

*Maitre Suprême Ching Lee*



*Revue N°131*





Nous nous attendons à ce que notre partenaire soit ceci, soit cela, qu'il fasse ceci ou cela. Et quand ils ne le font pas, nous sommes déçus. Lorsqu'ils ne sont pas celui que nous aimons, nous sommes déçus et blessés et tout cela, et nous nous retirons de la relation.

Mais la relation ne veut pas dire que vous vous attendez à ce que l'autre fasse ce que vous souhaitez. Mais de faire de vous ce que vous voulez être dans cette relation, d'être vous-même, de montrer ce que vous êtes, combien vous êtes bon, comment vous voulez être et quel genre de personne vous voulez être dans cette relation ou dans le mariage. Vous pouvez vouloir être une bonne épouse, une "super épouse", une épouse tolérante ou fidèle. C'est ce que vous voulez être dans votre rôle, ne pas attendre tout le temps de votre mari, comment il va être, comment il va agir avec vous, comment il va vous parler.

Mais c'est le problème avec le mariage. Vous avez tout faux. Vous pensez : "Ok, maintenant je l'ai rencontré, et alors ma vie a changé. Cela sera fantastique. Il ou elle va me rendre heureux." Ce n'est pas vrai ! Vous allez faire de vous-même quelqu'un d'heureux ou non dans cette relation. Mais la plupart du temps, nous attendons que l'autre partenaire nous rende heureux, qu'il soit celui que nous aimons dans notre tableau et c'est le problème. Nous oublions d'être ce que nous voulons être. Nous oublions de nous faire une sorte d'agenda idéal. Au lieu de cela, nous faisons un agenda pour notre partenaire, une sorte de rendez-vous ou image dans laquelle notre partenaire doit tenir. Et puis, les deux attendent la même chose, et c'est pour cela que tout s'écroule.

Oui, nous avons tout faux. Dans toute situation, nous devons seulement nous examiner. Ce que nous allons faire dans cette situation ? Ce que nous allons être ? Ce que nous voulons montrer ? Quelle partie de bonté nous voulons présenter à notre partenaire ou au monde ? Ce n'est pas l'autre qui doit nous présenter quelque chose. Peu importe ce qu'il ou elle veut présenter, c'est son problème. Notre problème est uniquement nous-

## *Montrer le meilleur de vous-même*

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
Floride, États-Unis,  
le 4-5 octobre 1998  
(à l'origine en anglais) Vidéo n°638

mêmes, toujours nous. Mais la plupart des gens, lorsqu'ils sont mariés, ou lorsqu'ils ont un partenaire ou une amitié, portent toute leur attention sur l'autre partie, l'autre moitié, et l'observe : "Oh ! il a mal agi. Elle a mal agi", ou "Elle n'est pas bien. Il n'est pas gentil." Oubliez cela !

Nous devons nous examiner. Nous sommes celui qui est important. Toute relation, toute situation est pour nous un moyen d'apprendre, pas pour l'autre. L'autre est uniquement un catalyseur, une excuse pour exercer notre pouvoir et notre imagination à notre sujet.

C'est le problème. C'est pourquoi souvent le mariage ne fonctionne pas. Alors, examiner votre mariage et corrigez-le. Pas votre mari ni votre femme, mais vous-même, quel genre de personne vous voulez être ou ce que vous voulez lui montrer dans cette relation. Et s'il ou elle réagit bien, c'est bien. S'il ou elle ne réagit pas bien vous ne pouvez pas faire grand chose à ce sujet. Mais examinez-vous, regardez si vous êtes encore équilibré, si vous êtes encore sur les bons rails, si vous êtes ok ou non. Et s'il reste avec vous, il reste, s'il part, il part. Vous ne pouvez pas faire grand chose. Vous ne pouvez pas porter toute votre attention sur lui et vous perdre et oublier. Alors, plus vous portez votre attention sur lui ou elle, plus vous allez de travers. Et alors plus il critique ou elle critique, et cela empire !

**S'il vous plaît, visitez les sites Internet suivants pour apprécier la version vidéo des paroles de Maître :**

**<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/news/131/mt.htm> (Formose)**

**<http://Godsdirectcontact.org/eng/news/131/mt.htm> (États-Unis)**



# Sommaire

**02 Paroles de Maître**  
Soyez un bon partenaire

**03 Sommaire**

**04 Panorama d'événements**  
Etats-Unis/ Allemagne/ Corée

**05 Agenda des activités**

**07/14 Maître raconte des histoires drôles**  
Où est partie la tortue ?/ Le mystère du sandwich

**08 Élévation de l'âme**  
Cassettes vidéo/ DVD

**08/40 Conseils pratiques**  
Secrets pour une méditation durable/ Réchauffer votre corps par les oreilles/ "Des couvertures gardant la chaleur" faites maison

**09 L'ère végétarienne**  
La campagne nationale végétarienne: promouvoir une ère nouvelle de santé, de pratique spirituelle et de respect de la vie

**15 Famille Guan Yin**  
L'ultime gloire de l'amour/ Un avec Maître

**16 Poème**  
De mon cœur

**16 Interludes spirituels**  
Tous en un/ Plaire aux yeux des autres

**18 Une histoire racontée par Maître**  
Vivre une vie équilibrée est le Tao

**19 Merveilles de Maître**  
Une conférence du Maître de transformation

**20 Grand reportage**  
Cultiver un heureux mariage/ Mariage et spiritualité/ Comment régler les conflits dans le mariage/ Remplir vos obligations en tant que partenaire dans le mariage

**22 Aphorismes**

**25 Questions et réponses choisies**  
Marié ou non, soyez juste naturel !/ Faire face aux affaires de cœur/ Faire de son mieux pour préserver son mariage



*Lorsque vous êtes  
heureux, vous êtes  
au paradis.*

Maître Suprême Ching Hai



**27 Sur le chemin**

Le meilleur modèle de partenariat - l'exemple vivant de Maître/ Transformer un mariage agrandi la spiritualité/ Mon professeur spirituel/ Mariage - un bon instrument sur le chemin spirituel/ Mon apprentissage à travers le mariage

**27 Perles de sagesse**

L'essence du mariage/ Comment le mariage fonctionne/ Choisir la meilleure façon de vivre

**33 Spiritualité et science**

Le miracle du pouvoir de bénédiction/ Rendre visible le pouvoir des pensées et des émotions

**36 L'amour en action**

Californie, Etats-Unis/ Formose/ Dépenses des différentes activités à Formose de novembre à décembre 2001/ Efforts de secours dans le monde entier par Maître Suprême Ching Hai et l'Association Internationale de Maître Suprême Ching Hai, janvier à décembre 2001

**41 Sites Guan Yin WWW**

**42 Nos correspondants à travers le monde**

**46 Art Suprême**

La marque Suprême dans l'univers/ La pièce "tour de Cheville" des bijoux célestes et "Papa"/ Le monde du Happy Yogi

## Revue N° 131

Publiée le 7 juillet 2002

Fondée le 1er avril 1990

Publiée par : l'Association Internationale  
du Maître Suprême Ching Hai

Editeur : Lin Ping Xing

Imprimée en France

La revue Maître Suprême Ching Hai est publiée en différentes langues : Chinois, Anglais, Aulacien, Coréen, Japonais, Indonésien, Français, Allemand, Portugais, Espagnol et Thaï, sont disponibles sur demande.

## Nouvelles d'Oregon, États-Unis

### *Séminaire de partage de la Vérité dans la ville aux Roses*

**[Oregon]** Après des semaines de préparation, le Centre d'Oregon a lancé le 6 janvier 2002 à la bibliothèque centrale située dans le centre-ville de Portland, un séminaire sur les vidéos de Maître. Le programme a rencontré un réel succès. Ainsi, de nombreux participants ont décidé de rester et d'apprendre la Méthode Pratique après le séminaire.

Un homme est venu dans la bibliothèque quelques minutes avant le début du séminaire et a dit qu'il cherchait un livre sur Dieu. Lorsqu'il a vu un poster de Maître sur la porte de la salle, il s'est dit intérieurement que peut-être est-ce la volonté de Dieu qu'il soit là. Il a décidé

alors d'entrer et a écouté la conférence vidéo et est resté pour apprendre la Méthode Pratique.

Une femme en visite cette semaine-là à Portland, nous a dit qu'elle avait depuis quelque temps pensé à pratiquer la méditation. Elle a vu le programme du séminaire organisé par la bibliothèque. Lorsqu'elle a remarqué que ce programme incluait une leçon gratuite de méditation, elle est entrée et a appris la Méthode Pratique.

Une sœur a raconté que deux femmes étaient entrées alors que nous étions encore occupés à décorer les lieux. Elle les a accueillies très chaleureusement, les a invitées à rester et à partager un moment avec nous. Elles ont manifesté peu d'enthousiasme à l'accueil chaleureux de la sœur qui a décidé alors de leur projeter une vidéo de Maître. De façon surprenante, les deux femmes sont restées et ont participé au séminaire. Toutes deux ont ensuite appris la Méthode Pratique. Avant de partir, elles ont dit en souriant à la sœur qui les avait accueillies qu'elles comprenaient désormais ce qu'elle avait voulu leur dire par "partager un moment avec nous".

Motivé par le succès de cette opération, le Centre d'Oregon a décidé d'organiser plus régulièrement de tels séminaires afin que davantage de personnes puissent se voir offrir l'opportunité de partager l'amour et les bénédictions de Maître et puissent ainsi progresser sur le chemin de l'illumination. 🍷

## Nouvelles du Midwest des États-Unis (USA)

**[Indiana]** Bien que de taille modeste, les six Centres de l'Association Internationale de Maître Suprême Ching Hai du Midwest américain situés dans les états de l'Illinois, de l'Indiana, du Kentucky, du Michigan, du Missouri et de l'Ohio regroupent des membres dévoués et sincères qui n'hésitent pas à parcourir de longs trajets en voiture vers d'autres états afin de participer à des sessions spéciales de méditation de groupe. Les Américains considèrent souvent l'état de l'Indiana comme étant le carrefour de l'Amérique. Il en va de même pour les pratiquants du Midwest qui ont organisé pendant plusieurs années des retraites dans les différents centres. Le Centre de l'Indiana est devenu le centre dans lequel

se réunissent chaque mois les sœurs et les frères des états voisins à l'occasion de la "retraite de deux jours dans le Midwest".

Grâce à l'aide de notre Maître omniprésent, le Centre de l'Indiana a la chance de pouvoir accueillir les initiés participant aux méditations de groupe. Mieux encore, les visites des messagers Guan Yin organisées au cours des années passées ont béni et élevé l'atmosphère du Centre et l'ont rempli de vibrations d'amour. Le Centre de l'Indiana est ainsi devenu un havre de paix pour les pratiquants spirituels. Ce lieu est d'autant plus appréciable que les retraites de deux jours se transforment l'été en séjour d'un mois. Durant ces séjours, les initiés peuvent recharger leurs "batteries" physiquement et spirituellement.

Le 19 janvier 2002, les disciples du Midwest se sont réunis dans le Centre de l'Indiana pour une nouvelle retraite de deux jours. Ils sont venus emplis de l'immense amour de Maître reçu lors de la retraite de Noël, organisée en Floride seulement trois semaines auparavant. Ils se sont ainsi réunis avec encore plus d'amour, de joie et de paix que d'habitude.





À cette occasion, nous avons organisé une présentation spéciale des Bijoux Célestes SM dans le salon du Centre de l'Indiana. De nombreux initiés qui avaient acheté des bijoux de Maître ont profité de cette occasion pour partager avec le groupe la beauté de chaque objet, alors que parallèlement, une sœur a

joué le rôle de maître de cérémonie.

Avec chaleur et accompagnée d'une musique agréable, elle a présenté les "modèles" et leur signification spirituelle, alors que chacun déambulait dans la salle afin de montrer les bijoux, allant de la petite bague brillante à la magnifique théière décorée d'un dragon du Paradis. Cette présentation a été véritablement une expérience à couper le souffle, hypnotisés que nous étions à apprécier la beauté de chaque objet. L'amour et les bénédictions de Maître sont incommensurables!



## Nouvelles de Californie, États-Unis



avons reçu une note nous autorisant à déménager jusque dans la partie réservée aux expositions artistiques, et les amis pratiquants étaient ravis parce qu'ils avaient préparé plusieurs œuvres d'art de Maître à exposer.

Pendant les trois jours de l'exposition, nous pouvions sentir que les lieux étaient tout imprégnés des bénédictions de Maître tandis que les visiteurs se déplaçaient ça et là dans une atmosphère de paix et d'amour. Le stand de Maître brillait d'une lueur spirituelle spéciale. Son style élégant et unique a attiré de nombreux visiteurs qui s'arrêtaient pour apprécier notre exposition. Des visiteurs posaient des questions sur les enseignements de Maître avec beaucoup de gravité ou regardaient très sérieusement les cassettes vidéo tandis que d'autres achetaient des livres ou goûtaient les plats végétariens qui étaient offerts. Notre stand était le plus brillant et le plus rempli de toute l'Expo.

Une visiteuse nous a fait une belle surprise quand elle nous a dit qu'elle venait du Sichuan, province de Chine Populaire, qu'elle était initiée, et qu'elle était très inquiète jusqu'à ce qu'elle nous rencontre parce qu'elle ne pouvait pas contacter notre groupe ni participer aux méditations de groupe après son arrivée aux États-Unis. Il s'est trouvé aussi que des exposants des autres stands viennent nous voir fréquemment et parfois achètent des livres et regardent les vidéos qui étaient montrées. Ils étaient si heureux ici qu'ils avaient du mal à repartir. En outre des invités nous ont dit qu'ils avaient regardé le programme de télévision : "Voyage dans les royaumes esthétiques" de Maître, et ils ont dit qu'ils aimaient beaucoup Maître et Ses enseignements.

L'exposition China Expo USA s'est terminée sur une note de réussite totale avec les bénédictions de Maître. Par l'intermédiaire de cette activité, nous espérons partager les enseignements de Maître avec le public et ainsi apporter notre aide dans l'œuvre de faire briller la Lumière et l'Amour de Dieu dans toutes les parties du monde pour que nous puissions tous rentrer, main dans la main, dans un futur brillant du nouveau siècle.

