

Táto relácia pojednáva o možnostiach breathariánstva, teda života bez jedenia jedla, no nie je to kompletný návod. V záujme vašej bezpečnosti, nepokúšajte sa prosím prestať jesť bez náležitého odborného vedenia.

Dnešnú reláciu

Medzi Majstrom a žiakmi –

„Majster Liao Fong-Sheng:

Čchi-kung breatharián“ –

vysielame

v čínštine

s titulkami v arabčine,

aulačtine (vietnamčine),

bulharčine, čínštine,

česko-slovensky, angličtine,

francúzštine, nemčine,

hindčine, maďarčine,

indonézštine, taliančine,

japončine, kórejščine,

malajčine, mongolčine,

perzštine, poľštine,

portugalčine, pandžábštine,

ruštine, španielčine

a thajčine.

V písmech je lidské tělo

často uváděno jako

chrám Boží.

Ano, je to docela

neobvyklé privilegium

pro jakoukoli duši, dosáhnout

tohoto posvátného příbytku,

těchto Božských domů,

je to opravdu požehnání

být znovuzrozen

jako lidská bytost.

Při několika

příležitostech Nejvyšší

Mistryně Ching Hai

mluvila o vzácnosti

tohoto jevu.

Být reinkarnován

do lidského světa je těžké.

Musíte mít dost

lidských kvalit.

Musíte mít

spříznění s rodiči

a se společností,

s lidmi okolo, se kterými jste se narodili.

Velmi obtížné.

Potřebujete nějaké zásluhy,

abyste byli lidskou bytostí.

Museli jste udělat

v minulosti něco dobrého,

abyste se mohli

narodit jako člověk.

Jako živý chrám Boží

je lidské tělo

plně vybaveno

podivuhodnými zázraky,

kteří mohou být probuzeny

u těch, kteří jsou

duchovně uvědoměli

a mají úplnou víru

ve Stvořiteli všeho života.

Inedia, latinský výraz

pro “hladovění”

je lidská schopnost

žití bez jídla.

Od nepaměti vždycky

existovali jednotlivci,

kteří dokázali

přezívat z prány,

nebo z životadárné

životní síly.

Díky požehnání

Prozřetelnosti, inediaté, lidé,

kteří provozují životní

styl bez jídla,

mohou čerpat

na svou výživu

energii z přírody:

Žijú z čchi,

zo zeme alebo z lesa,

zo slnka a vzduchu.

Využívajú toto všetko.

Alebo žijú z lásky.

Len z viery.

Tito jednotlivci jsou známí

jako breathariáni,

solariáni, wateriáni

nebo pranariáni

a pocházejí ze všech

oblastí života, z různých

kultur a všech koutů světa.

Vskutku možnosti

a zázraky v tomto životě,

kteří nám náš laskavý

Stvořitel určil,

jsou nekonečné,

jen se potřebujeme

uvnitř spojit, abychom

poznali přetékající

velikost jako Boží děti.

Nejvyšší Mistryně Ching Hai

nám láskyplně doporučila

týdenní seriály na

Supreme Master Television,

aby nám představily

tyto jednotlivce

z minulosti a současnosti,

kteří si vybrali na Zemi

žít bez jídla.

Možná vás budou jejich

duchovní příběhy fascinovat,

možná se vaše srdce otevrou

a rozšíří se vám obzory.

Pozýváme vás teraz

sledovat s nami program

„Majster Liao Fong-Sheng:

Čchi-kung breatharián“

v relácii

Medzi Majstrom a žiakmi.

Breathariánství je duchovní

praktikování, které

bylo velmi dobře známo

v Číně po tisíciletí.

Taoistická kniha

„Kniha měsíční nabídky

potravy“ uvádí že:

