

Ale kvôli zábave
z vytvárania mnohých vecí,
sme boli oddelení,
ako je to práve teraz.
Aj to je fajn, nie?
Nemyslíte si to?
Predpokladajme, že my
všetci sme už jedno,
ja a vy sme jeden,
iba jedna tvár
v celej tejto miestnosti tu,
iba jedno takéto veľké telo.
Nebolo by to hrozné?
Žiadna zábava.
Všade je moja hlava,
všade je moje rameno,
všade je moja noha,
nič iné tu nevidím.
Žiaden muž, žiadna žena,
nič,
žiadne žmurkajúce oko.
Potom nie je čo robiť?
Takže by sme mali byť
skutočne vďační za Stvorenie
také aké je, aby sme sa mohli
tešiť spoločne a aby sme
mali niečo vyššie,
po čom môžeme túžiť,
v čo môžeme dúfať
a o čo sa môžeme usilovať?
Ináč tu budem sedieť,
ja som Boh, ja som Budha,
a to je všetko.
Nič nechcem,
nič si neželám,
nikoho nevidím,
pre nikoho nič neurobím,
nikto ma nemiluje,
ja nemilujem nikoho,
pretože ja som ja, ja a vy,
vy ste ja, ja som vy.
A to je všetko,
žiadna zábava. Takže
Stvorenie je v poriadku.
Je to len tak,
že ak príliš trpíme
kvôli našim nesprávnym
predchádzajúcim voľbám,
tak sa musíme teraz zmeniť?
Päť prikázaní

alebo desať prikázaní
musíte dodržiavať,
pretože to je vaša spása.
Nemyslíte si,
že telo nie je dôležité.
Telo je dôležité.
Bez tela
nemôže existovať myseľ.
A bez mysle
ani duša nebude mať
žiadnu skúsenosť
v tomto svete.
Myseľ
a sivá hmota, mozog,
sú odlišné.
Myseľ je neviditeľná.
Mozog je
materiálny nástroj,
ktorý myseľ používa,
aby sa dotkla a spoznala
veci okolo seba.
Takže si neplet'te
myseľ s mozgom.
Myseľ je tiež
veľmi, veľmi silná.
Takže sa musíte
živiť adekvátne,
telesne, aby bolo
vaše telo silné
a dlho vydržalo, aby ste
mohli lepšie praktikovať
a mohli svetu prospievať
dlhšie. Nebuďte
neúctiví k svojmu telu.
Venujte mu dostatok
starostlivosti, náležitej
hygieny a chráňte ho
pred počasím, hladom,
nehodami a chorobami.
Takže musíte vždy
rozmyšľať pozitívne a silne.
Vždy, keď ste chorí,
keď vám je zle,
či už sami chcete byť chorí
alebo svojou vôľou
dovoliť niekomu inému,
aby vás ovplyvnil.
Potom len viac meditujte.
Užite náležité lieky
a uzdravte sa.

Nemyslíte si,
že päť prikázaní je od
nejakého striktného Budhu
alebo strnulej Bodhisattvy,
čo sa pokúša ovládnuť váš
život. Nie, nie, nie, nie, nie!
Telo nie je stvorené
pre alkohol, cigarety, drogy
a všetky druhy
príliš silnej stimulácie.
To je spôsob, akým si
skracujeme svoje životy
a akým si aj naši predkovia,
naši rodičia skrátili
svoje životy a odovzdali
nám toto poznanie
skrátenej doby života.
Ináč by sme žili dlhšie.
Počuli ste, že
Jákob a ktokoľvek v Biblii
žil dlhé,
dlhé, dlhé, dlhé roky.
Mali okolo 800 detí,
niečo také,
spomínate si?
A tiež v mnohých
čínskych legendách
žili až do 800 rokov
alebo mnoho tisíc rokov.
Ešte stále existujú ľudia,
ktorí žijú tak dlho.
Vlastne by sme mohli žiť
veľmi dlho, dlhšie než
je tento druh života
okolo 100 rokov.
To je príliš krátko!
Preto sa niekedy čudujeme,
prečo je život taký krátky
a čo môžeme urobiť
po dobu týchto 100 rokov.
Nebolo zamýšľané,
aby sme žili 100 rokov.
Pôvodne sme mali žiť
dlho, dlho, dlho, dlho,
dlhšie než toto.
Ale kvôli nevedomosti,
nestriednosti, neviazanosti
vo všetkých druhoch jedov,
naše gény
po predkoch sa neustále