## *Douches d'amour - l'exposition chinoise 2002*

[Los Angeles] L'Exposition annuelle China Expo USA est l'une des plus grandes fêtes organisées par les communautés chinoises aux États-Unis. Elle constitue un pont entre l'Orient et l'Occident en ce qui concerne les échanges économiques, culturels, artistiques et spirituels. Cette exposition attire plusieurs centaines de milliers de visiteurs chaque année. Cette année, le Centre de Los Angeles a participé à l'exposition qui a eu lieu pendant la période affaîrée de Noël.

Puisque notre organisation n'est pas à but lucratif notre stand a été placé dans la zone réservée aux "divers". Pourtant, deux jours avant l'ouverture, à notre grande surprise, nous



## Agenda d'activités

Pour suivre la grandeur actuelle de spiritualité de la planète, les centres locaux de l'Association Internationale de Maître Suprême Ching Hai organisent dans le monde entier de plus en plus de séminaires vidéo et autres activités de partage de Vérité.

**Vous êtes les bienvenus, vous, vos amis et vos proches, pour nous rejoindre et participer à ces activités. Pour être au courant de l'agenda de nos activités "Partage de Vérité",**

**veuillez visiter les sites Internet suivants :**

<http://www.Godsdirectcontact.org/seminar/> (États-Unis)

<http://www.godsdirectcontact.org.tw/eng/seminar/index.htm> (Formose)



## Nouvelles d'Allemagne

[Hambourg] Nous remercions sincèrement Maître de nous avoir permis d'organiser une retraite de trois jours durant les récentes vacances de Noël. Quoique le climat ait été très froid, les initiés allemands ne se sont pas préoccupés des longues distances qu'ils devaient parcourir en voiture de Düsseldorf et de Berlin.

## Une fructueuse retraite de trois jours au Centre de Hambourg

Maître nous manque. Nous aimons notre vénérable Guide, et nous regrettons de ne pas pouvoir aller en Floride pour la voir pendant la retraite de Noël. Cependant, nous remercions Maître pour Ses bénédictions qui nous ont permis de réussir notre retraite et pendant laquelle nous croyons que son corps de transformation nous a accompagnés. Nous essaierons de pratiquer pour montrer à Maître que nous apprécions Son amour et nous lui souhaitons une bonne santé durant l'année nouvelle à venir.

## Nouvelles de Corée



1. Les initiés résidents du Centre de Youngdong, déguisés en Pères Noël, portent des bougies et présentent un spectacle pour divertir les initiés.



2. Un messager Guan Yin donne des cadeaux de Noël aux jeunes initiés.

## Célébration de Noël au Centre de Youngdong

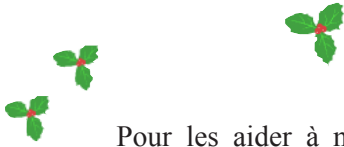
[Youngdong] Le 23 décembre 2001 une retraite d'un jour a eu lieu au Centre de Youngdong, suivie de la célébration de Noël. Après une séance de méditation de groupe qui a duré de 4 heures du matin à 1 heure de l'après-midi, la célébration a commencé par la cérémonie du partage d'un gâteau sous la conduite d'un messager Guan Yin et des correspondants. Après que les initiés aient eu la joie de partager un repas de Noël à midi, un messager Guan Yin, déguisé en Père Noël, a distribué des cadeaux aux enfants. Ensuite un programme de variétés a été présenté par de jeunes initiés. Toutes les personnes faisant partie du public étaient très contentes, et frappaient des mains pour accompagner les chants et les performances musicales des plus jeunes.

La seconde partie du programme consistait en des apparitions sur scène de nombreux autres centres de Corée, comme un programme de la danse de la grue ainsi que des morceaux de musique et chants traditionnels coréens. Ces représentations amusantes et vivantes ont fait rire le public. Nous sentions que Maître nous accompagnait et élevait nos esprits durant toute la durée du spectacle.

Le jour suivant, les initiés du Centre de Youngdong ont rendu visite à des familles pauvres vivant près du Centre tout en leur distribuant du riz et des gâteaux.

## Répandre la Vérité durant un séminaire végétarien

[Séoul] Le 20 janvier 2002, un séminaire intitulé "Végétarisme et Spiritualité" s'est tenu à Séoul, et la Branche de Séoul de l'Association Internationale de Maître Suprême Ching Hai y avait été invitée pour partager avec l'assistance les enseignements de Maître au sujet de la spiritualité et du végétarisme. Les participants du séminaire étaient vraiment purs et sincères dans leur désir de connaître Dieu. Cependant ils paraissaient à quelques égards sans aide pour accomplir leur désir.



Pour les aider à mieux comprendre, nous avons commencé à donner aux participants de nombreux échantillons de plats végétariens. Tout en prenant plaisir à manger leur repas, ils ont regardé attentivement une vidéo spéciale où l'on parlait du végétarisme. Puis ils ont échangé les uns avec les autres leurs opinions au sujet du végétarisme. Après le repas de midi, une sœur initiée a fait une brève présentation au sujet des aspects bénéfiques de la diète végétarienne. Le responsable du Buffet Végétarien SM, appartenant au Centre de Séoul, a fait une démonstration des méthodes de cuisson végétariennes. La plupart des participants étaient très intéressés par le végétarisme et ont exprimé le désir de visiter Le Buffet Végétarien SM.

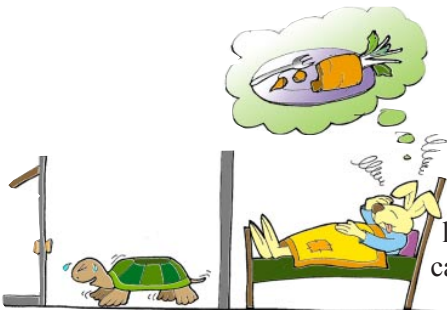


Ensuite, nous avons passé une courte vidéo pour présenter Maître, suivie par une de Ses conférences vidéo. Nous avons aussi distribué les livrets-échantillons de Maître ainsi que des livrets sur le végétarisme, de sorte que les participants puissent nous contacter ultérieurement. 🍷

Maître raconte des histoires drôles



## Où est partie la tortue ?



Prononcé par Maître suprême Ching Hai à la retraite de Noël de quatre jours en Floride, Etats-Unis, le 25 décembre 2001 (à l'origine en anglais)

Un jour, il y avait un lapin et une tortue qui vivaient ensemble. Un jour, le lapin a eu très mal à la tête, probablement parce qu'il avait mangé trop de carottes, surtout des carottes génétiquement modifiées. Elles sont très grosses et nourrissent bien. Et Dieu sait ce qu'ils mettent dedans. Alors tous ces mélanges qui ne se combinent pas ensemble et qui se battent dans l'estomac. Et quand l'estomac n'a pas assez d'espace, cela monte à la tête. Alors le lapin a eu un mal de tête. Et il demanda à la tortue : "Oh ! sœur, pourrais-tu aller à la pharmacie et me prendre des médicaments pour le mal de tête car ma tête me martèle ? J'ai fait la fête hier soir et ils servaient de si grosses carottes, et j'en ai trop mangé. J'ai aussi bu des jus de carottes et j'ai eu la gueule de bois. Alors pourrais-tu aller à la pharmacie et me prendre de l'aspirine. rapidement, rapidement !" 🍷

Alors, de sa chambre, la tortue dit : "Ok !" Mais, une heure est passée. Puis deux heures, puis trois, puis quatre. Et la tortue, personne ne l'avait vue. Et le lapin à la gueule de bois était au lit avec un tel mal de tête qu'il était très en colère. Il dit : "Quelle tortue stupide ! Attends qu'elle revienne ici. Je vais lui dire ses quatre vérités ! J'ai un tel mal de tête et où est-elle ? La pharmacie est au coin de la rue. Quelle idiote !" Puis, quinze minutes plus tard après avoir parlé, il a entendu une réponse de la chambre de la tortue. Et la tortue a dit : "Maintenant que tu parles mal de moi, je n'y vais plus." 🍷

**S'il vous plaît, visitez les sites Internet suivants pour apprécier la version originale vidéo des histoires drôles, et partager également la joie de l'humour de Maître avec ceux autour de vous :**

<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/news/131/jk1.htm> (Formose)

<http://www.Godsdirectcontact.org/eng/news/131/jk1.htm> (États-Unis)

<http://www.Godsdirectcontact.net/eng/news/131/jk1.htm> (États-Unis)





## Les dernières cassettes vidéo de Maître Suprême Ching Hai

**<En anglais et aulacien + sous-titres aulaciens>**

720 L'état de moine commence avec l'ascétisme  
Méditation de groupe au Centre de Floride, États-  
Unis, le 4 juin 2001

**<En anglais et chinois + sous-titres chinois>**

721 L'œil de sagesse  
Méditation de groupe au Centre de Floride, États-  
Unis, le 4 juin 2001

**<En anglais>**

723 Spectacle lors du Festival de la Lune (2)  
Un programme spécial au Centre de Floride,  
États-Unis, le 26 septembre 1999, au soir

**<En anglais + 21 langues en sous-titres>**

676 Les parlements des religions du monde  
Le Cap, Afrique du Sud, le 1er décembre 1999

**Pour commander les publications de Maître,  
veuillez contacter :**

The Supreme Master Ching Hai International  
Association Publishing Co., Ltd. Taipei, Formosa.  
Tél : (886) 2-87873935 / Fax: (886) 2-87870873  
E-mail: smchbooks@Godsdirectcontact.org  
ROC Compte pour paiement postal No: 19259438  
(commande de Formose uniquement)  
Compte postal : The Supreme Master Ching Hai  
Publishing Co., Ltd.

**Vous pouvez visiter notre site web du magasin des  
livres pour télécharger notre catalogue et le som-  
maire des dernières publications de Maître :**

<http://www.smchbooks.com/> (en anglais et chinois)



Infos utiles



## Secrets pour une méditation durable

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai, retraite de sept jours, Hsihu, Formose,  
le 13-18 février 1989 (à l'origine en chinois) **MP3-4**

Que devrions-nous faire si nous voulons beaucoup méditer et ne pas nous sentir fatigués ? Voici les secrets : parler moins, ne pas regarder autour, ne pas penser à la bonté ou à la méchanceté des autres et réciter les Noms Saints 24 heures par jour. Si vous vous sentez instable en faisant la méditation sur le Son, alors récitez les Noms Saints pendant quelques minutes avant de refaire la méditation sur le Son. Si vous sentez qu'une partie de votre corps vous fait mal ou s'engourdit, n'y prêtez simplement pas attention ! Quand vous serez en samadhi plus tard, vous ne sentirez pas l'existence de tout votre corps. C'est pourquoi, ne vous grattez pas partout. Quand vous êtes fatigués de faire la méditation sur le Son, changez de posture et faites la méditation sur la Lumière. Vos jambes vous en seront très reconnaissantes. Car elles ont très mal et la tête est tendue à cause de la posture précédente. Si vous changez votre posture et faites la méditation sur la Lumière à ce moment-là vous vous sentirez mieux. Vous devriez donc faire la méditation sur la Lumière et sur le Son en alternance, elles seront une aide l'une pour l'autre et vous pourrez méditer plus longtemps sans fatigue.

Certains de nos amis pratiquants peuvent méditer la nuit entière. C'est parce qu'ils font les méditations sur la Lumière et sur le Son en alternance. Mais ne faites pas trop fréquemment cela et ne changez pas votre posture toutes les cinq minutes, car c'est inutile. Car plus longtemps vous restez dans la même position, mieux c'est. Les méditations sur la Lumière et le Son sont utiles l'une à l'autre. Quand vous êtes assis pendant trop longtemps dans la méditation sur la Lumière et que parfois vous vous sentez fatigués et courbaturés, vous pouvez changer de posture et faire la méditation sur le Son de cette façon. Vous vous sentirez mieux, puisqu'il y a apparemment quelque chose sur quoi se reposer. Ce secret dans la pratique de la méditation est plutôt inconnu de beaucoup. 🌸



# La campagne nationale végétarienne :

Promouvoir une ère nouvelle de santé,  
de pratique spirituelle et de respect de la vie

Par le groupe de reportage de Corée  
(à l'origine en coréen)

## Historique :

*En partageant les enseignements de Maître avec le public, des amis initiés réalisent souvent le besoin de fournir aussi une information sur la cuisine végétarienne. En Corée, où les facteurs environnants rendent le végétarisme difficile, la Méthode Guan Yin doit être dispensée en même temps qu'une diète végétarienne. Ainsi, en décembre 2001, les Centres de Corée ont lancé une campagne végétarienne de dimension nationale avec succès qui a reçu une réponse de taille.*

*Des amis pratiquants ont préparé beaucoup de matériels promotionnels sur le végétarisme, comprenant textes et graphismes, pour les étalages de rues et de halls. En plus, nous avons aussi imprimé des articles en couleurs sur le végétarisme, l'environnement, l'amour, et la santé. Finalement, des informations et des recettes pour préparer de délicieux plats végétariens étaient aussi inclus.*

*Nous avons aussi produit une cassette vidéo de programmes de télévision sur le végétarisme, une introduction sur les restaurants végétariens tenus par des initiés, et une introduction sur Maître. En plus, le Centre de Séoul a préparé un superbe spectacle dans lequel des sœurs initiées déguisées en animaux afin d'aider les gens à comprendre, de façon intelligente et humoristique, comment les animaux se sentent lorsqu'ils sont consommés par les êtres humains.*



## Ci-dessous sont les reportages des Centres qui ont participé au programme :



**Kwangju** Le 7 décembre, la campagne végétarienne de dimension nationale a bien démarré au restaurant végétarien de Kwangju. Des amis pratiquants avaient décoré les tables de belles fleurs, bougies, et ballons, et avaient disposé un grand poster expliquant les enseignements de Maître au sujet du végétarisme, ainsi que des publications de Maître et des produits végétariens.

Les activités ont commencé avec une brillante conférence de trois amis initiés, dont la conception, la dextérité professionnelle et l'élaboration détaillée ont captivé les invités. Ces programmes, comme trente délicieux repas végétariens, ont changé les concepts rigides des invités sur le végétarisme.

Un messenger Guan Yin a fait alors un bref discours, dans lequel nous avons senti que les bénédictions de

Dieu avaient pénétré le lieu tout entier. Après la session de questions-réponses, nous avons introduit la Méthode Pratique, et beaucoup des participants ont demandé à l'apprendre. Tout en enlevant le poster et les décorations pour une future utilisation dans les autres Centres, nous avons été contents que ce premier évènement s'est avéré être un énorme succès.



