

Dobrý deň, Majsterka.  
Mám dobré správy, o ktoré sa chcem s vami podeliť.  
Budúci mesiac,  
5. septembra (září)  
sa koná olympiáda sluchovo postihnutých v Taipei.  
Modliac sa  
za hladký priebeh,  
riaditeľ Stan Lai zložil sľub,  
že bude dva roky dodržiavať vegetariánsku stravu.  
Prečo iba 2 roky?  
Dobre, aspoň je veľmi úprimný.  
Možno tomu chce dať šancu.  
Ale pre človeka, ktorý náhle dá sľub, že bude dodržiavať vegetariánsku stravu, sú 2 roky už veľmi dlho.  
Je celkom odvážny.  
Povedzte mu „bravo“.  
Primátor mesta Taipei, pán Hau Lung-bin, tiež zareagoval záväzkom, že bude vegetariánom dva týždne.  
Fajn, aj to je ešte dobré.  
Keďže tieto dve osoby sú veľmi príkladné, dúfam, že ich činy inšpirujú viac ľudí, aby vstúpili do vegetariánskych radov.  
Dva týždne? Dobre.  
Primátor dal sľub na dva týždne a riaditeľ na dva roky.  
Je problém vydržať na vegetariánskej strave?  
Škodí nejako byť vegetariánom?  
Môžete mať veľmi dobré vegetariánske jedlo, však?  
Je to skutočne chutné; nie je to tak, že by to nechutilo dobre.  
Ak sú odvážnejší, je to veľmi jednoduché – môžu jednoducho byť

vegetariánmi na plný úväzok.  
Môžu najat' ľudí, aby im varili.  
Môžu si to dovoliť, rozumiete?  
Majú ľudí, ktorí im slúžia, však?  
Je to veľmi pohodlné a ľahké najst' kuchára, aby im slúžil.  
Dokonca aj keby chceli najst' dobrovoľníkov, aj to je možné.  
Nie je to veľmi ťažké, však?  
Je to také ľahké.  
Pre ľudí ako je prezident, je to také ľahké byť vegetariánom; môže získať najslávnejšieho vegetariánskeho šéfkuchára v krajine.  
Každý by bol ochotný prísť a pomáhať zadarmo.  
Rozumiete? Keby nejaký prezident alebo kráľ chcel jesť vegetariánske jedlo a požiadal ma, aby som pre neho varila, bola by som ochotná mu variť, zadarmo, keď mám čas.  
Rozumiete?  
Skutočne by som bola ochotná to urobiť, keby som nemala nič na práci. Alebo keby som bola šéfkuchár, ochotne by som odišla z práce, aby som varila pre prezidenta alebo nejakú dôležitú, vplyvnú osobu.  
Urobila by som to veľmi ochotne a s radosťou.  
Vidíte, aké ľahké je hovoriť na verejnosti?  
Ak skutočne máte obavy, napíšte si celý svoj prejav, vytlačte to veľkými písmenami, nalepte si to pred zrkadlo

a precvičujte pred ním.  
Naučte sa to, až kým to nebudete vedieť naspamäť.  
Naučte sa to naspamäť, potom bude pre vás ľahšie vyjadrovať sa.  
Ak nie, jednoducho to prečítajte ako všetci ostatní.  
Vidíte, všetci prezidenti, ministerskí predsedovia, majú ľudí, ktorí im píšu prejavy a oni to už len prečítajú.  
Chápete, čo myslím?  
A ľudia to očakávajú.  
Takže vždy keď nedokážete hovoriť, môžete sa aspoň pozrieť do textu a jednoducho povedať:  
„Dobrý deň, viete, vegetariánstvo je pre vás dobré. Každý to vie. Nepozerám sa na vás nie preto, že vás nemám rád, ale preto, že som vystrašený.“  
Urobte si zo seba zábavu; rozosmejte ľudí a po pár výbuchoch smiechu sa budete cítiť uvoľnený a spojený. Dobre? Ak budete skutočne vystrašený, povieť: „Som skutočne vystrašený. Pomôžte mi prosím. Modlite sa za mňa.“  
Niečo také.  
Len z toho urobte vtip, áno?  
Máme tiež dobré správy z Hualien.  
Členovia našej asociácie v Hualien išli na Hualienský krajský výbor a požiadali poslancov o podporu počas Dňa bez mäsa.  
Na ich prekvapenie bol návrh jednohlasne schválený.  
A čo viac, po tom, čo schválili ten návrh,