zmenšovali, zmenšovali
a zanechali nám
takéto slabé telo.
A potom, keď prideme sem,
sme tiež ovplyvnení
spoločnosťou: „Dobre,
daj si pohár alkoholu
alebo whisky. Je to skvelé!“
Je to spoločenské, „vysoké“
(vysoká spoločnosť).
V skutočnosti to pre nás
nie je vôbec dobré.
Čokoľvek, čo obsahuje
alkohol, je hrozné pre naše
telo. Skracuje nám to život.
Otupuje to myseľ.
Mätie to náš zrak.
Preto, viete, ak máte
rizikóvu chorobu
alebo operáciu,
lekár vám vždy radí
„nepite alkohol
dva týždne po operácii“
alebo „Nefajčite!“
alebo robte toto či tamto.
Prečo potom?
Ak teda po chorobe
alebo pred chorobou
alebo počas choroby,
by sme nemali piť alkohol,
ani užívať drogy,
potom prečo by sme to
mali robiť bežne?
Je to vždy škodlivé.
Je to veľmi škodlivé!
Ak teda chcete žiť
zdravší život,
ak chcete žiť dlhšie,
starajte sa o seba,
o svoju rodinu
a vyhýbajte sa
všetkým týmto toxínom.
Nie je to nejaké strnulé
pravidlo, je to prirodzený
spôsob, ako žiť naše životy,
aby sme boli zdravší
a čistejší v mysli,
nie neustále omámení,
nie omámení.
Slabí, ťarbaví,

a potom sa nikdy nestaráme.
V skutočnosti, naše životy
by mali byť radostné,
aktívne, zmysluplné.
Môžeme sa naučiť množstvo
vecí vo svojom čase,
učiť sa len pre radosť,
len kvôli učeníu samotnému.
Môžete sa začať učiť
hrať na klavíri, gitare,
čokoľvek, čo chcete robiť.
Učiť sa tancovať,
len kvôli cvičeniu,
alebo sa učiť golf, futbal,
baseball, tenis,
čokoľvek, čo chcete.
Vždy ešte môžete začať,
pretože vaše telo
bude poslúchať váš príkaz
a bunky začnú vytvárať
mladšie, mladšie bunky,
pretože vy chcete žiť.
Takže telo hovorí:
„Ach, ty chceš žiť? Fajn!
Urobíme to. Prečo nie?“
Bunky len počávajú
príkazy mysle.
Takže sa uistite, že vaša
myseľ je zdravá, čulá,
aktívna, a že vy chcete žiť.
Potom budete žiť dlhšie.
To je jediné tajomstvo
dlhovekosti.
Tiež môžete užiť
nejaké vitamíny,
ak v to veríte.
Pretože viera je tiež liekom.
Ak veríte, že vitamíny
sú pre vás dobré, potom
samozrejme vaša viera je
vložená do vitamínov
a keď ich užijete,
budú pre vás dobré.
Samozrejme vitamíny
môžu pomôcť doplniť
niektorý z chýbajúcich
prvkov, pretože niekedy
nemáme dostatok výživy
alebo prijímame príliš veľa
z jedného druhu