*Une sœur initiée explique comment cuisiner de délicieux et nutritifs repas végétariens.*



*Les habitants de Kwangju dégustent la nourriture végétarienne préparée par des initiés.*



*Beaucoup de matériels promotionnels et de repas végétariens sont partagés dans le parc du festival de la vie.*



*Nos sœurs, déguisées en animaux, attirent les jeunes visiteurs comme les âgés.*

Le 11 décembre, la deuxième partie des séries de l'activité végétarienne a été tenue à Séoul en conjonction avec la Fédération Coréenne pour l'Environnement (KFEM), une organisation environnementale représentative en Corée et la plus grande de ce type en Asie, avec 73 000 membres. Des initiés ont offert un déjeuner végétarien gratuit pour les 400 délégués assistant à la conférence annuelle KFEM, des politiciens connus, des entrepreneurs et autres membres réguliers.

La conférence a commencé avec une introduction de l'Association Internationale de Maître Suprême Ching Hai par le maître de cérémonies, qui nous a remercié pour le déjeuner. Pendant que les délégués appréciaient leur repas, nous avons passé notre vidéo sur le végétarisme. Après, nos sœurs ont joué une fois de plus la pièce d'animaux. Un de nos frères, qui est aussi un membre de KFEM et d'autres organisations sur l'environnement, a expliqué brièvement pourquoi nous devrions être végétariens. Nous avons aussi organisé une exposition dans le hall et installé un bureau d'informations pour répondre aux questions à propos du végétarisme et de la Méthode Guan Yin. Nous avons passé des vidéos de conférences de Maître et la vidéo sur la campagne végétarienne. Chaque participant a reçu un livret-échantillon de Maître, nos

## Séoul

Le 8 décembre, le festival de la vie était organisé par Green Korea United, une éminente organisation sur l'environnement en Corée du Sud, afin de promouvoir le végétarisme, qui s'oppose aux produits génétiquement modifiés, et qui plaide au respect de la vie en protestant contre les expériences sur les animaux. Le Centre de Séoul a participé à la section végétarienne du festival.

Des amis pratiquants avaient dressé une grande tente pour fournir de la nourriture végétarienne, qui a été vite consommée par la foule immense lors de cet évènement. Les invités ont apprécié la nourriture, ont regardé nos vidéos, et examiné nos objets exposés. Beaucoup de visiteurs, spécialement les enfants, ont été contents de danser et de prendre des photos avec nos sœurs déguisées en animaux.

De par notre expérience passée, nous savions que nous ne devons pas nous attendre à une réponse rapide des visiteurs, en distribuant simplement des livrets-échantillons dans la rue. Cette fois-ci nous avons donc changé de comportement en donnant un spectacle et de la nourriture végétarienne gratuite, et avons trouvé que c'était une façon excellente et naturelle de partager les enseignements de Maître.







*Les membres du KFEM font la queue pour la délicieuse nourriture préparée par des amis initiés.*



dépliants sur le végétarisme, les restaurants et boulangeries végétariennes.

Par cette campagne, notre Association a établi d'excellentes relations de confiance mutuelle avec ces organisations renommées. En plus, notre vidéo sur le végétarisme a été enregistrée sur les sites Internet Guan Yin de Corée, et sera bientôt introduite à tous les membres de KFEM. Nos articles sur le végétarisme seront publiés dans les prochaines nouvelles KFEM. Nous ferons aussi des activités en commun avec KFEM dans le futur. Cela aidera à promouvoir le végétarisme et les enseignements de Maître parmi de nombreux membres.

*Les membres du KFEM apprécient simultanément leur nourriture végétarienne et une pièce par les amies initiées déguisées en animaux.*



**Daegu** L'après-midi du 8 décembre, grâce aux efforts d'amis pratiquants d'autres Centres, le Centre de Daegu a tenu une activité promotionnelle végétarienne avec succès à l'hôtel Golden Tour. Cet événement était spécialement fait pour introduire divers aliments végétariens et pour partager des recettes culinaires avec le public. Une sœur, cuisinière à Formose, a fait une démonstration. Une vidéo spéciale a été passée au cours de l'évènement, fournissant des informations sur le végétarisme.

Environ 400 invités ont assisté à l'action, de loin dépassant le nombre que nous avions espéré. Nous avons tenu une session supplémentaire afin que tout le monde puisse y participer. Tous les invités ont reçu un livret-échantillon de Maître et des dépliants végétariens. Beaucoup ont acheté des produits végétariens pour les préparer à la maison.



**Pusan** Le 9 décembre, 400 invités sont venus à l'évènement de Pusan. Le hall était plein et les invités ont écouté attentivement le messenger Guan Yin puis, ils ont regardé une vidéo tout spécialement préparée pour cette activité.

Les visiteurs ont particulièrement apprécié le discours d'un initié physicien qui a expliqué le végétarisme vis à vis de la santé, de la protection environnementale et du respect pour la vie animale. De plus la Méthode Pratique a été offerte à ceux qui le souhaitaient.



**Andong** Bien que nous sommes seulement un petit nombre d'amis pratiquants au Centre d'Andong, nous étions déterminés à participer cette fois-ci à l'activité promotionnelle végétarienne le 10 décembre, et nous avons été ravis que plus de 120 personnes soient venues à l'évènement, car il y a peu d'habitants à Andong. Dans l'atmosphère tranquille du lieu, l'audience a montré un intérêt sincère pour le végétarisme et la méditation, et ont surpris par la qualité et la variété de plats végétariens que nous avons présentés.

L'évènement s'est avéré être un grand succès, et beaucoup de participants ont demandé



à apprendre la Méthode Pratique. L'activité a aidé des disciples à progresser dans leur pratique spirituelle. Nous remercions profondément Maître pour arranger toute chose pour nous.

*Une sœur de Formose fait la démonstration de la cuisine végétarienne.*



La ville de Sangju, là où se trouve le Centre de Yougdong, a tenu son activité promotionnelle végétarienne au Centre des Femmes de Sangju. Bien qu'il n'y ait que peu d'amis disciples dans la région, nous avons essayé de notre mieux de mettre en avant un effort sincère, en distribuant des programmes dans les rues et en envoyant des invitations aux têtes d'organisations du gouvernement dépendant. Alors que l'évènement commençait, plus de 200 personnes sont arrivées en même temps. En premier, nous avons fait une démonstration de cuisine végétarienne, suivie par un discours intitulé : "Pourquoi devrions-nous être végétariens". La dégustation de plats et l'étalage préparée par des initiés ont été rapidement consommés. Les gens ont montré un grand intérêt pour nos gâteaux sans œufs et les produits végétariens ressemblant à de la viande.

Le maire de la ville de Sangju nous a envoyé une carte de félicitations, pendant que les dirigeants de plusieurs organisations publiques et associations de femmes, de même que les conseillers de la ville et les professeurs, assistaient à l'évènement. Nous avons profité de cette opportunité pour partager les enseignements de Maître et les concepts au sujet du végétarisme.

Nous croyons que les graines de la Méthode Guan Yin ont été profondément plantées dans les cœurs des habitants. Les participants ont été très impressionnés par la dévotion de notre groupe. Quand l'évènement a été presque fini, beaucoup d'invités ont dit qu'ils commençaient à comprendre plus profondément notre Association. La responsable du Centre des Femmes nous a assuré qu'elles seraient plus que contentes de nous prêter le lieu une autre fois, et que nous devrions planifier de tenir des programmes similaires dans le futur. Après l'évènement, nous avons donné tous le surplus de nourriture et les ingrédients végétariens aux membres du Centre des Femmes pour leur visite à un foyer de personnes âgées le lendemain.

Les officiels du gouvernement de la juridiction de la région où le Centre de Yougdong est localisé ont profondément regretté de n'avoir pas eu la possibilité d'assister à l'évènement et ont demandé à ce qu'un évènement semblable ait lieu spécialement pour eux. Donc, le 27 décembre, une autre petite activité promotionnelle végétarienne a eu lieu au Centre de Yougdong. Malgré le petit nombre d'invités, nous avons préparé plusieurs mets délicieux végétariens, montré une vidéo de Maître, et donné des livrets-échantillons et des dépliants végétariens.



*L'activité promotionnelle végétarienne se tient au Centre des Femmes de Sangju*





## Taejon

Afin d'assurer le succès de l'activité dans leur ville, les amis initiés de Taejon se sont rencontrés plusieurs fois pour discuter sur les détails des préparatifs. Nous avons décidé de tenir l'évènement à l'hôtel près du Centre de Taejon, plus pratique pour les préparatifs et offrir également aux invités un endroit charmant.

Le dimanche avant l'évènement, des amis initiés se sont rassemblés au Centre de Taejon pour préparer à manger. Nous avons aussi distribué 500 invitations pour nos relations, voisins, presse et autres. Le jour de l'activité, des disciples locaux avec d'autres initiés d'autres Centres, se sont joints dans un effort sincère pour aider, et le lieu a été rapidement rempli d'invités intéressés par le végétarisme. Une conférence sur le régime végétarien et notre démonstration culinaire a relevé l'atmosphère. Après avoir goûté les plats, les invités ne pouvaient s'arrêter de s'exclamer combien ils étaient délicieux.

Une compagnie importante de radio, MBC, et le journal local Choong Nam Daily ont tous deux couvert l'évènement.



*La communauté de Taejon montre un grand intérêt dans l'activité promotionnelle végétarienne tenue par le Centre de Taejon.*



*Les invités curieux savourent des mets végétariens pour la première fois.*



*Des livres de Maître et des produits végétariens sont à l'étal, pendant que des amis initiés répondent honnêtement aux questions des invités au sujet de la méditation et du végétarisme.*

## Chonju

L'activité végétarienne à Chonju a eu lieu à la maison végétarienne du bien-être tenue par le mari d'une pratiquante de la Méthode Pratique. Depuis qu'il est président de l'Union Végétarienne de la province de Jeonbuk, les dirigeants de beaucoup d'organisations liées au végétarisme ont participé à l'évènement. Le maire de la ville de Chonju, M. Wan Ju, assistait aussi à l'évènement et s'est joint à la discussion sur le végétarisme. Il a montré un vif intérêt quant à la diète végétarienne, et a été très content de voir qu'un tel évènement ait lieu dans sa ville.



*Le maire Kim Wan Ju de la ville de Chonju assistait à l'évènement et s'est joint à la discussion sur le végétarisme.*

Après avoir regardé la vidéo sur le végétarisme, les représentants des organisations ci-dessus mentionnées se sont présentés avant que nous procédions à faire une démonstration de cuisine et une dégustation de nourriture. Les invités ont apprécié la plaisante atmosphère et loué les délicieux mets végétariens préparés par des amis pratiquants.



Les membres de groupes végétariens dans la région de Chonju soutiennent l'activité promotionnelle végétarienne tenue par des amis pratiquants locaux.



Vous êtes les bienvenus pour visiter l'adresse Internet suivante pour apprécier une vidéo spectaculaire, spécialement produite par des amis pratiquants Coréens, présentant de la nourriture végétarienne :

<http://www.godsdirectcontact.or.kr/vege/vegevideo.htm> (Corée)

Maître raconte des histoires drôles



## Le mystère du sandwich

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai Floride, États-Unis,  
le 4 octobre 1999 (à l'origine en anglais)



Il y avait trois ouvriers. Un Américain, un Allemand et un Irlandais. Et un jour ils déjeunaient ensemble. Ils ouvrirent leur gamelle et l'Américain dit : "Oh, non, encore un sandwich à la tomate. Oh mon Dieu ! Je ne comprends pas ma femme ! Je suis marié depuis 20 ans et chaque jour elle me donne un sandwich à la tomate pour déjeuner. Demain, si j'ai encore un sandwich à la tomate pour le déjeuner, je me jetterai du cinquième étage ! Et puis l'Allemand ouvrit sa gamelle et dit : "Oh non, pas encore, encore un sandwich au fromage ! Je suis marié depuis 15 ans et chaque jour elle me donne un sandwich au fromage. Si demain j'ai encore un sandwich au fromage de ma femme, je me jetterai aussi du cinquième étage et mourrai. L'Irlandais ouvrit aussi sa gamelle et dit : "Oh non, aujourd'hui, encore un sandwich à la pomme de terre ! D'accord, si demain j'ai encore un sandwich à la pomme de terre, je me jetterai aussi du cinquième étage et je sauterai aussi avec vous.

Puis, le jour suivant à l'heure du repas, Ils déjeunèrent à nouveau ensemble et l'Américain ouvrit sa gamelle, et bien sûr, il avait un sandwich à la tomate. Alors, il sauta du cinquième étage. L'ouvrier Allemand ouvrit aussi sa gamelle et dit : "Quoi ? Encore un sandwich au fromage !" Et il sauta aussi. Et puis l'Irlandais ouvrit sa gamelle et vit le sandwich aux pommes de terre. Et il sauta aussi ensemble avec les deux autres gars.

Alors, aux funérailles des trois gars, les trois femmes se rencontrèrent et parlèrent ensemble. Et l'Américaine dit : "Je ne comprends mon John, vous savez. Je veux dire, il était toujours très bon, et il ne se plaignait jamais. Il aurait pu me dire qu'il n'aimait pas les sandwiches à la tomate, et j'aurais pu faire autre chose ! Car le premier jour où j'en ai fait un, il a dit qu'il était fantastique, alors j'ai continué à en faire. Mais il aurait pu me le dire. Et l'Allemande dit aussi : "Je ne comprends pas mon Johan. Nous sommes mariés depuis 15 ans, et tout allait bien et s'il n'aimait pas les sandwiches au fromage il aurait pu me le dire. Je lui aurais fait à tout moment autre chose. Pourquoi a-t-il eu à sauter et mourir comme cela ! Je suis très blessée et étonnée." Et l'Irlandaise dit : "Oh, Rien n'est comparable à mon chagrin. Je ne comprends pas mon Jack, car il faisait chaque jour lui-même son sandwich !" 🌸

**S'il vous plaît, visitez les sites Internet suivants pour apprécier la version originale vidéo des blagues et partager la joie de l'humour de Maître avec ceux qui vous entourent :**

<http://www.Godsdirectcontact.org.w/eng/news/131/jk1.htm> (Formose)

<http://Godsdirectcontact.org/eng/news/131/jk1.htm> (États-Unis)

<http://www.Godsdirectcontact.net/eng/news/131/jk1.htm> (États-Unis)





# L'ultime gloire de l'amour

Par la sœur initiée Jian, Keelung, Formose

En juin 2001, je partais en vacances en Thaïlande. Avant de quitter la maison, j'ai choisi deux bijoux Célestes pour porter durant le voyage : la bague "Maman" et un bracelet nommé "l'ultime gloire de l'amour." Comme j'espérais aller au Centre de Bangkok, j'ai aussi emporté avec moi ma carte d'initié. Durant le voyage, j'ai pu sentir la bénédiction de Maître avec ces trois trésors, et c'était vraiment merveilleux !