zastupiteľstvo Hualienského kraja napísalo list našej asociácii a pozvali nás, aby sme natočili zábery na tému: „Bud'te vegetariáni, žite ekologicky, zachráňte planétu“ počas sympózia riaditeľov všetkých stredných a základných škôl v Hualienskom kraji. Tiež nás požiadali, aby sme poskytli tlačoviny pre riaditeľov škôl, do diskusií počas toho sympózia. Rozumiem. To je skvelé! Áno. Na sympóziu predstavili aj našu asociáciu a naše úsilie pri propagovaní vegetariánstva a šírení informácií o globálnom otepľovaní. Zaujímavé je, že hlavný rečník si zvolil časť nášho DVD, v ktorom Majsterka hovorila o zničení Marsu a pustil to všetkým riaditeľom. Verili tomu, čo som povedala? Neuveriteľné! Taktiež sme pre všetkých riaditeľov pripravili vegánsky bufet v európskom štýle. Chceli sme im ukázať, že vegetariánske jedlo má obrovskú rozmanitosť a môže byť veľmi chutné a výživné. Samozrejme! Výsledok bol skutočne skvelý. Spomedzi všetkých riaditeľov stredných škôl a základných škôl v Hualienskom kraji, 90 % z nich, 97 riaditeľov súhlasilo, že dajú študentom jeden vegetariánsky obed

týždenne. To nie je zlé. Jeden deň je už veľmi dobré. Potom, postupne môžeme žiadať viac. Ak ich kuchári dokážu pripraviť chutné vegánske jedlo, potom budú študenti chcieť s touto stravou pokračovať. Keď budú jesť vegetariánske jedlo každý deň, zvyknú si na to. Musia len zmeniť nastavenie svojej mysle; to nie je nič ťažké. Dovoľte mi povedať o jednej svojej skúsenosti. Je to moja vlastná skúsenosť. Napríklad bola som zvyknutá jesť určitý druh jedla, ale potom som začala uvažovať, že to nie je dobré a už som to viac nechcela jesť. Preto som im povedala, aby to už nekupovali. Keď to nekúpia, nevidím to. A keď to nevidím, nebudem mať na to chuť. Aulačania (Vietnamci) a Číňania nie sú takí odlišní; zomreli by sme, keby sme nemali ryžu každý deň. Rozumiete? Keby sme nemali každý deň ryžu, zomreli by sme. Napríklad tak. Ale neskôr som si pomyslela, že by som mala žiť jednoduchší život. Takže teraz už viac nevaríme. Nemali sme hnedú ryžu už dlhý čas. Jedli sme len tofu, surové strukoviny a ovocie. Neskôr som cítila, že aj to je príliš komplikované a problematické

a tak som jedla len ovocie a ostatné jedlo mi nechýbalo. Keď som ho nevidela, nechýbalo mi, nemala som naň chuť. Skutočne, naše telo a myseľ sú veľmi výnimočné. Rozumiete? Čokoľvek poviete telu, aby robilo, ono poslúchne. Predtým, keby som nejedla varené jedlo jeden deň, cítila by som sa zvláštne. Teraz mi už na tom nezáleží. Čokoľvek jem, je fajn. Dokonca aj keď nejem, je to fajn. Rozumiete? Nezáleží na tom, ako svoje telo trénujete, ono vás bude počúvať. Nezáleží na tom. Ak si nemyslíte, že máte pevnú vôľu, potom sa jednoducho vyhýbajte veciam, ktoré vás zvädzajú. Napríklad fajčiari, keď prvýkrát prestanú fajčiť, musia sa vyhýbať pohľadu na tabak. Rozumiete? Musia si dať pozor, aby nevideli tabakové výrobky a ani svojich fajčiacich priateľov, atď. Nemôžu chodiť na večierky, kde ľudia fajčia. Takto môžu získať podpornú energiu. Neskôr budú v poriadku. Je ešte jedna vec, ktorá sa ma veľmi dotkla. Skutočne, potrebujeme mať pevnú vieru. (Áno.) Musíme v sebe mať vieru. Musíme veriť, že každý je veľmi mocný. (Áno.) Jedna z našich zasvätených sestier videla na videu, čo hovorila Majsterka,

