Ella Steck / 1-573- 426-4886,
1-573-230-3836 / maryellasmtv@gmail.com

§ New Mexico: Mrs. Ashley Dao Nguyen / 1-505 312-6229 /
diepashleypa@aol.com

§ New Jersey:
• New Jersey / Mr. Sidney Sit / 1-973-433-6461, 1-318-537-4471 / Sidney.sit@gmail.com
§ New York: Mrs. Lisa Wang / 1-917-805-3888 / sumamanagement2@aol.com
§ North Carolina:
• Mr. Fred Lawing / 1-704-535-3789, 1-704-614-4397 / northcarolinacenter@hotmail.com
§ Ohio:
• Ohio / Mrs. Lynn McGee / 1-513-737-2069, 1-973-864-7633 / lynn.mcgee@yahoo.com
§ Oklahoma:
• Mrs. Tran, Thao / 1-918-928-6826, 1-918-292-8884 / thaotran27@gmail.com
§ Oregon:
Mrs. Xuan Cheng / 1-541-9054073, 1-503-7583201 / xuan.cheng2008@gmail.com
§ Pennsylvania:
• Philadelphia / Ms. Ling-Ling Hsu / 1-215-300-0853, 1-484-336-9043 / llhsu.pacp@gmail.com
• Pittsburgh / Mr. Trung Kieu / 1-412-294-7661, 1-408 786 4856 / pittsburgh108@gmail.com
§ South Carolina / Mr. Michael Stephen Blake / 1-407-474-3492 / smch_southcarolina@yahoo.com
§ Texas:
• Austin / Mr.Nam Tran / 1-512-216-2465, 1-512-363-6399 / namtranx@yahoo.com
• Dallas / Center / Mrs. Loching Huang (Ellie) / 1-972-968-9030,1-214-264-3348, 1-214-264-3348 / ellie_hu@yahoo.com
• Houston / Mr. Son Le / 1-832-875-3777, 1-832-955-3620 / sonbachle@gmail.com
• San Antonio / Mr. Adam Gomez / 1-210-530-8083, 1-210-313-5023 / adamdgomez@hotmail.com
§ Virginia
• Washington DC & Virginia Center / VaCenterUSA@gmail.com
§ Washington:

• *Seattle / Mr. Victor Huynh / 1-206 412-9645, 1-206 577-2363 / vichuynh99@yahoo.com*

§ *Wisconsin / Madison / Ms. Thu Lieu Thi Dang / 1-608-844-4480 / sm.wisconsin@yahoo.com*

☼ ASIA

*** Formosa:**

• *Taipei / Center / 886-2-2788-0866 / tpe.light@gmail.com*

• *Taoyuan / Center / 886-3-4630905 / tyc.peace@gmail.com*

• *Taoyuan / Mr. Liu Chung-Yu / 886-939-255125 / cyliu7000@gmail.com*

• *Miaoli / Mr. Lai, Guan Yuan / 886-923313253 / angle.flying@msa.hinet.net*

• *Kaohsiung / Mr. Wu, Kun Jan / 886-7-733 1441, 886-921-680197 / as8867093@gmail.com*

*** Hong Kong:**

• *Hong Kong / Liaison office / 852-2749 5534, 852-26378257 / yfyl.hongkong@gmail.com*

*** India**

/ Mumbai / Bipin Thosani / 91-25063033, 91- 9833086680 / bipinthosani@gmail.com

*** Indonesia:**

• *Bali / Center / 62-821-4648 2011 / smch_bali@yahoo.com*

• *Bali / Mr. I Nyoman Widyasa / 62-81558068909 / qomink2006@yahoo.com*

• *Jakarta / Center / 62-21-6319066 / smch.jkt@gmail.com*

• *Jakarta / Ms. Faye Yowargana / 62-815-9982537 / fayebright@gmail.com*

• *Malang / Mrs. Leny Laniwati / 62-341 997 3286, 62-341491964, 62-83833408736 / leny_alpine@yahoo.com*