Tôt le matin quand je suis arrivée à Bangkok, j'ai appelé immédiatement une initiée locale, sœur Lin. Bien que nous ne nous soyons jamais rencontrées, sa voix au téléphone m'a semblé très chaleureuse et cordiale. Quand nous nous sommes rencontrées plus tard à mon hôtel, la première chose que sœur Lin me dit, fût que, bien qu'il y ait beaucoup de monde dans le hall de l'hôtel quand elle est arrivée, elle a pu dire immédiatement que j'étais une initiée. En la voyant, j'étais remplie d'un bonheur intérieur, et je lui parlais de mon souhait d'aller au Centre. Elle a regardé alors mon itinéraire, et dit que, lorsque le groupe touristique irait à la rivière Chao Phraya le quatrième jour de mon circuit, elle viendrait me chercher et m'emmènerait dîner, et alors nous pourrions nous joindre à la méditation de groupe. J'étais vraiment enchantée !

Il y avait plus de quarante personnes dans mon groupe, mais j'étais la seule pure végétarienne. Le responsable du groupe de Formose m'a dit que ce n'était pas facile de trouver de la nourriture végétarienne en Thaïlande. Cependant, pendant mon voyage de cinq jours, j'ai été bien soignée par Maître. Le responsable local du groupe et le guide du tour, en

apprenant que j'étais végétarienne, m'avaient montré un respect inhabituel, et commandé spécialement des repas végétariens pour me faire plaisir. Pendant le circuit, on m'a servi des plats végétariens de styles thaïlandais, japonais et chinois, et j'étais vraiment reconnaissante.

Le quatrième jour, sœur Lin et deux autres initiés m'ont emmenée dîner dans un restaurant végétarien où les plats japonais exotiques étaient vraiment uniques. Malgré la barrière de langue entre les deux initiés thaïlandais et moi-même, grâce à la traduction de sœur Lin, nous nous sommes sentis bien comme dans une famille. Après le dîner, sœur Lin m'a emmenée à la séance de méditation de groupe du Centre de Bangkok. Le rez-de-chaussée du Centre était une galerie d'art, exposant des créations de Maître. L'ambiance élégante et noble fait que l'on se sent comme si on était au paradis. D'après sœur Lin, le Centre était ouvert chaque soir aux initiés pour la méditation. J'étais vraiment impressionnée. C'était un endroit sacré sans aucun doute.

Pendant mes vacances en Thaïlande, comme je portais la bague et le bracelet de Maman Maître, j'ai senti Son amour suprême sacré qui m'a rempli de bénédictions et de bonheur intérieur. Comme c'est fabuleux que Maître bénisse les êtres humains par les bijoux Célestes ! Espérons que plus de gens avec affinité viendront partager Son amour infini.





## Un avec Maître

*Par le frère initié Vincent Nguyen, Virginie, États-Unis  
(à l'origine en anglais et en au lacien)*

Un jour, mon frère m'a téléphoné et dit que son collègue, rédacteur en chef du programme de radio RLA (Radio Libre Asie) à Washington, D.C., allait inviter quelques moines bouddhistes de France dans sa maison pour un entretien, après que les moines aient assisté à une réunion sur les droits de l'homme au Congrès des États-Unis à Washington, D.C. Il devait préparer un banquet végétarien pour les invités et voulait demander à ma femme de l'aider à cuisiner quelques plats.

Sentant que c'était quelque chose qu'elle devait faire, ma femme a préparé plusieurs plats et les lui a livrés. Les invités ont eu un excellent repas, et ont fait beaucoup de compliments sur la nourriture végétarienne délicieuse. L'homme était très impressionné de l'aide de ma femme, et a dit plus tard à mon frère : " j'ai rencontré un bon nombre de disciples du Maître Suprême Ching Hai, et ils étaient tous très sympathiques !"

J'avais toujours cru qu'à part la méditation quotidienne et le fait d'observer les préceptes, quoi que je fasse relevait de mon domaine privé. Mais de cette petite expérience, je venais de réaliser que bien que nous disciples ayons droit à notre vie privée, d'autres continuent à nous regarder comme des représentants du Maître Suprême Ching Hai, et évaluent Maître par nos actions. Après l'initiation, nous devenons un avec Maître, et quoi que nous fassions, bon ou mauvais, L'affectera et se reflétera sur Elle. Ces gens qui nous entourent seront influencés par les enseignements de Maître, les concepts de Vérité, vertu et beauté que nous pratiquons dans notre vie quotidienne, et nous-mêmes nous nous élèverons inconsciemment en même temps. 🍷

## Tous en un

*Par le frère initié Wong Xue-wei,  
Michigan, États-Unis.*

## Poème

### De mon cœur

*Par le frère initié Tony  
Californie, États-Unis (à l'origine en anglais)*

*Vous êtes le fondement de ma foi,  
Ma brillante étoile du berger,  
Guidant mon âme lasse  
À travers les vallées de l'Ombre de la Mort,  
Encore et encore, au prix de  
Vos douces et précieuses larmes de sang.  
Je suis presque là, et peux à peine goûter de  
Votre lumière immaculée.  
Je peux à peine entendre Votre voix céleste  
et suis presque à Vos côtés,  
Ma Mère céleste.  
Je suis pour toujours et éternellement avec Vous,  
Mon amour véritable et si longtemps perdu.*



## Interludes spirituels



J'étais une personne qui n'avait aucune affection pour les animaux, et à la simple vue d'insectes de toute sorte dans ma maison, je les ramassais toujours rudement dans un petit seau et les jetais dehors sur la pelouse, en me flattant moi-même pendant ce temps que j'étais très miséricordieux pour ces créatures.

En décembre 2001, j'allais au Centre de Floride et participais à la retraite de Noël de quatre jours, pendant laquelle j'ai vu Maître montrer de la patience, des soins et beau-





coup de douceur envers Ses animaux. Par contraste, je ne trouvais pas dans mon propre corps une seule cellule qui contenait un sentiment d'unité avec d'autres êtres vivants. En face de ces oiseaux et chiens, j'avais seulement le sentiment de visiter un zoo.

Un jour après la retraite, Maître a convoqué presque tous Ses oiseaux sur la scène. Les seules choses qui ont attiré mon attention sur eux étaient leurs plumes colorées. Plus tard, Maître a demandé : "Qui veut tenir le perroquet ?" et il m'est venu aussitôt à l'esprit que, ce que Maître offre doit être rempli de bénédictions. Alors je suis allé rapidement devant et j'ai laissé un perroquet blanc comme neige perché sur mon bras. Bien que je ne l'aimais pas vraiment, quand j'ai senti l'agitation de l'oiseau, je lui ai dit spontanément : "Nous t'aimons tous !" En entendant cela, le perroquet a regardé lentement vers l'arrière, avec l'air d'être touché par ma gentille remarque. Depuis le retour de la retraite de Floride, j'ai remarqué une différence distincte en moi en observant de petites créatures dans mon environnement. Quand je les sors hors de ma maison, mes mouvements sont devenus beaucoup plus doux, comme si j'envoyais un ami à la maison. Dans la lumière de mon expérience à la retraite, je suis venu à réaliser que Maître adopte en fait de petites créatures non seulement pour sauver des êtres vivants, mais aussi pour nous élever spirituellement et nous conduire à une sensibilisation du sentiment d'unité avec tous les êtres. 🍷

## Plaire aux yeux des autres



*Par le frère initié Low Chip Khoon, Singapour  
(à l'origine en anglais et chinois)*

Étant une personne qui accorde peu d'attention aux vêtements, je ne comprenais pas tout à fait quand Maître disait qu'Elle porte de beaux vêtements pour "plaire aux yeux des autres" (parmi d'autres raisons). Alors un événement a apporté de la lumière sur cette remarque et a amélioré ma compréhension.

En novembre 2001, un séminaire sur la sécurité a été organisé dans mon entreprise. Mon département avait invité des gens pour assister à cet événement, et j'étais désigné comme maître de cérémonie. Pendant les réunions qui précédaient le séminaire, l'organisateur rappelait souvent aux présentateurs (techniciens qui portent habituellement des bleus de travail chaque jour) de bien s'habiller pour leur discours.

Le jour du séminaire, j'ai mis mes plus beaux vêtements et je suis allé tra-

vailler. Quand je suis entré dans mon bureau, mes collègues ont été ébahis et m'ont dit : "Tu es très beau dans ce costume, tu devrais tout le temps porter de tels habits pour travailler!"

"Vas-tu à un mariage ?" remarquait quelqu'un en plaisantant. Le "vilain petit canard" était, pour un moment, transformé en cygne !

Quand je suis arrivé à la salle du séminaire, j'ai remarqué que tout le monde était aussi habillé dans leurs plus beaux vêtements. Une atmosphère joyeuse et optimiste remplissait la salle. Les sujets sur la sécurité étaient présentés de façon vivante, les démonstrations de diapositives étaient un festin de couleurs pour les yeux, les devinettes et jeux allaient bon train, et les participants étaient pleinement heureux. L'événement est devenu un des meilleurs séminaires sur la sécurité parmi tous les départements dans mon entreprise ! Les vêtements font après tout certes une différence !

Ainsi, par cette expérience, j'ai compris le commentaire de Maître qu'Elle s'habille bien pour créer une atmosphère détendue et joyeuse "pour plaire aux yeux de l'assemblée." J'ai trouvé aussi que quand on porte de beaux vêtements, on a tendance à être plus raffiné et gracieux dans ses manières et ses pensées. Ainsi, à l'avenir, je m'aventurerai à porter le plus souvent de beaux vêtements pour "plaire aux yeux de mes amis." 🍷



Vous devriez suivre la pratique spirituelle d'une façon modérée. D'accord pour devenir un saint demain, mais pourquoi devriez-vous vous précipiter pour le devenir aujourd'hui ? Vous avez attendu pendant de nombreuses vies, que représente donc l'attente supplémentaire de quelques jours ? Plus vous êtes anxieux, plus vous vous faites obstruction.

Dans les temps anciens, il y avait une personne qui suivait dans sa pratique un Maître illuminé. Un jour,



il demanda à son Maître : "Maître, combien de personnes aussi sincères que moi pouvez-vous trouver dans ce monde ?" Son Maître répondit : "L'univers est rempli de disciples comme toi." (Maître et tout le monde rient.) Encore sceptique, le disciple demanda à nouveau : "Maître, je suis vraiment sincère. Si je renonçais à tout, y compris mes parents, mes enfants et mes amis, combien d'années me faudrait-il pour atteindre l'état de saint ?" Le Maître lui dit : "Si tu es assidu, tu peux l'atteindre entre cinq à quinze ans." Le disciple demanda encore : "C'est trop lent. Si je m'abstiens de manger et de boire, et même de dormir afin de

seulement méditer, les jambes croisées pendant vingt-quatre heures par jour, quand pensez-vous que je deviendrai un saint ?" Le maître dit : "Par cette voie, cela te prendra de trente à cinquante ans pour devenir un saint." (Maître et tout le monde rient.) Vous savez pourquoi ? Il était trop anxieux. Qui pensait-il être ? Qui se souciait du fait qu'il devienne ou non un saint ? Qui pourrait avoir besoin d'une personne comme lui ?

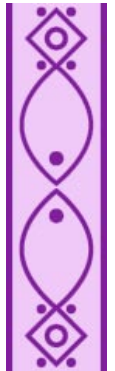
Sakyamuni Bouddha était magnifique et l'Inde était une terre sainte. De nombreuses personnes étaient végétariennes et savaient qu'elles devaient suivre une pratique spirituelle. Toutefois, Il n'a délivré que des dizaines de milliers de personnes. Même après Son départ, certaines personnes l'ont encore diffamé. D'autres sectes religieuses ont dit qu'Il était un hérétique, un pratiquant diabolique et un démon ! De même, certaines personnes ont calomnié Jésus-Christ. Ces deux Êtres sont aujourd'hui encore diffamés. C'est parce qu'ils étaient prédestinés à devenir des Maîtres illuminés, et étaient assignés par Dieu à délivrer des gens. Ils n'avaient pas d'autres choix que de venir délivrer les êtres sensibles. Lorsque de sincères aspirants Les imploraient d'annoncer la Vérité, Ils n'avaient pas le cœur à refuser, parce qu'ils ne voulaient pas les peiner. Par conséquent, peu importe de devenir un saint, puisqu'en fin de compte tout le monde le deviendra.

Sakyamuni Bouddha avait un disciple qui ne dormait pas, même pendant la nuit. Il semblait qu'il méditait le jour et chantait les soutras pendant la nuit, jusqu'à ce que plus tard, ces yeux ne lui permettent presque plus de voir. Sakyamuni Bouddha lui dit : "La manière dont tu pratiques te fera prochainement devenir maya, plutôt qu'un saint. Lorsque tu joues de la cithare et que les cordes sont



## Vivre une vie équilibrée est le Tao

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
Hsihu, Formose, le 19 octobre 1990  
(à l'origine en chinois)



trop tirées, peuvent-elles produire un son ? Le disciple répondit : "Non !" "Et si les cordes sont trop lâches, un son pourra-t-il être produit ?" Il dit : "Non, aucun son ne sortira." Alors Sakyamuni Bouddha dit : "La meilleure voie est la voie du milieu." Par conséquent, une vie équilibrée est le Tao, un esprit ordinaire est le Tao. Nous ne devrions nourrir aucun désir ardent. Désirer ardemment de devenir rapidement un saint est également une sorte d'avidité. Nous devrions être modérés dans tout ce que nous faisons. Comment demander à un nouveau né de monter sur un vélo ? Vous seriez peut-être désireux de le voir grandir et devenir une grande personne, mais il ne faut pas le pousser. Il ne peut même pas marcher de manière stable, comment donc pouvez-vous lui demander de courir ? Même s'il se force à courir, il tombera très rapidement.

Lorsqu'un enfant apprenant à marcher essaie de courir, ne risque-t-il pas de tomber quelques pas plus loin ? Le résultat est qu'il se cassera le nez et se blessera, car il est trop impatient.