„Ti, kteří jedí vítr,

budou duchovní

a získají dlouhověkost,

ti, kteří jedí obilniny, budou

různým způsobem moudří,

ale prací si vyčerpají mysl,

ti, kteří jedí trávu,

budou hloupí a pošetilí,

ti, kteří jedí maso

budou mít mnoho zlosti,

ti, kteří jedí vzduch,

dosáhnou duchovní úroveň

věčnosti a získají Tao.“

Abychom se dozvěděli více

o praktikování

čchi-kungu a breathariánství,

zpravodaj
Supreme Master Television
na Formose (Taiwanu)
se dotazoval Mistra
Liao Fong-Sheng, který
praktikuje čchi-kung
a od loňského roku
přешel na breathariánství.
Jaké různé fáze,
kterými potřebuje člověk
projít, aby se stal
breathariánem?
Minulý týden jsme se
dozvěděli od Mistra Liao,
že první fáze
se nazývá detoxikace.
Během tohoto stadia
je naše tělo čištěno od všech
toxinů, které jsou
nahromaděny během našeho
života až do tohoto bodu.
Během této fáze také
začínáme ztrácet chuť k jídlu
a nebudeme schopni
cokoli jíst, dokonce
ani když jsme v pokušení
to udělat.
Čeho bychom si měli být
vědomi a jak bychom měli
překonat každý problém,
který se nám namane,
jakmile jsme prošli
procesem, jak se stát
nezávislým na jídle?
Můžete mít průjem,
je to jedna z forem
detoxikace.
Během této doby byste měli
pít víc vody a musíte
to dělat přiměřeně.
Pít více vody,
to neznamena
pít neustále.
Jenom pijte dost vody.
Protože člověk je
po průjmu dehydrován
– to není dobré –
takže během inedia musíme
pít podle potřeby.
Jak už jsem říkal předtím:

„Cesta bez cesty;“
používejte to moudře.
Musíte to tedy dělat
přiměřeně.
Během detoxikace
se můžeme cítit unaveni
– nemyslete si,
že jste nemocní.
To je normální reakce.
Kvůli detoxikaci a obnově,
se samozřejmě
budete cítit unaveni a slabí.
Když budete během inedia
čelit nějaké speciální situaci,
můžete to přechodně zastavit.
Když si vaše rodina bude
myslet, že jste nemocen,
měli byste jim vysvětlit,
že to není anorexie.
Inedia je metoda, která
rozvíjí potenciál člověka.
Musíte to jednoznačně
vysvětlit vaší rodině.
Aby nebyli zmatení.
Jakmile jsme prošli první
etapou, která trvala
asi 3 – 7 dnů,
naše tělo začíná
podstupovat čištění.
V této čistící fázi
se naše tělo zbavuje
všeho, co je nadbytečné
nebo nepotřebné,
jako třeba přebytečný tuk.
Další fází je seřízení.
Během období seřízení
vyladíme vše,
co je nezbytné.
Když budete v tomto stadiu,
budete mít pocit, že vaše tělo
je lehčí. Proč?
Protože jste právě
vyklidili vaše zásoby
a spálili všechny přebytečné
tuky, tudíž
se budete cítit lehčeji.
Dokud budete ve vyrovnávací
době, můžete cítit,
jak se vám napíná volná kůže
jak se vám napíná volná kůže

po spalování tuků.
V tomto vyrovnávacím
období bude kůže pružnější.
To znamená, že
vám pomalu zmizí vrásky.
Během tohoto
stadia vám možná
také zmizí některé
vaše charakteristické vrásky.
Začátkem vyrovnávacího
období pokračuje vaše tělo
ve fyzickém prokazování
výhod nezávislosti na jídle.
Po tomto vyrovnávacím
období, na 15. den,
se další stadium nazývá
zotavovací období.
Potom, co byl „sklad“
připraven a vyladěn,
ho nyní začneme používat.
Tohle je začátek skutečného
inedia. Protože jsme
zrekonstruovali
naši základnu a nyní ji
začnete používat.
V tomto bodě nezáleží
na tom, jestli
praktikujete čchi-kung,
nebo jiný druh
duchovního praktikování,
budete mít dvojnásobné
výsledky s polovičním
úsilím. Jinými slovy,
můžete získat velký výsledek
jenom s malým úsilím.
A vaše fyzická kondice
je ve svém nejlepším stavu.
Pokud máte hodně
zdravotních problémů,
v očištném období
budou odstraněny.
Během zotavovacího období
budou vyladěny a opraveny
takové ty dlouhé
vleklé nemoci,
tudíž se vám zlepší
váš fyzický stav,
budete se cítit
energičtí, silnější
a budete potřebovat méně