• *Medan / Center / 62-61-77028861 / blessmedancenter@gmail.com*

• *Medan / Ms. Erika Wijaya Ng / 62-85664065425 / universalove333@gmail.com*

• *Surabaya / Mr. Harry Limanto / 62-31 3810166, 62-82 2345 55868 / kita237@gmail.com*

• *Yogyakarta / Mr. Tomitro / 41-223691550, 62-274.624560, 62-8122701642 / tomitrojusdarman@gmail.com*

*** Israel:**

• Tel Aviv / Ms. Orit Adari / 972-777 172 589,
972-50-2465008/ orita444@gmail.com

*** Japan:**

• Gunma / Ms. Ritsuko Takahashi / 81-5-1054-9567,
81-278-23-9529, 81-90-1605-6863 / rita@rainbow.plala.or.jp
• Tokyo / Mrs.Takahashi, Eiko / 81-3-3292-9555,
81-9071971478 / ecolabriller@gmail.com
• Tokyo / Mr. Shingo Leonard Nishikawa /
81-90-5316-8015 / tokyogreengoblin@gmail.com
• Osaka / Mr. Le Khac Duong / 81 729 204 123,
81 803 789 4078 / leduongjp@gmail.com

*** Jordan**

/ Mr. Jafar Marwan Irshaidat / 962 7 95119993 /
jafar.irshaidat@gmail.com

*** Korea:**

• Andong / Center /82-54-821-3043 / smandong@hanmail.net
• Andong / Ms. Kim Jin Hee / 82-10-4855-6855 /
kjh5606kr@yahoo.co.kr
• Busan / Center / 82-51-334-9204 /
chinghaibusan@gmail.com
• Busan / Mrs. Chang Hee KIM / 82-10-5150-9204
/ Kchee123@naver.com
• Daegu / Center / 82-53-743-4450 /
chinghaidaegu@hanmail.net
• Daegu / Mrs. Si-jung, Kim / 82-10-4043-0351 /
sjk616@hanmail.net
• Daejeon / Center / 82-54-531-1537, 82-42-625-4801 /
smdaejeon@gmail.com
• Daejeon / Mrs. Kim Joung Geun / 82-54-534-7448,
82-10-7478-7448 / pyotu57@gmail.com
• Gwang-Ju / Center / 82-62-525-7607 /
smgwangju@naver.com
• Gwang-Ju / Mr. Hong Soon / 82-10-3198-8212 / hongs8212@gmail.com
• Incheon / Center / 82-32-867-5351 / lightundinchon@yahoo.com
• Jeonju / Mr. Choi Beyong Sun / 82-63-274-7553,
82-11-9715-9394 / buda1996@hanmail.net

• Sang Ju / Center / 82-54-532-5821 / houmri21@yahoo.co.kr
• Seoul / Center / 82-2-5772158, 82-2-5772158 / worldvegan.seoul@gmail.com
• Seoul / Mr. Kang Jin Tae / 82-11-263-3563 / samwoncokr@daum.net
• Ulsan / Center / 82-52-224-4111 / chinghaiulsan11@hanmail.net
• Ulsan / Mrs. Lee Mal Soon / 82-52-265-4766, 82-10-5142-4766 / soon605@hotmail.com
• Wonju / Center / 82-33-763-9358 / smchwonju@naver.com
• Wonju / Mr. WON, Eumtai/ 82-11-622-2843 / wdolte@naver.com
• Youngdong / Center / 82-54-5325821 / smchyoungdong@gmail.com

*** Laos:**

Vientiane / Mr. Somboun Phetphommasouk / 856-20 0305227011, 856-20 59973919 / sobo52@yahoo.com

*** Macau:**

• Macau / Center / 853-28532231 / macpositive@yahoo.com.hk

*** Malaysia***:*

• Johor Bahru / Mr. Wang Ah Sang / 60-16-7220779 / wangahsang@yahoo.com
• Kuala Lumpur / Ms. Phua Mee Horng / 60-3-2145 3904, 60-12-2786098 / phmegan@gmail.com
• Penang / Center / 60-4-2285853 / happyyogipg@gmail.com
• Penang / Mr. Lin.Wah Soon / 60-11-16782021 / wslin99@gmail.com
• Perak / Mr. Cheng Huat Tan / 60-6-528-10807, 6016-5232237 / orgvegantan@hotmail.com