Nous devrions tout d'abord porter une grande attention à notre mental. Vérifier si oui ou non nous avons un idéal pur et noble ; vérifier si nous avons le contrôle de notre avidité, de notre colère et de notre engouement ; vérifier que nous sommes suffisamment aimants et patients vis-à-vis des autres ; vérifier que nous sommes suffisamment magnanimes, compréhensifs et généreux afin de tolérer les erreurs des autres. Lorsque nous aurons vérifié tout cela, il ne sera pas trop tard pour devenir un Maître illuminé ou un saint. Avant d'avoir atteint la perfection, qui pourrait bénéficier du fait que nous soyons



un Maître illuminé ? Nous n'avons pas encore effacé nos sentiments de culpabilité, ni nettoyé nos idées préconçues et notre ignorance. Le fait d'avoir un esprit étroit ne nous permet pas de tolérer beaucoup de personnes. Notre amour est encore trop peu significatif pour aimer beaucoup de personnes. Pourquoi donc se précipiter pour devenir un Maître illuminé ? Quel serait l'intérêt que les saints et les Maîtres versent tout Leurs pouvoirs dans une personne à l'esprit étroit, agitée et ignorante ?

Dotée de pouvoir et non d'amour, une telle personne deviendra maya. Il n'y a pas de différence significative entre maya et un saint. Les deux ont les mêmes pouvoirs, mais le saint a l'amour, qui fait défaut à maya. Maya est très égoïste, exige tout et prend tout. Il ne fait que critiquer sans pardonner. Le saint non seulement critique, mais pardonne aussi. Il critique lorsque c'est le bon moment, afin d'aider les gens à progresser et à prendre conscience de leurs propres défauts. Lorsque le temps est venu de pardonner, il le fera, donnant aux gens le courage nécessaire de continuer, sans être accablés par de lourds sentiments de culpabilité.

Pour véritablement devenir un saint, nous devons devenir parfaits de tous les points de vue, et non d'un seul. Si nous sommes seulement magnanimes, mais ne critiquons jamais, alors ce n'est pas bien non plus ! Par exemple, si vous faites l'éloge de quelqu'un alors que vous devriez le critiquer et l'éduquer, vous allez le gâter et nuire à sa capacité de jugement dans sa pratique spirituelle. C'est pourquoi je dis : "Chacun doit être équilibré dans le Yin et le Yang afin de devenir un saint". Nous devrions aller au bout de toutes les dimensions de la vie. En vivant dans ce monde, nous avons encore besoin de manger, de dormir et d'interagir avec les autres. Par conséquent, nous devrions être normaux. Quant à notre niveau intérieur et à nos progrès spirituels, nous devrions les garder pour nous et éviter de les révéler à travers notre façon d'être. 🌸

## *Une conférence du Maître de transformation*

Par la sœur initiée Dai, Chine Continentale

En octobre dernier, ma sœur aînée a perdu la clé du double verrou de sécurité de notre maison, et je n'ai pas changé le verrou immédiatement. Un jour, alors que mon mari et moi étions partis travailler, mon beau-frère était seul à la maison et sorti de la pièce de méditation pour s'apercevoir que le magnétoscope de la salle à manger passait une des conférences vidéo de Maître. Il a pensé que nous étions partis travailler et avions oublié d'éteindre la vidéo. Il s'est alors assis sur le canapé et a regardé la cassette. (Cependant, il n'y avait en fait pas de cassette dans le magnétoscope à ce moment-là).

Quelques minutes plus tard, quatre étrangers avec la clé sont entrés par effraction dans notre maison et se sont dirigés vers notre salle à manger. L'un avait environ 40 ans et portait une

grande barbe, et les autres avaient à peu près 20 ans. Mon beau-frère leur a dit : "Eh, sortez, je ne vous connais pas !" Mais ils ne l'ont pas écouté et se sont même assis sur le sofa pour regarder la vidéo avec mon beau-frère, tout comme s'ils étaient des amis que l'on avait invités. À peu près une heure plus tard, lorsque le Maître de transformation a fini Sa conférence, la télévision s'est éteinte automatiquement. Mon beau-frère a pressé les étrangers de partir et leur a dit : "Maître a fini Sa conférence et c'est l'heure de partir." Mais ils n'ont pas répondu. Mon beau-frère a alors pris un des livres de Maître et a commencé à le lire. Pendant ce temps, les étrangers sont partis sans qu'il s'en rende compte.

Lorsque je suis rentrée à midi, j'ai remarqué que le verrou de sécurité, que je me souvenais parfaitement avoir fermé, était

ouvert. J'ai interrogé mon beau-frère à ce sujet et je me suis rendue compte que le corps de transformation de Maître nous avait aidé à éviter un désastre. Elle avait non seulement protégé nos vies et nos biens, mais avait également saisi la chance d'éduquer et de sauver les âmes des intrus. Maître a dit un jour : "Rien qu'en prenant refuge dans le Tao vous pouvez être sauvé, et nulle part ailleurs n'est plus sûr." Cette expérience miraculeuse avait une fois de plus prouvé la justesse des paroles de Maître.

Merci beaucoup à Maître pour Son entière attention. Nous, les membres de notre famille qui sommes tous initiés, espérons de tout cœur que les gens sur terre choisiront cette précieuse occasion et suivront Maître pour pratiquer spirituellement et prendre refuge dans le "Tao" et obtiendront la libération éternelle dans cette vie 🌸



D'habitude, les gens disent que la femme du voisin est toujours plus belle. Mais je ne le pense pas. Les reportages disent que 90% des hommes, s'ils le pouvaient, se marieraient de nouveau avec la même femme. Alors, ne soyez pas infidèles, soyez désolés et devenez l'un des 90%. C'est pourquoi, des temps anciens jusqu'à aujourd'hui, tous les Maîtres recommandent la fidélité et la loyauté à un partenaire. Parce qu'ils savent que vous vous sentirez désolés d'une certaine façon.

Cela prend un long moment pour arriver à se sentir bien avec une personne, un étranger. Si c'est une femme ou un homme que vous aimez, il ou elle est un étranger pour vous. Vous ne les avez jamais rencontrés auparavant. Même si vous les connaissiez comme camarades d'école ou quelque chose comme ça, il y a tout de même quelque chose à l'intérieur d'eux que vous ne connaissez pas jusqu'à ce que vous viviez ensemble vraiment.

Parce que lorsque vous vous donnez rendez-vous, comme petit ami, petite amie ou fiancé, vous partagez les mêmes joies, mais vous ne vous inquiétez pas des mêmes problèmes. Vous partez, vous rentrez à la maison et chacun s'inquiète de ses propres problèmes et s'occupe de ses propres responsabilités. Lorsque vous êtes ensemble, vous partagez uniquement les joies. Alors les choses sont différentes, plus roses. Et même si vous vous disputez un petit peu, à cause de la distance et le besoin ou l'habitude d'être ensemble, vous revenez ensemble et pardonnez rapidement. Mais dès que vous vivez ensemble, vous avez à partager les mêmes responsabilités et les mêmes anxiétés ; les choses deviennent différentes. Cela prend un long moment pour mûrir cette relation amoureuse, pour apprendre de chacun les habitudes et les aspects les plus profonds de l'être intérieur de l'autre personne.

Cela vient avec le temps. Vous vous habituez à leurs défauts et à leurs "trop à faire" et leurs "trop tard" ou "trop tôt" à la maison, et des choses comme ça. Mais cela prend un long moment pour s'y habituer. Et dès que vous avez créé une bonne relation avec

## Cultiver un heureux mariage

*Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
Phnom Penh, Cambodge,  
le 23 juillet 1995 (à l'origine en anglais).*

*Vidéo No.563*

l'autre, maîtrisé les différences et déjà trouvé tous les points d'accord, alors cela devient comme votre propre création. Votre relation est votre création, donc vous vous sentez bien. Exactement comme si vous aviez construit une maison pour vous-mêmes.

Même si elle n'est pas si bien que la maison du voisin, ou si elle est différente ou que quelques personnes ne la trouvent pas si bien, c'est votre maison. Et lorsque vous la créez de vos propres mains, vous l'aimez. Vous sentez que vous êtes

une partie d'elle. Alors c'est pourquoi lorsque vous divorcez d'une femme ou d'un mari de longue date, vous vous sentirez malheureux. Et si vous devez commencer de nouveau avec une autre personne, cela prendra au moins dix autres années.

Bon, j'essaye encore avec difficulté avec tous mes "femmes et maris" ici au Centre. Je ne les connais encore toujours pas. Je suis surprise tout le temps ; ils me donnent toujours de grandes surprises. Je ne peux jamais dire si je les connais déjà totalement extérieurement et intérieurement. Je connais quelques parties d'eux mais je ne les connais pas totalement - leurs personnalités, pas les qualités intérieures divines. J'ai aussi des assistants mais quelques fois lorsque j'en change un, même si c'est le pire, je me sens très mal. Je dois leur apprendre à nouveau tout et c'est très, très fatigant. Et cela importe peu combien mauvaise était la dernière, elle avait des bons côtés aussi. Je m'étais aussi habituée à ses mauvais et bons côtés. Je savais comment faire avec les mauvais et accepter les bons. Et maintenant les nouveaux défauts et les mauvaises habitudes arrivent, et je dois de nouveau m'arranger avec toutes les nouveautés. C'est excitant mais fatigant aussi.

C'est pareil entre femme et mari. Parce que lorsqu'ils se rencontrent la première fois, ils se vouent à rester ensemble et sincèrement veulent construire un nid ensemble. Ils mettent tout leurs cœurs et pensées dans la construction de la relation et de la maison. Ils sont très sincères. Et ainsi maintenant, ils deviennent comme une partie de chacun. Vraiment, c'est pourquoi nous les appelons "partenaires" ou "l'autre moitié" ou





"la meilleure moitié". Donc après la séparation, c'est comme s'ils étaient moitiés ; ils sont moitiés à cinquante pour cent. Et généralement ils sentent que quelque chose manque. Construire une maison avec un autre partenaire ne serait pas pareil ; construire une autre relation ne serait pas pareil.

Chaque être humain a des bons points et des mauvais points ; il y aura quelque chose qui manquera dans chacun et dans tous les êtres que vous rencontrez. Alors, quelquefois, vous imaginez que la prochaine personne est meilleure, ou l'autre moitié, ou la femme du voisin est meilleure, mais ce n'est pas nécessairement ainsi. Les recherches ont montré que la plupart des hommes voudraient se remarier avec la même femme, ce qui prouve justement que les religions, la Bible et les commandements ont été dans le vrai tout le temps. Car de toute façon, chacun est Dieu, que ce soit cette femme Dieu ou bien celle-là, c'est toujours Dieu. Alors nous pourrions justement pour cette raison nous habituer à un Dieu. Chacun a juste des attributs différents pour les rendre un peu différents. Donc, plus tard, si votre relation est devenue aigre, ou si quelque chose n'est pas bien dans votre famille, vous devez penser de nouveau, si vous voulez vous débarrasser de cette femme ou de cet homme ou si vous avez fait une erreur, qu'est ce qui pourrait arriver si elle était vraiment partie. Donc si vous n'êtes pas vraiment sûr, alors quittez la maison juste pour quelques jours, allez à une retraite ou quelque chose comme ça.

Les gens disent que plus vous ressemblez à votre partenaire, meilleure est la relation. Cela veut dire que vous vous aimez si fort qu'inconsciemment vous absorbez les qualités de l'autre et devenez un. Même votre expression change. C'est comme les chiens, les chats et leurs maîtres, qui ressemblent exactement à leurs chiens et chats. Parce qu'ils aiment leurs chiens et chats si fort, ils imitent leurs expressions. Par exemple, ils ont l'air d'allonger leur nez pour le faire plus long, comme celui d'un éléphant, s'ils aiment un éléphant (rires). J'ai vu beaucoup de gens qui aiment les animaux domestiques, qui ressemblent exactement à leur animal domestique. Vous le savez, vous les avez vus aussi. Quand les gens marchent dans le parc avec leur animal derrière eux, vous ne pouvez vraiment pas dire qui appartient à qui ! Chacun d'eux se ressemblent tellement. Et ils s'entendent bien, le chien et le maître.

C'est pareil dans une relation humaine, plus vous vous ressemblez, plus cela veut dire que votre relation marche bien. Premièrement, parce que vous vous aimez, vous vous ressemblez, parce que l'ex-

pression et la pensée sont identiques, et ainsi votre apparence extérieure change. Et c'est pourquoi, lorsque les gens pratiquent la Méthode Guan Yin, ils sont plus beaux. C'est naturel. Vous voulez devenir Dieu, et Dieu est beau. Et vous vous transformez vers une ressemblance à Dieu, plus comme la qualité d'un ange. C'est pourquoi, lorsque les gens vous regardent, ils sentent seulement que vous êtes beaux, même si vous êtes boiteux, si vous êtes amputés ou si vous êtes chauves, ou si vous marchez comme un bossu. Car la qualité intérieure de Dieu brille, elle brille et elle brille et fait que chacun se sent très bien. Car vous ressemblez à Dieu maintenant. Et Dieu aime Dieu ; ce qui se ressemble s'assemble.

Donc si un couple se ressemble beaucoup, ils s'aimeront de plus en plus chaque jour. Car regardons cela en face : c'est nous que nous aimons le plus. N'est-ce pas ? Nous passons des heures à nous regarder dans le miroir et coiffer nos quelques restes de cheveux, et prenons soin de quelques mèches de barbe et des choses comme ça. Nous nous aimons nous-mêmes, et c'est correct. Les problèmes n'arrivent que lorsque nous nous détestons. C'est le plus grand péché que nous puissions faire. Nous sommes Dieu. Si nous ne pouvons pas nous aimer, personne ne le peut. Et si nous ne nous aimons pas, cela veut dire que nous n'aimons pas Dieu. Si nous ne pouvons pas nous aimer nous-mêmes, nous ne pouvons aimer personne d'autre. Peu importe qui vous dit d'aimer les autres avant vous-mêmes, aime ton voisin ou quelque chose comme ça. Aimez-vous vous-mêmes en premier et alors votre voisin sera pareil.

Si vous ne vous aimez pas, de la même façon vous ne pouvez aimer les autres. Vous ne savez pas ce qu'est l'amour. Seulement si vous vous aimez, vous pouvez prendre bien soin de vous. Alors vous savez ce que les autres aiment aussi, ce que l'on ressent lorsque vous vous aimez vraiment et prenez soin de vous, ce qui est bien pour vous. Alors vous savez comment offrir la même chose à la prochaine personne, car vous savez ce qui est bien pour lui ou pour elle. Chacun m'aime, car je sais comment prendre soin de moi. Je sais ce qui est bien pour moi. et je m'aime, comme vous pouvez le voir. Donc lorsque je prends soin de quelqu'un, il est sous le charme. Ou elle est étouffée, et s'évanouit. Je sais juste exactement ce qu'elle aime car je sais exactement ce que j'aime.