spánku. Vložili jste trochu úsilí, ale máte dobré výsledky. Podobně jako jiné osobnosti nezávislé na jídle – jako Jericho Sunfire, Phan Tân Lôc, nebo Akahi – když procházíme procesem inedia, touhu a chuť po jídle změňme z masa na rostlinnou stravu a nakonec můžeme žít z kosmické energie nebo prány. V tomto bodě podle Mistra Liao naše tělo odmítne a nebude vyžadovat žádnou formu fyzikální potravy. Obecně to můžeme rozdělit do třech kategorií. V první kategorii člověk snižuje spotřebu jídla – jí velmi málo. Pořád jedí a pije, ale přestanou jíst maso a obilniny. A také množství přijatého jídla je velmi malé. bude stačit nějaká zelenina a ovoce. Jedním příkladem je minulý Mistr Guang Qin, který jedl jenom ovoce. V druhé kategorii člověk přestane jíst, ale pije vodu. Třetí kategorie je brethariánství. Člověk přestává jíst úplně. Poslední fáze je nejlepší. V žádné z těchto kategorií nebudete cítit hlad. A vaše mysl je bystrá a vaše fyzická kondice je dobrá. Nemusíte moc spát a vaše fyzická kondice je ve své nejlepší formě.

Samozřejmě budete dobře vypadat, budete silní a zdraví a pak jako výsledek bude prodloužení života. Během inedia se vám zlepší mnoho zdravotních příznaků, jako diabetes, obezita a vysoký krevní tlak. Jako u mě, měl jsem předtím dnu. Když jsem jedl buráky, dokonce třeba jen jeden burák, trpěl jsem celou noc. Během mého druhého pokusu o inedia jsem byl ze dny zcela vyléčen. Tím, že nejíme potraviny se odnaučujeme naši materiální závislosti na tomto světě. Pouze s kosmickou energií pro výživu našeho těla můžeme zaměřit více naši pozornost na božskou univerzální energii. Tímto způsobem může inedia také ovlivnit naše duchovní praktikování. Inedia je velmi užitečná. Inedia může pomoci pozvednout naše tělo, mysl a ducha. Proto inedia pomohla mnoha duchovním praktikujícím dosáhnout osvícení. Například křesťané se postí a modlí se, aby jim to pomohlo postoupit v duchovnu a vnímat Božské vedení. Pojd'me se podívat na naše minulé mudrce. V buddhismu to byl Shakyamuni Buddha, který také procházel obdobím inedia. V křesťanství Ježíš Kristus měl také zkušenost s obdobím

bez jídla. Hippocrates, praotec lékařství ze starověkého Řecka, byl dobrý v terapii jídlem a radil svým pacientům léčit své nemoci půstem. Socrates také využil inedia na očistění a pozdvižení své duše. Proto je to velmi dobrá metoda, kterou každému doporučuji. Ale musíte jasně pochopit celý proces. Nepokoušejte se být nezávislým na jídle bez tohoto pochopení. To by vám podlomilo zdraví. Pro ty, kteří by se chtěli stát nezávislými na jídle, třeba jen na krátkou dobu, laskavě poskytl Mistr Liao některé velmi užitečné tipy a vedení. Ve skutečnosti pro ty, kteří nechtějí inedit praktikovat dlouhodobě, odporoučí bezmasou rostlinnou stravu. Výukový proces pro inedia vyžaduje jisté poznání. Je potřeba zdůraznit jednu věc, a to že i když se nechcete učit inedit, měli byste se pokusit jíst méně, protože to bude dobré pro vaše zdraví. Možná nechcete praktikovat inedit ale měli byste snížit svou spotřebu potravin, protože když jíte příliš mnoho, nahromadí se vám příliš mnoho jídla ve vašem žaludku a budete potřebovat strávit všechnu tuto potravu, která bude spotřebovávat hodně kyslíku. Proto když se najíte

příliš do plna,
chce se vám spát.
Existuje rčení, že
„přejídání se zapříčiňuje
strádání naší duše.“
Vlastně mnohá
odporučená radí jíst
„jenom do 80% sytosti“.
Dovolte svému trávicímu
systému být po více než
10 hodin prázdným,
aby se během tohoto času
zbavil nahromaděného plynu.
Nejlepší cestou
je být vegetarián,
vyhnout se konzumaci masa.
Protože vegetariánství
napomáhá našemu
metabolismu a vyrovnává
a udržuje v dobrém stavu
naši autonomní
nervovou soustavu.
Každý ví, že
konzumace masa v nás
zanechává „mastné“
pocity a způsobuje nám
mastné onemocnění jater.
Proto všichni vegetariáni
mají mírně zásaditou krev.
Proto se jejich svaly
a ostatní části těla
neunaví snadno.
Mají jasnější mysl
a nezažívají ospalost.
Další věc je, že když
jsou zvířata porážena,
jejich nevráživost
se hromadí v mase.
Když konzumujete maso,
tato nevráživost
se promění v toxiny,
které nejsou dobré
pro vaše tělo.
Takže jaké kroky
máme udělat ke snížení
konzumace potravin,
abychom si zlepšili
své zdraví?
Měli bychom na tom
pracovat asi takto – můžete si