*** Mongolia:**

• Ulaanbaatar / Mr. Batmunkh Enkhbold / 976-95501177/ 976-11341896 / ulaanbaatarcenter@gmail.com
• Ulaanbaatar / Mr. Enkhbat, Dombon / 976-11-341896, 976-99722198 / smcenter4mongolia@gmail.com

*** Myanmar:**

• Yangon / Center / 95-1-667427 / saisanaik.006@gmail.com
• Yangon / Ms. Thin Thin Lwin / 95-42-24373 / 95-9-8550401 / thinthinlwin28@gmail.com

*** Nepal:**

Kathmandu / Mrs. Meera kumari Khanal /

977-9845253713 / meerakumari_khanal@yahoo.com

*** Philippines:**

• Manila / Ms. Rosean Villones / 63-921-432-4288 / roseanvi@yahoo.com

*** Singapore:**

• Singapore / Center / 65-6741-7001 / chinghai@singnet.com.sg

• Singapore / Mr. Chin Joo, Tay / 65-81826695 / t.chinjoo@gmail.com

*** Sri Lanka:**

• Colombo / Center / 94-11-2412115, 94-77-4059785 / lawrencef@cclk.lk

*** Syria**

/ Mr. Aiham Bader / 963-16-310-949, 963-949-200481 / smch.center.sy@gmail.com

*** Thailand:**

• Bangkok / Mrs. Tanya Chongvilaiwan / 66-2 682 0015, 66-897484907 / tanya_angspatt@yahoo.com

• Songkhla / Mrs. Suda Sangthongkoon / 66-84-969-7129 / sinnsuda@gmail.com

• Nakhon Ratchasima / Mrs. Ratchanan Jintana / 66-93-559-1166 / bkkcp-cr@gmail.com

• Chiang Mai / Mrs. Kantha, Kulitsara / 66-53-852832, 66-851554337 / larlar.kunta@gmail.com

*** Turkey:**

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

*** UAE:**

• Abu Dhabi / Center / centeruae.s2015@yahoo.com

☼ EUROPE

*** Austria:**

• Vienna / Mr. Kral Alfred / 43-681 813 161 04, 43-699 1000 5738 / viennaveganpeace@gmail.com

*** Belgium:**

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

*** Bulgaria:**

• Sofia / Ms. Dilyana Mileva / 359-895-937 420 /

mileva74@gmail.com

• *Plovdiv / Ms.Radostina Koleva / 359 0887773480/ radost_kol@yahoo.com*

• *Croatia / Ms. Dorotea @ic / 385-98-378165, 385-51-421664 / tebudd@gmail.com*

*** Czech:**

• *Prague / Center / 420-608-124-709, 420-261-263-031 / czech-center@spojenisbohem.cz*

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

• *Estonia / Ms. Astrid Murumagi / 358 5059 62315 / astrid_murumagi@yahoo.com*

*** Finland:**

• *Helsinki / Ms. Camilla Victoria Sonninen / 358-415293188, 358-942892679 / helsinkicenter@gmail.com*

*** France:**

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

• *Montpellier / Mr. Sylvestrone Thomas / 33-4-67650093 / worldvegan34@yahoo.fr*

• *Paris / Ms. Anna Horodynska / 33-43006282, 33-620076254 / journeyback@hotmail.com*

• *Guadeloupe / Ms. David Lorin / 590-590223214, 590-690549017 / sarvamaata@hotmail.fr*

*** Germany:**

• *Berlin / Mrs. Anja Hable / 49-30-21984943, 49-179-7976653 / berlin-center@gmx.de*

• *Duesseldorf / Mrs. Rost, Henrike / 49-211-46804818, 49-221-78963428, 49-179-9025423/ henrikerost@gmx.net*

• *Freiburg Breisgau / Mr. Alain Spindler / 33-3 69 34 14 56 / freiburg.center@sfr.fr*