Vous voyez que quoi que je porte vous aimez, non ? Car je sais quoi mettre pour être belle. Je m'aime. Ce n'est pas que je sois gâtée, tout me va, et ce n'est pas




parce qu'ils coûtent chers et pas parce que mes vêtements ne sont pas comme les vôtres. C'est juste que je sais ce qui me va. J'ai l'air bien dans à peu près tous les vêtements car je choisis juste ceux qui me vont. Ce n'est pas que j'achète des vêtements chers. Je porte des choses chères aussi, mais cela ne veut pas dire que parce qu'elles sont chères, elles me vont bien. Tout me va. Et j'ai l'air bien dans à peu près tous les vêtements car j'achète les couleurs que j'aime. J'ai seulement le sentiment que cela m'ira. C'est pourquoi cela a l'air bien. J'adore me faire belle. Si je dépense le même argent, pourquoi devrais-je acheter quelque chose qui me rend laide ? Je dois fournir le même effort, laver et repasser et prendre du temps pour m'habiller et tous les mêmes problèmes, alors pourquoi devrais-je payer pour me rendre pire ? C'est le principe.

Donc si je sais comment me faire belle et comment prendre soin de moi, et s'il arrive que je prenne soin de quelqu'un d'autre si c'est nécessaire, alors cette personne doit se sentir bien. Il n'y a pas d'autre choix que de se sentir bien. Je n'en fais pas trop. Chaque chose que je fais est juste et rapide. Et cela paraît bien et parfait et on se sent bien. Car je sais comment j'aime que les gens s'occupent de moi. Je n'aime pas les non-

sens ou prendre trop de temps, trop en faire et étouffer les gens. Juste aller droit au but.

Donc si vous pouvez vraiment prendre soin de vous-mêmes et vous aimer, il n'y a personne dont vous ne pourriez vous occuper, et personne qui ne se sente pas bien près de vous, même si vous ne vous occupez pas d'eux. Car ils sentent que vous êtes simplement le genre de personne qu'ils aimeraient être, très facile, exacte, simple et qui ne se trompe jamais.

Alors aimez-vous, prenez soin de vous. Mais ne prenez pas trop de temps. Quelqu'un m'a dit : "Vous avez l'air toujours heureuse et satisfaite de vous-même." J'ai dit : "Oui, j'ai l'air bien, et je me sens bien. Je suis bien !" J'ai juste confiance. Peut-être que je ne suis pas la plus jolie femme du monde, mais j'ai l'air bien. Alors ayez l'air bien. Pomponnez-vous quelques fois, même si vous êtes occupés. Et prenez quelques moments pour vous-mêmes. Car vous êtes la personne qui a le plus de valeur sur cette planète. Chacun l'est. Vous avez seulement à prendre soin de votre propre valeur ; les autres gens ont leur valeur mais c'est la leur. Donc votre valeur est la seule importante. Prenez soin de vous car vous êtes Dieu. Soyez bon, sentez-vous bien et soyez noble. Et allez vers le but de ce que vous voulez être. 

## Aphorismes



*Prononcé par Maître Suprême Ching Hai, Costa Rica, le 16 décembre 1990  
(à l'origine en anglais) Vidéo n°141*

**Le mariage sous-entend une association afin d'essayer d'améliorer la vie de l'un et de l'autre, d'essayer de soutenir les idéaux de l'un et de l'autre, et d'essayer de rendre nos vies plus nobles.**





Lorsque je vous parle du mariage et de l'amour, s'il vous plaît ne pensez pas que je vais au-delà de mes responsabilités. Non ! Je le fais parce que vous ne pouvez pas entrer en samadhi lors de votre méditation si vous n'avez pas un mariage heureux ou de bonnes relations avec votre épouse. Vous ressentez une angoisse intérieure et un trouble émotionnel. Votre mental est rempli de toutes ces choses. Vous ne pouvez même pas réciter les Saints Noms, alors, pas la peine de parler d'entrer en samadhi ! À ce moment-là votre partenaire est plus important que le Maître. Mais je ne vous blâme pas parce que de telles choses sont inévitables. À ce moment-là, vous ne voulez même pas atteindre le Nirvana. Même si vous le voulez, vous ne le pouvez pas car vous êtes malheureux. Je suis passée par ces moments-là avant, donc je peux être maintenant votre professeur. De telles situations sont difficiles à éviter et à contrôler.

Bien sûr, lorsque nous progressons spirituellement, nous savons comment gérer nos relations d'amour marital. Cependant, il y a des amis pratiquants qui sont émotionnellement déprimés et malheureux intérieurement. Cependant, je dois vous parler de ces affaires terrestres parce qu'elles sont liées à la pratique spirituelle. Lorsque vous êtes heureux, vous êtes au Nirvana. Peu importe qui vient à vous, vous êtes heureux, et vous pouvez aimer n'importe qui, ou pardonner à n'importe qui, ou donner quoi que ce soit à n'importe qui. Mais lorsque vous n'êtes pas heureux, vous ne voulez rien faire et ne voulez prendre aucune responsabilité. Vous ne le pouvez pas, même si vous le voulez, parce que vous n'avez pas l'inspiration de le faire. Dans ces moments-là, vous êtes fatigués de tout et vous voulez oublier le monde entier. C'est pourquoi il y a un proverbe qui dit : "Le Dharma existe dans les choses de ce monde". Ai-je raison ? (Le public : Oui). C'est cela.

## Mariage et spiritualité

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
retraite de sept jours à Hsihu, Miaoli, Formose,  
Du 5 au 12 mai 1991 (à l'origine en chinois)

vidéo n°165

Vous avez tous expérimenté cela.

Cependant,

Je dis souvent que si vous voulez avancer en douceur sur le chemin de la spiritualité, vous devez protéger vos émotions et votre mariage. Pour ceux d'entre vous qui sont encore célibataires, vous devriez également protéger vos relations avec ceux que vous aimez, si vous vous aimez vraiment. Ce sera trop tard si vous essayez de la rectifier une fois que vous avez rompu. Les temps heureux ne durent pas éternellement. Vous ne rencontrez pas toujours quelqu'un que vous aimez réellement et avec qui vous voulez partager votre vie. Alors prenez-en soin une fois que vous l'avez rencontré(e).

Ne pensez pas que c'est une chose sans importance ou de ce monde terrestre. Non ! Non ! Les gens se sentent souvent seuls lorsqu'ils n'ont pas de compagnon. Certains peuvent le supporter, mais la plupart ne le peuvent pas. Alors prenez soin de protéger cela, si vous en avez encore besoin.

Même les petites perles sont protégées et chéries comme des trésors, sans parler de l'amour ! Cela pourrait vous être très utile. Même si vous ne devez pas vous y attacher, vous ne devez pas l'ignorer non plus. Une voiture ne peut pas être une personne comme vous, une partie de vous, mais vous en avez encore besoin pour vous rendre à Hsihu. Ce serait trop malcommode et prendrait trop de temps de vous y rendre à pied. Vous ne pouvez pas dire : "Je viens à Hsihu pour pratiquer spirituellement et obtenir l'illumination. Pourquoi ai-je besoin d'une voiture ? C'est seulement un véhicule physique. Abandonnons-le sur le bas-côté de la route !" Vous ne pouvez pas faire cela. Cela vous prend beaucoup moins de temps et vous conduit près de moi plus rapidement. Vous pouvez consacrer plus de temps à la méditation. Bien sûr, vous pouvez venir à pied, mais cela vous prendrait plusieurs mois, et vous auriez probablement abandonné au moment où vous arriveriez. 🍷



## Comment régler les conflits dans le mariage

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
Malaisie, le 25 février 1992(à l'origine en anglais) Vidéo n°219

Certaines personnes ont acquis de la sagesse de par leurs expériences de mariages difficiles dans le passé. En conséquence, elles se tiennent à l'écart du mariage à présent, et éventuellement, deviennent moines pour cette raison. Elles ont probablement accumulé suffisamment d'observations en ce qui concerne la vie maritale, et n'ont plus besoin d'essais dans un tel domaine d'étude ou d'expérimentation. Elles ne se marient donc pas durant cette vie. Elles se sentent satisfaites en étant seules.

Mais si vous êtes déjà marié, essayez de rester avec votre partenaire. Peut importe combien cela est difficile. Par exemple, j'ai entendu dire que Tolstoï avait une femme très pénible. Et, un jour, alors qu'il parlait à un de ses amis, cette femme révéla les défauts de son mari d'une terrible manière. Elle dégradait l'image de celui-ci, et faisait en sorte qu'il se sente humilié face à son ami.

Celui-ci lui dit alors : "Tu es plus grand qu'elle ne l'est. Elle n'est que menu fretin. Pourquoi ne démontres-tu pas ta force à ce démon, et n'en finis-tu pas avec lui ! Comment peux-tu supporter tout cela ?" Tolstoï répondit : "Chut ! Ne parle pas trop fort ! J'ai essayé cela auparavant, dans ma vie précédente. C'est pourquoi j'ai le "double d'impôt" maintenant ! Il vaut mieux que je ne recommence pas, sinon j'aurai triple impôt dans ma prochaine vie."

Il ajouta : "Je dois le supporter. Car si je recommence, je ne m'en sortirai jamais." Il savait que cela serait le triple d'impôt et plus, tout le temps. Ainsi, il essayait de faire avec.

Si vous avez un partenaire soit disant terrible, et qu'après tout vous sentez que vous en avez besoin, cela est dû à votre connexion l'un avec l'autre durant votre vie précédente. Vous avez à payer pour cela. Alors, essayez de le supporter et faites tout ce que vous pouvez, de toutes vos forces, pour satisfaire cette personne, de sorte à rembourser la dette rapidement. La meilleure façon de se débarrasser de l'ennemi est d'en faire votre ami. La meilleure façon de se débarrasser d'une femme terrible est de lui plaire, ou d'un mari terrible, est de lui plaire, de se soumettre à toutes ses demandes. Et alors, il ou elle deviendra votre ami(e).

## Remplir vos obligations en tant que partenaire dans le mariage

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai, HsihuFormose,  
le 21 Janvier 1996(à l'origine en chinois) Vidéo n° 523

Quand bien même je vous donne des astuces concernant le maquillage, ou des vertus, pour vous rappeler que vous devriez faire de votre mieux pour vous entretenir et valoriser votre esthétique, ceci ne peut pas garantir que votre mariage va définitivement devenir heureux et source de satisfaction. C'est parce que le karma crée parfois des situations qui diffèrent de nos attentes. En conséquence, si nous avons d'ores et déjà fait de notre mieux, et que notre mariage persiste dans une situation d'échec, nous devrions remercier Dieu pour nous libérer. Il n'y a aucune raison de se plaindre.

Si nous n'avons pas rempli nos obligations dans le cadre du mariage, et dans le cas où celui-ci échoue, nous nous sentirons mal à l'aise au fond de nous. Nous penserons que peut-être c'est de notre faute, peut-être que nous n'avons pas fait assez bien, notre cuisine était minable, ou nous ne nous embellissions pas pour les yeux de notre mari. C'est pourquoi nous devrions effectuer chaque chose aussi bien que possible. Néanmoins, cela ne signifie pas d'une façon certaine qu'après avoir tout fait pour le mieux, notre mari ne nous quittera pas. Personne ne peut garantir ce genre de chose.

Dans le même ordre d'idée, si un mari est tout à fait parfait, et de plus très doux, rien ne peut assurer que sa femme ne le quittera jamais. Les effets et les obstacles karmiques dans ce monde sont vraiment difficiles à prévoir. Cependant, faire de notre mieux pour assumer nos responsabilités et obligations nous procure la paix de l'esprit. Dans le cas où quelque chose se produirait réellement, notre conscience ne se sentirait pas mal à l'aise. Nous pourrions regarder en face notre conscience sincèrement, car nous saurons que nous avons rempli notre devoir, et fait correctement tout ce que nous avons à faire.





## Marié ou non, soyez juste naturel !

*Prononcé par Maître Suprême Ching Hai, retraite internationale de trois jours au Cap, Afrique du Sud, les 28-30, novembre 1999 (à l'origine en anglais) Vidéo N°673*

**Q :** Maître, je voulais juste savoir s'il y a quelque chose pour les gens qui sont spirituels pour éviter de prendre part à la vie du mariage car la plupart des gens qui sont spirituels sont célibataires pour autant que je sache, comme les prêtres et beaucoup d'autres.

**M :** Oh, donc les prêtres sont spirituels. Êtes-vous sûr de cela ?

**Q :** Ils sont religieux; je peux dire ça.

**M :** Ok, Vous pouvez être célibataire si vous le voulez ou vous pouvez être marié si vous le voulez. Il n'y a pas de différence. Mais la différence est comment vous le gérez. Le mariage ne veut pas dire que vous ne pouvez pas trouver Dieu. Autrement, Dieu n'aurait pas créé l'homme et la femme, mais Dieu aurait créé l'homme seul et la femme seule. D'accord ? Numéro un.

Numéro deux, en fait une fois marié vous vous habituez plus à cette vie, et vous êtes encore plus concentré sur la spiritualité après un moment. Parce que vous savez ce que c'est, vous n'avez plus ce fort désir, et après avoir vécu avec votre femme un moment vous devenez amis. C'est la plupart du temps comme cela. Donc célibataire ou marié c'est presque pareil à la fin. Mais la plupart des gens, lorsqu'ils sont mariés, sont trop concentrés sur leur partenaire et c'est difficile de se concentrer sur Dieu. Cela peut être un problème. Mais si vous savez comment gérer l'énergie d'une relation, cela vous aidera encore plus spirituellement, car vous êtes content physiquement et votre mental est content. Lorsque quelqu'un vous aime, vous êtes content physiquement, émotionnellement et mentalement. Donc votre vie spirituelle avance plus vite. Dieu n'a pas inventé l'amour pour rien. C'est comme ça. L'amour physique ou l'amour dans le mariage est une partie de l'amour de Dieu, c'est une réplique de l'amour de Dieu. Cela vous aide à trouver un amour plus grand. N'ayez pas d'allergie contre le mariage. Soyez juste normal. Si vous voulez vous marier, mariez-vous. Si vous voulez rester célibataire, restez célibataire. 🌸

## Faire face aux affaires de cœur

*Prononcé par Maître Suprême Ching Hai, Singapour, le 9 mars 1993 (à l'origine en anglais)*

*Vidéo n°328*

**Q :** Chère Maître, que doit faire un homme lorsqu'il a fait un mariage malheureux, mais qu'il tombe ensuite amoureux d'une autre femme mariée ?