postupně přesunout
čas večere.
Například
si ji můžete přesunout
z 20 hod na 19 hod,
pak na 18 hod.
Postupně můžete
odpoledne přestat jíst.
a tak jíte dvě jídla denně.
Jezte ráno a v poledne
a ne večer.
Mohlo by to být ze začátku
obtížné.
Jako doplněk můžete večer
jíst ovoce nebo něco pít.
Pomalou si navyknete
nevečeřet a budete zdravější.
Poté, co sníte snídani
nebo oběd, si může váš
zaživačský systém odpočinout,
aby mohl provádět své
vyučovací funkce.
Takovýmto způsobem
může být vaše tělo a mysl
v rovnováze.
To je pro vás lepší.
A co když chceme přestat
jíst a naučit se, jak se stát
nezávislým na jídle
na dlouhou dobu?
Mistr Liao vysvětlil
detailně proces a tipy.
Nejdříve, během inedia
musíte shromáždit
související informace
jak se stát nezávislým na jídle
a jasně to pochopit
abyste nepodlehli panice.
Pak přirozeně vstupte do
stádia inedia,
neutíte se:
Pokud byste se do toho nutili,
vaše tělo by nebylo
připraveno,
jen byste si ublížili.
Když vstoupíte do inedia,
musíte neustále
sledovat a kontrolovat
každou reakci
vašeho těla

a rozumět svému stavu,
pak můžete bezpečně
dokončit inedii
a v dobrém zdraví.
Musíte si pečlivě
uspořádat práci, rodinu
a své mentální podmínky.
Každý aspekt
potřebuje přizpůsobení.
Jestli někdy budete
mít příležitost stát se
nezávislým na jídle,
musíte ji pevně uchopit,
protože je to velmi dobré
pro vaše tělo, mysl a duši.
Nakonec chci mluvit
Nakonec chci mluvit
o poměrné inedii
a o úplné inedii.
Úplná inedie znamená
úplné zastavení konzumace
potravin.
Poměrná inedie znamená
příležitostně trošku jíst a pít.
Někdy se během inedie
tyto dvě formy,
vzájemně vyměňují;
neměli bychom trvat
ani na jedné.
Měli bychom to nechat
přirozeně běžet.
Nekontrolujte to myslí.
Mohlo by vám to poskytnout
negativní výsledky.
Než uzavřeme dnešní
pořad, rád bych sdělil
našim ekologickým divákům,
soucitné poselství
Mistra Liao v souvislosti
s kritickým stavem
naší planety.
Máme příliš mnoho masa,
neomezenou poptávku
po spotřebě masa.
Nyní jsme svědky důsledků
klimatických změn na Zemi,
chov zvířat je příčinou
číslo jedna
globálního oteplování.
Nejnovější vědecká zpráva

ukazuje, že živočišná výroba způsobuje více než 50% emisí skleníkových plynů, což je víc než všechny emise z dopravy.

Existuje spousta mezinárodních konferencí, kde jsou klimatické změny prioritou na seznamu jednání.

Například si vezměte Boao Fórum pro Asii.

Je mnoho lidí, kteří se otevřeně dovolávají snížení spotřeby masa.

Nižší spotřebou masa se sníží emise CO2.

Toto je jedno z řešení ke snížení globálního oteplování. Jelikož jsme o tom tak mnoho mluvili, měli bychom chápat, že inedia je nejlepší cesta na vyřešení tohoto problému.

Přátelé

Supreme Master Television, v této fázi globálního oteplování a planetární krize bychom měli snížit spotřebu masa.

Jděte směrem k vegetariánství.

Pokud nemůžete praktikovat inedii jako já, díky čchi-kungu,

chtěl bych vám navrhnout snížení spotřeby masa

a být vegetariánem, také snížit počet jídel ze 3x na 2x denně.

Nejenže je to dobré pro vaše tělo, ale také pro životní prostředí.

Děkuji vám všem.

Děkujeme Mistře Liao za čas, ve kterém jste se s námi podělil

o vaše zkušenosti, jak být nezávislým na jídle.

Vaše vysvětlení fází inedia dalo

našim věrným divákům lepší porozumění procesu žití z prány.