ale nie ostatné.
Ale vlastne,
ak sme aktívni,
sme silní
a naša myseľ je zdravá,
ona dokáže premeniť
akúkoľvek stravu na zdravú
stravu a učiniť nás zdravými.
Ale držte sa preč od jedu,
alkoholu, cigariet a drog.
Drogami myslím tie, ako je
heroín, marihuana,
a podobné veci.
Tie sú pre vás jedovaté.
A tieto jedy sú drahé!
Ste hlúpi!
Platíte toľko peňazí za jedy.
Whisky nie je lacná.
Žiaden alkohol
nie je lacný.
Pite ovocný džús.
Pite vodu,
minerálnu vodu
alebo vodu z vodovodu,
ak je dosť čistá,
ak je pitná.
To je pre vás dobré.
Jedzte zdravé jedlo,
ovocie, zeleninu, tofu,
rastlinný proteín.
Všetky tieto veci sú veľmi
dobré a predĺžia vám život.
Jedzte orechy, dobre?
Orechy sú pre nás dobré.
A tiež, všetky druhy
tukov, všetky druhy
vecí sú pre vás dobré.
Olivový olej, olivy,
všetko prírodné je
pre vás dobré, takže
neupierajte svojmu telu
výživu, ktorú potrebuje,
ale neprejedajte sa,
pretože to tiež spôsobí,
že sa budete cítiť veľmi zle
a ospalo.
Aj keď ovocie je dobré,
jedzte ho toľko,
koľko vaše telo potrebuje.
Ak je toho príliš, telo ho tiež

nemôže stráviť a mnoho
z neho vyjde nazmar.
Všetky prikázania
a všetky veci,
ktoré som vám vŕstepovala,
sú pre vás dobré.
Len žite podľa nich
a váš život bude dlhší,
vaše zdravie bude silné
a vaša ekonomika
bude lepšia než predtým.
Ušetríte mnoho peňazí
za lekárske účty,
za lekárov a za utrpenie.
Nielen že ušetríte peniaze,
ušetríte si utrpenie!
Nemusíte toľko chodiť
do nemocnice.
Ak je to možné,
jedzte len doma,
varte si pre seba,
varte svojmu manželovi
a deťom.
Z času na čas, sa
samozrejme chcete zabaviť,
choďte sa najesť von,
to je v poriadku,
ale predtým sa veľ modlite
a vyčistite to Svetlom
a akoukoľvek silou, ktorú
môžete dostať odvšadiaľ,
z desiatich smerov,
zjedzte to a verte,
že je to vyčistené a zdravé.
Dokážete urobiť čokoľvek,
čo chcete!
Ste Budha,
nikdy na to nezabudnite!
Aj keď tomu nedokážete
uveriť, nezabudnite na to,
nezabudnite, čo som vám
povedala, pretože to, čo som
vám povedala, je pravda.
Neverte o sebe ničomu menej
než tomuto.
Majte sebadôveru.
Nie hrdosť ale sebadôveru,
pretože vy ste to,
čo teraz hľadáte.
Nie je nič iné,

len to, čo je vo vás,
to, čo hľadáte.
Ten, kto hľadá
a ten, kto je hľadaný,
je ten istý.
Myslíte si,
že kto hľadá koho?
Kto je ten, čo vám hovorí,
aby ste hľadali
tú osobu,
tú Bytosť?
Ste to vy, vy sami!
Iba Boh môže spoznať Boha,
iba Budha môže cítiť túžbu
po Budha Podstate,
túžbu po vašom Domove.
Ak váš domov
nie je v paláci,
ak nie ste princom v paláci,
nikdy vám ten palác
nebude chýbať,
nikdy nebudete túžiť
vrátiť sa späť do paláca.
Takže ak teraz
vo svojom srdci cítite,
že túžite vrátiť sa späť
do Kráľovstva Božieho
alebo k uvedomeniu Boha,
je to preto, že vy ste Boh,
boli ste Boh
a teraz ste zabudli
alebo niečo iné spôsobil,
že ste sa oddelili.
Preto po tom túžite.
Takže sa nebojte,
že nie sme spolu,
pretože vždy sme
a vždy budeme.