**M :** Vous devez observer votre propre mariage et regarder si vous ne pouvez absolument pas le sauver, le modifier ou l'améliorer. Ou bien peut-être que vous recherchez l'amour dans une autre relation juste comme excuse pour votre propre plaisir. Parce que c'est déjà assez difficile d'être marié une fois. Alors c'est mieux si nous pouvons prendre soin de nos relations dans le mariage. Je sais que c'est difficile ; chaque chose est difficile dans ce monde. Mais cela ne veut pas dire que c'est impossible.

Parlez à votre femme de là où se situe le problème. Mais ne lui parlez pas de votre liaison, s'il vous plaît. Si vous en parlez, il se peut qu'il n'y ait plus de solution. Ça va, si vous pensez que c'était une erreur, vous pouvez essayer de l'arrêter ou d'y renoncer. Mais parlez à votre femme sur la façon de comment améliorer votre relation : là où elle échoue ou là où vous échouez, et de quand vous avez besoin de son attention ou d'une amélioration, ou quand elle a besoin de vous. 🌸



Parlez ensemble. Offrez-lui de nouveaux cadeaux ; achetez-lui une nouvelle robe. Parez-la de belles choses ; faites-en votre beauté. Faites-en la beauté de votre vie, au lieu de dépenser du temps et de l'énergie avec la femme de quelqu'un d'autre. Parce que vous ne la possédez pas de toute façon. C'est mieux de prendre soin de ce que vous avez, et de ne pas gaspiller du temps et de l'énergie avec les possessions des autres. Peu importe combien vous aimez la voiture de votre voisin, vous n'allez pas vaporiser de l'or dessus. Vaporisez-le sur votre propre voiture ! Prenez soin de votre voiture, parce que vous la conduisez et vous en avez besoin chaque jour. La voiture vous est nécessaire. La voiture du voisin, vous pouvez l'admirer en silence, mais ne vaporisez pas d'or dessus. N'allez pas trop la regarder et négliger votre voiture. Un jour peut-être le conducteur de la voiture voisine l'emmènera, et soudain vous vous retrouverez sans rien. Votre voiture est au garage, en panne, négligée, et maintenant vous êtes embêté.

Alors travaillez pour votre mariage, si vous pensez qu'il en vaut la peine. Et, en même temps, respectez le mariage des autres. Cela vous blesse d'abandonner les choses que vous aimez. Mais pensez à l'autre homme. Si vous étiez dans sa position, seriez-vous heureux ? Ne préféreriez-vous pas que votre femme vous soit fidèle et dévouée ? Donc faites de votre femme une bonne épouse, et faites de vous-même un bon mari. Et faites en sorte que la femme du voisin devienne également une bonne épouse envers son mari. Ce serait la meilleure solution si vous n'en trouvez pas de meilleure.

Merci d'avoir confiance en moi pour vos problèmes familiaux. Mais c'est également très important. Si votre cœur n'est pas en paix, peu importe le nombre de femmes que vous aurez, votre travail et tout le reste, tout ira de travers. C'est mieux de vous satisfaire de ce que vous avez, et d'en prendre soin et de l'embellir. Rendez-le plus beau et plus approprié à votre goût. De la même façon que vous cultivez votre jardin et plantez vos rosiers, faites que ce que vous avez soit ce qu'il y a de plus beau pour vous. 🌸

## *Faire de son mieux pour préserver son mariage*

*Prononcé par Maître Suprême Ching Hai, Université de Californie, Irvine, Californie, Etats-Unis, le 2 juin 1998 (à l'origine en anglais) Vidéo n°623*

**Q :** Que pensez-Vous du divorce ?

**R :** C'est une mauvaise chose ; le divorce est l'ultime solution en ce qui concerne une relation amoureuse. Et cela ne devrait pas du tout arriver. Mais c'est très difficile de réaliser des choses en commun étant donné que les hommes et les femmes sont très différents. Les hommes sont plus calmes, plus directs, simples, et les femmes sont plus sentimentales, plus romantiques. Ainsi le guerrier et la beauté ne vont pas bien souvent ensemble, mais il y a beaucoup de manière de les réconcilier. Il existe des conseillers conjugaux ainsi que des livres à ce sujet. Et il y a évidemment la méditation qui pourra concilier beaucoup de différences. Vous verrez que chacun de vous deux changera et deviendra plus aimant, plus compréhensif et moins exigeant. Et cela si vous êtes tous les deux à un niveau presque similaire ; autrement vous aurez encore des conflits. Mais vous continuerez encore à vous aimer. Vous ne recourrez pas au divorce comme le font la plupart des gens qui n'ont pas la pratique de la paix intérieure et qui recourent davantage au divorce.

Je n'aurais pas divorcé de mon mari si j'avais été illuminée à ce moment-là. Je vous le dis : c'était le meilleur des hommes et il l'est encore maintenant. Mais maintenant il est le meilleur des hommes de quelqu'un d'autre. Après l'illumination, vous apprendrez à mieux apprécier votre partenaire. Beaucoup de conflits familiaux sont effacés après l'initiation, si le mari et la femme méditent ensemble. Cela aide beaucoup que vous réalisiez que vous êtes Dieu tous les deux. L'amour entre vous jaillira davantage, et sera magnifié pour aplanir toutes les différences entre l'homme et la femme. Vous apprendrez à vous aimer l'un l'autre, et à vous respecter chacun comme Dieu. À part l'amour physique, il en existe un autre, le saint amour qui vous liera l'un à l'autre, vous rendra plus aimants, plus responsables et plus sensibles aux sentiments et aux besoins de l'autre. 🌸





## Le meilleur modèle de partenariat - l'exemple vivant de Maître



Par la sœur initiée Ling Gao,  
Illinois, États-Unis (à l'origine en anglais)

J'ai été initiée en 1995 et je suis restée une pratiquante célibataire de la Méthode Guan Yin pendant cinq ans. Durant ce temps, ma vie était très simple, étant seulement partagée entre les études et la pratique spirituelle. À part mon travail scolaire, j'ai consacré tout mon temps à l'étude des enseignements de Maître et à la pratique spirituelle en méditant et en participant aux séances de méditations de groupe, en allant voir Maître chaque fois que c'était possible. Je sentais que je progressais et grandissais rapidement, et j'étais une heureuse et insouciante pratiquante Guan Yin célibataire. Je n'avais jamais pensé à me marier et ne pensais pas du tout le faire dans le futur.

En l'an 2000 cependant, un jour tout à fait inattendu, j'ai rencontré mon mari actuel en me rendant à un entretien pour décrocher un emploi. C'était ce qu'on appelle l'amour au premier regard. Pour moi, c'était davantage comme une réunion avec un vieux partenaire. Nous nous sommes mariés rapidement après six mois et en ayant ensuite un enfant. Bien que mon mariage ait été si soudain, j'y étais préparée. Au plus profond de mon cœur je savais que c'était comme cela que j'avais consciemment choisi de vivre ma vie : en réussissant à la fois dans le domaine spirituel et dans le domaine des affaires de ce monde. Je voulais tester ma spiritualité dans ma vie mondaine, et atteindre la sagesse et le bonheur que j'ai obtenus par la pratique dans mon existence de tous les jours pour voir si je pouvais en faire un "paradis".

Mon mari n'est pas initié, et je ne peux pas dire qu'il supporte ma pratique spirituelle à cent pour cent. Mais il respecte mes croyances personnelles et est tolérant envers ma pratique, ce qui est assez bon pour me donner l'espace et la liberté de continuer sur le sentier de ma spiritualité. Je remplis aussi ma part de travail en renonçant à certaines méditations de groupe pour rendre visite à ses parents durant les week-ends. Je vais de temps en temps à l'église avec mon mari pour lui montrer que je respecte vraiment Jésus-Christ, même si je ne suis pas chrétienne. Et je traite bien ses amis lorsqu'ils viennent lui rendre visite à la maison pour lui montrer que je ne suis pas antisociale étant donné que mes amis sont pour la plupart des pratiquants initiés.

Depuis que je suis mariée, j'ai donné la même importance à la vie mondaine et à la pratique spirituelle. En fait, je pense que j'y ai donné la même attention afin que les deux aspects marchent mieux. Pratiquer la Méthode Guan Yin me donne constamment un bonheur intérieur et une inspiration qui, en retour, influencent et rafraîchissent mon mariage. Ma relation sécurisée avec mon mari



## L'essence du mariage

Prononcé par Maître suprême Ching Hai, Sao  
Paulo, Brésil, le 15 juin 1989  
(à l'origine en chinois)

Il n'y a rien de mal dans le mariage. Il n'est pas bon seulement quand certaines personnes l'utilisent comme un moyen de se permettre le plaisir physique. Si un couple peut se traiter avec respect, avoir des enfants pour porter le nom de famille, vivre en paix et en harmonie, élever leurs enfants, prendre soin de leurs parents et servir la société, alors leur mariage est bon. Il nous encouragera à vivre et nous vivrons dans une atmosphère stable. Il nous donnera un sentiment de sécurité et de chaleur, tout autant que du courage et un esprit entreprenant pour travailler et faire face au futur. Ce genre de mariage est très bon.

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
Phnom Penh, Cambodge, le 23 juillet 1996  
(à l'origine en chinois)

vidéo n° 561

Il y a du bon à la fois dans le mariage et l'amitié dans ce monde. Le plus grand avantage est que nous pouvons nous apporter une aide mutuelle et nous rappeler la nature du Moi intérieur et l'importance de la pratique spirituelle. S'il y a une situation ou une relation quelconque qui puisse toujours nous rappeler la pratique spirituelle et la nature du Moi intérieur, c'est une bonne relation avec une bonne affection et une bonne émotion.



## Perles de sagesse

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
Malaisie, le 25 février 1992  
(à l'origine en anglais)

vidéo n° 219

Dieu n'est pas si étroit d'esprit pour nous interdire d'aimer notre mari ou notre femme de la manière dont nous avons l'habitude de le faire. Dieu n'est pas si cruel pour séparer des couples aimants pour L'atteindre. Nous devons étendre notre cœur à l'amour de Dieu et inclure aussi les autres êtres y compris les membres de notre propre famille. Si nous pouvons aimer les autres êtres qui sont loin de nous et qui nous sont étrangers, pourquoi ne pourrions nous pas aimer les membres de notre famille, nos proches bien-aimés.

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
Singapour, le 10 mars 1993  
(à l'origine en anglais)

Cassette vidéo n° 329

Les problèmes personnels, les problèmes de famille ne semblent pas appartenir au champ spirituel. Mais ils le sont. Parce que à quoi bon pour vous, pour moi, de vous apprendre à méditer et à devenir un Saint alors que votre vie est triste, votre mari a des difficultés et est seul, vos enfants se sentent malheureux à cause d'une rupture familiale ? Je veux dès à présent vous apporter le paradis, pas l'enfer. C'est pourquoi, tout ce que vous pouvez utiliser de ce monde pour améliorer votre vie, pour embellir votre environnement, pour solidifier et consolider votre mariage, s'il vous plaît, utilisez-le et n'y soyez pas attaché, mais utilisez le seulement.

me donne la paix de l'esprit pour ma pratique spirituelle. Je sais que si je me focalise uniquement sur une des deux parties de ma vie, je risque éventuellement de les gâcher toutes les deux.

Si l'on sait comment assumer en même temps la vie mondaine et les aspects spirituels de l'existence, il n'y aura pas de conflits entre le mariage et la vie spirituelle. Pratiquer d'une manière significative sans être distrait devient simple, mais dans le contexte du mariage cela nécessite des qualités supplémentaires telles que des talents personnels, de la rapidité pour faire le ménage, de la capacité à être romantique, etc. Actuellement, Maître nous enseigne dans ses discours comment acquérir ces talents en nous donnant tous les détails. Cependant, j'en apprendrais plus par l'exemple de Maître que par Son enseignement oral. Maître ne se retient jamais de montrer Ses larmes ou Ses rires. Elle prend dans Ses bras les gens afin de leur montrer Son amour, nous dit exactement ce qu'Elle aime et ce qu'Elle n'aime pas, et s'habille bien pour plaire à nos yeux. Elle ne dit jamais : "J'arrête" et ne nous laisse jamais seuls au monde, peu importe si la situation Lui est difficile. La manière dont Elle traite Ses disciples, avec amour et patience, nous fournit un bon exemple de la manière dont nous devons traiter nos partenaires pour la vie. 🌸

## Transformer un mariage agrandit la spiritualité

Par le frère initié Li, Chine Continentale  
(à l'origine en anglais)



D'après les idéaux du confucianisme, la poursuite de la pratique spirituelle est censée parfaire en premier l'individu, ensuite la famille, le pays et finalement le monde. Le bouddhisme insiste aussi sur le fait de faire profiter et d'illuminer d'autres créatures vivantes. Les membres d'une famille sont des êtres qui ont développé de fortes affinités entre eux dans les vies précédentes. Ainsi, la famille est un moyen naturel à travers lequel quelqu'un peut développer sa pratique spirituelle.

L'amour créé parmi les membres d'une famille qui a une compréhension spirituelle et l'objectif de l'illumination n'est pas écrasant. Au contraire, ce genre d'amour peut nous aider à briser la mentalité étroite de l'égoïsme. J'ai toujours pensé que la famille est une porte à travers laquelle une personne élargit son amour envers elle-même et le travail est une porte pour agrandir la sagesse au-delà du confort. L'amour et la sagesse sont les objectifs principaux de la pratique spirituelle.

Je suis très heureux à cet égard parce que ma femme est extrêmement intelligente et réussit dans ses études et sa carrière et est aussi une compagne très dévouée. J'ai appris la signification de l'amour inconditionnel grâce à elle et elle m'a aidé à briser ma carapace d'égoïsme.





Elle était athée quand nous avons commencé à nous fréquenter 12 ans plus tôt, quand nous étions à l'université et que je pratiquais le bhakti yoga (un yoga dévotionnel incluant des chants et des prières). Quelques années plus tard j'ai commencé à suivre Maître Suprême Ching Hai et à pratiquer la Méthode Guan Yin. Pendant ces années là, j'ai essayé de spiritualiser ma vie avec une formalité justifiée pour ne pas apparaître étrange aux yeux de ma femme. Cela a pris sept ans à ma femme pour devenir végétarienne et pratiquante. En fin de compte, elle a été initiée en 1997.