• *Hamburg / Mr. Pa-Landing Bojang / 49-15224167997 / p.bojang@gmx.de*

• *Munich / Ms. Nguyen, Thi Thuy / 49-176-2222 3445, 49-89-23140265, 49-89-37966730 / ahimsa.tn@googlemail.com*

*** Greece:**

• *Athens / Mr. John Makris / 30-210 8660784 /*

johnmackris@yahoo.co.uk

*** Hungary:**

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

• Budapest / Ms. Edit Szóráth / 3630 855 12 38 / editszorath@gmail.com

*** Iceland**

/ Ms. Ngô Thị Khá / 354 - 8205778 / reykjavik.center.iceland@gmail.com

*** Ireland:**

• Dublin / Mr. Bernard Leech / 353-857 319 617, 353-1-486 5852 / dublinquanyin@yahoo.co.uk

*** Italy:**

• Pescara / Ms. Mariassunta Spensieri / 39 3338279018 / maryspens@gmail.com

• Bologna / Mrs. Nancy Dong Giacomozzi / QuanYinBologna@gmail.com

*** Norway:**

Oslo / Ms. LIN YANG / 47-21449273 / aileenlyoung@hotmail.com

*** Poland:**

• Warsaw / Ms. Joanna Likierska / 48 608 662 682 / quanyin.asia@gmail.com

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

• Bielsko - Biala / Ms. Marta Pajak / 48-600149958 / qy.marta@gmail.com

*** Portugal:**

• Lisbon / Mr. H. Silva / 351-933257757 / heqyss@hotmail.com

*** Romania:**

• Bucharest / Center / 358-443338893 / bucharestqy@yahoo.com

*** Russia:**

• Moscow / center / smchmoscow@yandex.ru

*** Slovakia:**

Zilina / Mr. Roman Sulovec / 421-903100216 / meditacia@spojeniesbohom.sk

*** Slovenia:**

• Celje / Mr. Damjan Kovacic / 386-40236433 / qy4ever@yahoo.com

• Ljubljana / Center / 386-1-518 25 42 /
quanyinslo@gmail.com
• Ljubljana / Mr. Benjamin Borisek / 386-70834649 /
forevershinelove@gmail.com
• Maribor / Mr. Igor Gaber / 386-41592120 /
igor.gaber@gmail.com

*** Spain:**

• Madrid / Mrs. Maria Jose Lobo Cardaba / 34 91 559 0217,
34 675389788 / mjose.lobo@yahoo.es
• Malaga / Center / 34-627212544, 34-627971657,
34-958205376 / suprememasterandalus@hotmail.com
• Valencia / Mrs. Wenqin Zhu / 34-963301778,
34-695953889 / valencialight@gmail.com
• Valencia / Mr. Jose Luis Orduna Huertas / 34-963744361,
34-653941617 / joselorduna@gmail.com

*** Sweden:**

• Stockholm / Ms. Elizabeth Dabrowska Hagman /
46-76-84 80 978 / elizabeth.dhagman@telia.com
• Uppsala / Ms. Youwei Wang / 46-737 896 019 /
peacejoy333@gmail.com

*** Switzerland:**

• Geneva / Mrs. Ursula Klein / 41 223 691 550 /
ursula_klein@bluewin.ch

*** The Netherlands:**

• Amsterdam / Mrs. Naima Ben Moussa /
31-626262240 / naima01@casema.nl

*** United Kingdom:**

§ England:

• London / Center / 44-208 8419 866, 44-77-3743 5869 /
londonukcentre@googlemail.com
• London / Mr. Andrzej Misiek / 48-535-180 990 /
a.misiek23@gmail.com
• Surrey / Ms. Leong Siew Yin / 44-127 362 5922,
44-134 284 528, 44-7760275088 / surrey.centre@yahoo.co.uk

☼ OCEANIA

*** Australia:**

• *Adelaide / Ms. Hoa Thi Nguyen / 61-8-7009-9820, 61-433161065 / gohomeasap@yahoo.com*