a tak pozvala priateľov  
k sebe domov  
a uvarila im  
vegetariánske jedlo.  
Na začiatku  
prišlo iba pár ľudí.  
Neskôr k nej začalo chodiť  
10, 20 ľudí.  
Teraz vždy hostí 40 ľudí.  
Viac ľudí  
má rado jej jedlá,  
preto ich prichádza  
väčší počet.  
Ona samotná dokáže doma  
pohostiť 40 ľudí.  
To je skvelé!  
Časom aj oni  
privedú svojich priateľov.  
Takže si myslím,  
že je to skutočne  
neuveriteľné: nepodceňujte  
silu jednotlivcov.  
Niekedy dokážeme  
ovplyvniť mnoho ľudí.  
Samozrejme.  
Už som vám povedala:  
predtým, než som začala  
tento „biznis“,  
pozývala som v nedeľu  
svojich susedov k sebe  
na vegetariánske jedlo, však?  
Všetkým moje jedlo chutilo.  
Jedného dňa  
môj bývalý manžel  
pocítil ľútosť  
voči susedom, pretože  
vždy keď prišli,  
museli jesť  
vegetariánske jedlo.  
Obával sa,  
že sa nám budú smiať,  
a tak pre nich kúpil  
nejaké mäso a ryby.  
Ale nikto sa toho nedotkol.  
Spýtali sa ma:  
„Ako to...?“  
Uvarila som iba trochu  
vegetariánskeho jedla  
pre seba,  
ale oni všetci chceli jedlá,

ktoré som pripravila pre seba.  
Výsledkom bolo, že v ten deň  
nikto z nás nemal dosť jedla  
a všetci sme boli hladní.  
Povedala som im: „On sa bál,  
že vám nebude chutiť  
vegetariánske jedlo  
zakaždým, keď prídete,  
a preto pre vás kúpil  
mäso a ryby. Ja som uvarila  
len trochu vegetariánskeho  
jedla pre seba, aby som sa  
s vami mohla najesť.“  
Povedali: „Nie!  
Doma jeme mäso a ryby  
každý deň.  
Chodíme sem  
na vegetariánske jedlo.  
Odvtedy do toho  
môj bývalý manžel  
už viac nezasahoval.  
Rozumiete?  
Dajme tomu šancu, dobre?  
Nikomu to neublíži.  
Musíme ich informovať,  
takže budú vedieť.“  
Skutočne, mnoho ľudí nevie,  
aká škodlivá  
je mäsitá strava  
pre nich a pre ich deti.  
Pretože oni nemajú  
dobré zdravie,  
ich deti sa už rodia  
s problémami.  
A tiež nútia svoje deti,  
aby jedli mäso.  
Ak fajčia alebo pijú,  
zdravie ich detí  
bude ešte horšie,  
ešte skôr, než sa narodí.  
Rozumiete, čo myslím?  
Ľudia to skutočne nevedia.  
Nikto im to nepovedal.  
Rozumiete?  
Ľudia sú veľmi žalostní.  
Preto musíme  
tvrdzo pracovať.  
Skutočne k nim musíme  
pociťovať sympatie,  
pretože oni skutočne nevedia.

Keď budú trochu vedieť,  
potom sa budú učiť  
viac a viac.  
Potrebujú ale informácie  
a potom sa zmenia.  
Samozrejme, som netrpezlivá  
ale nemôžem si pomôcť.  
Menia sa príliš pomaly.  
Už som vám to hovorila.  
Obávam sa,  
že keď sa prebudia,  
bude už príliš neskoro.  
Rozumiete?  
Neobávam sa,  
že sa neprebudí.  
Obávam sa,  
že to bude už príliš neskoro.  
Obávam sa, že aj keď  
sa prebudia všetci,  
už to nepomôže.  
Toho sa obávam najviac.  
Ale môžeme robiť len toľko,  
ako je v našich silách.  
Keď bude Zem zachránená,  
budeme tu ďalej žiť.