• *Brisbane / Ms. Renata Halpin / 61-7 3374 3339, 61-412 775 678 / renatahalpin@gmail.com*

• *Canberra / Mrs. Tieng thi Minh Tam / 61-2-6100-6213 / tam.tieng@gmail.com*

• *Melbourne / Center / melbsmch@aol.com*

• *Melbourne / Mr. Rob Nagtegaal / 61- 352 824 431, 61 407 965 448 / rbnagtegaal@gmail.com*

• *Melbourne / Mr. Nguyen / 61-422 113 775 / danhnguyen2475@yahoo.com.au*

• *Melbourne / Ms. Wei Feng / 61-414 839 533 / wfwisdom@gmail.com*

• *Mid North Coast / Mr. Eino Laidsaar / 61-2 6550 4455 / goldenagecenter@gmail.com*

• *Marulan / Ms. Julie Pharr / 614-2989-1282, 61-2 4841 1325 / Julie.p.dixon@gmail.com*

• *Northern Rivers/ Byron Bay / Mark Kingsley Swanson Thornquest / 61-266740374 / mthornquest@hotmail.com*

• *Perth / Mr. Michael Page / 61-0499995922, 61-0894459027 / sunblessing905@gmail.com*

• *Sydney / Center / happysydneycentre@gmail.com*

• *Sydney / Mr. Thanh An Ly / 61-2-9823 8223, 61-433 557 389 / thanh.an.ly88@gmail.com*

*** New Zealand:**

• *Auckland / Mr. Garret Jaxen / 64-9-814-9536, 64-212551952 / nzcontactperson@gmail.com*

• *Christchurch / Mr. Terry Prince / 64-3-357-8387 / princenz@gmail.com*

• *Nelson / Ms. Sharlene Leach / 64-3-5391313 / shale@ihug.co.nz*

ГУАНЬ ИНЬ ВЕБ САЙТУУД

Бурхантай шууд холбогдох - Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хайн Олон Улсын Нийгэмлэгийн интернет дэх хаяг нь:

http://www.godsdirectcontact.org.tw/eng/links/links.htm

Энэхүү хаягаар дэлхийн бусад хэл дээрх Гуань Инь веб хаягуудыг олж авахаас гадна 24 цагийн телевизийн нэвтрүүлгийг үзэх боломжтой. Мөн Их Багш Чин Хайн мэдээ сэтгүүлийг татаж авах, цахим хэлбэрээр хувилах болон татаж авч уншиж болно. Орон орны хэл дээрх "Агшин зуур билэг нээгдэх түлхүүр" үлгэр дэвтрийг мөн татаж авч болно.

Энэ номын үг өгүүлбэр, утга агуулгад Их Багшийн Хайр Адислал, Энэрэл Нигүүлсэл шингэсэн юм. Зохиогчийн бүх эрх хамгаалагдсан. Багшийн болон хэвлэн нийтлэгчийн урьдчилсан зөвшөөрөлгүйгээр энэ номын аль ч хэсгийг ямар нэгэн санаа, хэлбэрээр дахин хэвлэж болохгүй, энэ нь зохиогчийн эрх зөрчигчийг муу үйлийн үр тарихаас хамгаалж буй явдал юм.

Хэрвээ таны ойр хавьд манай байгууллагыг төлөөлөх хүн байхгүй бол Та хамгийн ойр буй хот юмуу улсын төлөөлөгчид хандана уу.

Улаанбаатар хот	Оффис	11341896
	smcenter4mongolia@gmail.com	99722198
	ulaanbaatarcenter@gmail.com	95501177
Баганууур	yura_baganuur@yahoo.com	88550148
Архангай	arkhangaicenter@yahoo.com	99339149
Баянхонгор	duya_0112@yahoo.com	86681130
Говь-Алтай	govialtaicenter@yahoo.com	88122111
Дархан	darhan_center@yahoo.com	99082103

Шарынгол	ganbold7595@yahoo.com	88181415
Дорноговь	hestia1008@gmail.com	96061174
Дорнод	dornod.center@gmail.com	88998653
Дундговь	dundgovicenter@yahoo.com	99992038
Завхан	zavkhancenter@yahoo.com	98661541
Орхон	altantuya_512@yahoo.com	99890127
Өвөрхангай	arvaikheer_center@yahoo.com	86967199
	kharkhorin_mongolia@yahoo.com	99971155
Өмнөговь	umnugovi_center@yahoo.com	88812988
Сэлэнгэ	sar_sel@yahoo.com	99169051
Хөтөл	khutul.center@gmail.com	86114519
Зүүнхараа	zuunkharaa.center@yahoo.com	99391505
Увс	puntsaguyenchimeg@yahoo.com	93151495
Ховд	khovdcenter@yahoo.com	99081462
Хөвсгөл	huvsgul_center@yahoo.com	99387608
Төв	batchimeg5@yahoo.com	99827515

СУПРИМ МАСТЕР ТЕЛЕВИЗ
www.SupremeMasterTV.com
И-мэйл: Info@SupremeMasterTV.com
Утас:1-626-444-4385 /Факс: 1-626-444-4386
Дэлхий дахинд цацагдах хиймэл дагуулын тухай үндсэн мэдээлэл болон сувгуудын мэдээллийг:
http://supremememastertv.com/satellite- хаягаас лавлаарай.

ТӨГС ГЭГЭЭРСЭН ИХ БАГШ ЧИН ХАЙН ОЛОН УЛСЫН НИЙГЭМЛЭГийн Хэвлэлийн ХК. Тайпэй, Формоса.
и-мэйл: smchbooks@Godsdirectcontact.org
Утас: 886-2-87873935 /Факс: 886-2-87870873
http://www.smchbooks.com

ХЭВЛЭЛИЙН ГРУПП:
и-мэйл: divine@Godsdirectcontact.org
Факс: 1-240-352-5613 OR 886-943-802-829
(Та Их Багшийн номыг бусад хэл дээр орчуулах ажилд хамтарч болно.)

МЭДЭЭНИЙ ГРУПП:
и-мэйл: Lovenews@Godsdirectcontact.org

АСУУЛТ ХАРИУЛТЫН БАГ:
и-мэйл: lovewish@Godsdirectcontact.org Факс: 886-946-730699

ОНЛАЙН ТЭНГЭРИЙН ХУВЦАСНЫ ДЭЛГҮҮР
Тэнгэрийн дэлгүүр:http://www.theCelestialShop.com
(Англи хэлээр)
Eden Rules: http://www.edenrules.com(Хятад хэлээр)

*S.M. CELESTIAL CO., LTD:
и-мэйл: smcj@mail.sm-cj.com
Утас: 886-2-87910860/Факс: 886-2-87911216
http://www.sm-cj.com

"LOVING HUT" ОЛОН УЛСЫН ЦАГААН ХООЛНЫ СҮЛЖЭЭ
Утас: (886) 2-2239-4556/ Факс: (886) 2-2239-5210
И-мэйл: info@lovinghut.com
http://www.lovinghut.com/tw/

Монгол хэлний 7 дахь хэвлэл: 2016 оны 3-р сар

Зохиогч: The Supreme Master Ching Hai
Postal Box 9, Hsihu, Miaoli Hsien,
Formosa, Pepublic of China

Хэвлэлийн газар: The Supreme Master Ching Hai International Association Publishing Co.,Ltd. (R.O.C. Засгийн газрын хэвлэл мэдээллийн албанд 5390 дугаараар бүртгэгдсэн)

Хаяг: No. 236 Soungshan Road, Taipei, Formosa, Republic of China

Утас: 886-2-87873935 / Факс: 886-2-87870873

И-мэйл: smchbooks@Godsdirectcontact.org

Зохиогчийн эрх: Зохиогчийн бүх эрхийг
Төгс Гэгээрсэн Их Багш Чин Хай эдэлнэ.
2013 он.

Зохиолч болон хэвлэлийн газраас урьдчилан зөвшөөрөл авбал та энэхүү номноос иш татан хэвлэж болно.