Depuis que nous sommes devenus des amis initiés, rien de dramatique n'est arrivé entre nous. Nous nous aimons de la même manière qu'avant et nous disputons encore de temps en temps. Mais une plus grande sagesse s'est répandue dans notre relation et occasionnellement des discussions inspirées relatives à Maître, la vie, les rêves, etc. surviennent entre nous. Actuellement, l'amour familial est devenu une inspiration pour nous deux en cherchant l'illumination.

À ce point de ma vie, j'ai réalisé que si je prends vraiment soin de ma femme, je dois rechercher plus de sagesse et d'amour. Si j'échoue dans l'obtention de la sagesse, je l'induirai en erreur, la conduirai vers une vie désolée. Si j'échoue dans l'obtention de l'amour, je la blesserai à cause de ma personnalité imparfaite. Alors mon expérience de ma famille est très positive pour mon respect pour ma pratique spirituelle et vice versa.

Pour conclure, Confucius a dit qu'un gentleman est différent des autres mais en harmonie avec les autres, alors qu'une personne moyenne est identique aux autres mais est en conflit avec eux. Une personne doit s'harmoniser avec les autres qu'ils poursuivent ou non la pratique spirituelle ou le végétarisme. Ne forcez pas les autres à accepter Maître au début et traitez-les avec amour et sagesse, attendez alors patiemment jusqu'à ce que leur temps soit venu. C'est la meilleure manière de les guider vers l'acceptation de Maître et l'atteinte de la libération éternelle.

## Mon professeur spirituel

Par le frère initié Sunny, San Francisco,  
Los Angeles, États-Unis (à l'origine en anglais)

Ma femme était très contente ce matin parce que son souhait de m'empêcher d'aller à la retraite hebdomadaire d'un jour de notre centre s'est réalisé. Elle m'a à tort confirmé mon erreur que nous étions vendredi, alors j'ai manqué la retraite de samedi.

Bien que ma femme pratique la Méthode Pratique, beaucoup de nos concepts sur la vie sont totalement différents, par exemple elle veut toujours que je sois très dévoué à mon travail, mais je ne suis pas intéressé par gagner de l'argent comme j'avais



## Comment le mariage fonctionne

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
retraite internationale de cinq jours,  
Long Beach, Californie, États-Unis,  
le 28 décembre 1996  
(à l'origine en anglais)  
cassette vidéo n°573

Mariage ne veut pas dire esclavage. Le mariage n'est rien de plus qu'une association où chacun doit encourager l'autre. Il y a des gens qui se méprennent, et c'est pourquoi un mariage ne marche pas. Mais vous devez être celui qui comprend et essaye de raisonner. C'est seulement après de nombreux essais, de moments d'agitation violente et aussi de nombreux échecs quand rien ne marche plus que vous devez reconsidérer pour votre propre développement spirituel et votre sécurité, quelle est la direction juste, pour vous et pour lui.

Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
retraite internationale de cinq jours,  
Long Beach, Californie, États-Unis,  
le 28 décembre 1996  
Cassette vidéo n°573

Alors soyez celui que vous désirez avoir, au lieu d'avoir celui que vous désirez. Il n'y a qu'à être celui-là. Si vous voulez que votre mari soit romantique, pourquoi ne le seriez-vous pas vous-mêmes ? Et puis il apprendra, il coopérera. Ou si vous voulez que votre femme soit gentille et romantique, alors dites-lui ce dont vous avez besoin, dites-lui ce que vous aimez, ou laissez-le entendre de façon voilée. Travaillez sur ce partenariat, et faites ressortir le meilleur de chacun. C'est ça le mieux.



### Perle de sagesse

*Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
retraite internationale de cinq jours,  
Long Beach, Californie, États-Unis,  
le 28 décembre 1996 (à l'origine en anglais)  
cassette vidéo n°573*

L'amour, comme les arbres et les fleurs, a aussi besoin d'être arrosé tous les jours, au moins pendant la saison sèche. Autrement il meurt. Les gens pensent, oh ! je t'aime, et alors ce sera pour toujours. Non, non. Vous devez le nourrir par la dévotion, par le renouvellement quotidien, par l'appréciation des valeurs de chacun et par une gentillesse affectueuse. Vous devez aider votre partenaire à développer les qualités les meilleures qu'il ou elle a en lui ou elle. C'est cela le vrai mariage. C'est cela le vrai partenariat.

### Choisir la meilleure façon de vivre

*Prononcé par Maître Suprême Ching Hai,  
retraite internationale de quatre jours  
à Washington D.C., États-Unis,  
le 24 décembre 1997  
(à l'origine en anglais)  
cassette vidéo n°604*

Si vous êtes célibataire, vous avez un problème. Si vous êtes marié(e), vous avez un problème aussi. Mais quand on est seul, le problème est un peu moindre. Je dois dire : plus de liberté et peut-être plus de solitude. Quand vous êtes mariés, vous avez plus de joies, mais aussi plus de soucis. Dans cette vie, vous payez pour tout ce que vous voulez obtenir. Et vous devez être disposé à le faire, quel que soit notre choix. Alors faites votre propre choix. Mais sachez que le mariage ne peut pas vous empêcher de devenir un saint.

l'habitude de faire avant de pratiquer la Méthode Guan Yin. De son point de vue cette attitude est vraiment très dommage et alors elle me gronde souvent. Même si ses croyances sont différentes des miennes parce que je pratique la Méthode Guan Yin, nous vivons toujours ensemble en harmonie.

Chaque jour, ma femme me provoque dans pratiquement tous les aspects de la vie et tant que je maintiens mon ego, elle se sert immédiatement de mon "enfer" pour une raison quelconque. Mais si je suis fermement les enseignements de Maître et avec succès, elle me permet d'être au paradis temporairement. Grâce à son entraînement j'ai appris à pardonner et j'ai fait l'expérience de comment aimer son ennemi. Elle m'a choisi pour être son compagnon et a fini par être mon entraîneur spirituel sans carte d'initié ! Elle contribue beaucoup à ma pratique spirituelle et a souffert en jouant son rôle de professeur. Je suppose que la façon dont elle me traite est la manière dont Maître entraîne Ses moines à Miaoli. Je pense parfois qu'elle est assignée par Maître pour m'aider à grandir sur mon chemin pour rentrer à la Maison. Quand je réalise cela, au lieu de me plaindre, je suis vraiment reconnaissant.

Bien qu'elle ne veuille pas encore être initiée, elle cuisine joyeusement des plats végétariens pour moi. Avec le temps, elle soutient aussi sincèrement de plus en plus ma pratique. Ce récent changement dans son attitude m'a vraiment étonné, puisque je n'ai jamais pensé qu'une personne têtue comme elle deviendrait végétarienne après qu'elle ait eu récemment un dentier.

Peu de temps avant, elle a fait l'expérience du sentiment de "mort" pendant l'extraction de 19 de ses dents dans une opération. Son attitude sur la vie a changé de manière inattendue depuis lors et elle est devenue plus intéressée à en apprendre davantage sur la spiritualité.

Je sais que Maître élève son esprit et je me rappelle qu'Elle a dit une fois : "Un bébé ne peut pas courir !" Chacun à son propre niveau et son propre rythme et je pense que tôt ou tard ma femme marchera sur le même chemin que celui que je suis.

J'ai traité ma femme avec l'amour de Maître depuis le tout début et elle a changé très subtilement sans que je m'en rende compte. Parfois, j'ai été si désappointé que j'ai failli la laisser tomber, mais ma foi en les enseignements de Maître a eu plus d'importance que ma manière négative de penser.

J'ai fait l'expérience du pouvoir tout-puissant de l'amour inconditionnel et sincèrement je pense que ma femme est un messenger de Dieu, envoyé pour me donner des leçons spirituelles. Grâce à elle j'ai appris comment pardonner avec compassion et comme c'est important d'être patient et d'attendre. Juste parce que je crois fortement à la loi de cause à effet, les épreuves incroyables que j'ai endurées à travers elle dans cette vie sont le règlement avec les intérêts pour ce que je lui dois des nombreuses vies passées. Avec cette prise de conscience, j'ai trouvé que pardonner à quelqu'un, y compris à ses ennemis, n'est pas après tout si difficile!





## *Mariage - un bon instrument sur le chemin spirituel*



*Par la sœur initiée Solange Mondesir,  
Nashville, Tennessee, États-Unis (à l'origine en espagnol)*

J'étais déjà avec quelqu'un quand j'ai reçu l'initiation de Maître et comme cela a toujours été mon rêve d'avoir une joyeuse famille, j'ai décidé de me marier. Inopinément, ce qui est arrivé après le mariage a été une chaîne de problèmes. Quand j'ai commencé la vie maritale, j'étais sûre que mon mari me suivrait pour devenir végétarien, et même se ferait initié un jour. Mais quand les faits se sont révélés autrement, je me suis sentie très déprimée et angoissée. Manifestement, j'avais simplement pris mes désirs pour des réalités.

Cette situation frustrante m'a poussé à pratiquer avec encore plus d'empressement, c'était la seule façon de me sentir mieux. J'utilisais tous les moments que je pouvais trouver pour méditer. De cette façon, le pouvoir du Maître intérieur m'a changé progressivement et m'a aidé à réaliser et à accepter ma décision de fonder une famille. Par conséquent, je devais faire face à la réalité et être responsable. Maître m'a enseigné à accepter mon mari et à prendre soin de lui avec amour.

Avec l'aide intangible de Maître, j'ai découvert que la vie maritale n'est pas un obstacle sur mon chemin spirituel mais plutôt un très bon instrument pour apprendre. À travers elle, Maître m'a changée de l'intérieur, a rectifié mon esprit égoïste à l'origine et m'a laissé mettre chaque jour en pratique Son enseignement sur l'amour inconditionnel envers tous les êtres sensibles. Maintenant ma vie familiale est devenue plus joyeuse. En prenant soin de ma famille, je me sens très paisible et sereine, je suis capable de poursuivre tranquillement ma pratique spirituelle.

L'amour illimité de Maître nous bénit chaque jour. Bien que mon mari ne soit pas encore initié ou un pur végétarien, il mange rarement de la viande. Comparé à son caractère dans le passé, il a beaucoup changé et soutient même mes décisions de partir en retraite. Nous avons une fille de deux ans et demi qui aime Maître tendrement. Elle est le cadeau que Dieu m'a donné. Pour cette grâce je remercie Maître de tout mon cœur. Si cela n'avait pas été grâce à elle, ma vie aurait été très différente. 🍷

## *Mon apprentissage à travers le mariage*

*Par le frère initié Duc Vu, Indiana, États-Unis (à l'origine en anglais).*



Durant mon adolescence et mes jeunes années d'adulte, j'ai eu des liaisons avec de nombreuses filles alors que je cherchais constamment la "bonne", une "âme sœur" profondément romantique, basé sur mon imagination et mes attentes. Quoi qu'il en soit, en dépit de quelques rencontres "très proches", je n'ai jamais ressenti l'amour dans mon cœur, mais je continuais néanmoins à satisfaire mon "ego masculin".

Je connaissais un peu l'horoscope chinois pour l'avoir lu, et à l'âge de 30 ans je rencontrais une jeune femme (ma femme actuelle) qui avait une étoile indiquant "de bonnes qualités intérieures" et beaucoup d'autres signes suggérant qu'un jour nous serions mari et femme ! Ainsi, quelques années après être mariés, malheureusement, des conflits ont commencé à apparaître entre nous. Nous devons affronter de grands bouleversements, des souffrances émotionnelles et des frustrations familiales, et encore plus après la naissance de nos deux fils. Notre mental fonctionnait de façon totalement différente, ceci étant dû à des milieux familiaux différents, à ce que nous aimions et n'aimions pas, etc. Nous étions complètement à l'op-



posé ! Nous vivions dans la même maison mais dans des mondes séparés. C'est alors qu'après dix longues années de combats pour conserver notre mariage, nous avons trouvé quelque chose en commun : Maître Suprême Ching Hai. Ma femme et moi L'avons aimée immédiatement et avons sincèrement désiré pratiquer spirituellement. L'année suivante, la famille entière était initiée.

Maître est venue dans notre famille réchauffer nos cœurs. Depuis lors, Elle a toujours été derrière chaque scène, nous a enseignés à être plus tolérants, patients et à pardonner à l'autre. À travers de nombreuses expériences, la Méthode Guan Yin a assoupli notre ego, et agrandi notre amour, notre compassion, notre compréhension, ce qui a apporté à ma femme et à moi d'être plus proches l'un de l'autre. Par exemple, un jour dans un rêve, j'ai vu ma femme s'en allant avec ses affaires. Je me suis senti soudain très triste, comme mon amour se réveillait en mon cœur, je lui demandais de revenir. Heureusement c'est ce qu'elle a fait. Maître de cette façon a fait renaître l'amour en moi, transformant graduellement l'atmosphère de notre famille en une joie d'amour et de paix. Une blague commune, mais dont la signification est quelque peu profonde dit que si nous n'avions pas le mariage, les hommes passeraient dans la vie en pensant qu'ils n'ont commis aucune faute !

J'ai finalement réalisé que mon mariage est vraiment une école où je peux apprendre à aimer, ce que je ne savais pas faire auparavant. La méditation sur la lumière et le son m'a donné les instructions intérieures qui m'ont changé quotidiennement. En regardant les dix dernières années passées à pratiquer la Méthode Guan Yin, je ne peux pas imaginer la personne que j'ai été alors. J'ai aussi compris qu'aucune relation dans le mariage n'est "parfaite", sans un travail constant de chaque jour. C'est une grande part de l'évolution spirituelle, un bloc à construire pour atteindre la prochaine marche sur l'échelle spirituelle vers l'illumination, quelque chose que nous devrions travailler au lieu de nous attendre à ce que les choses aillent comme nous le voulons. J'ai découvert que la communication entre les partenaires est toujours l'outil le plus décisif pour une bonne relation entre eux. Et la plus commune des erreurs dans la relation est que l'un des partenaires suppose ou interprète ce que l'autre pense, dit ou fait.

En 1998, j'ai écrit à ma femme, le poème suivant comme un supplément au vœu de mariage. Je voudrais le dédicacer à tous les maris qui ont eu un jour comme moi un cœur de "bois".



## *À ma femme*

*Merci Dieu pour toi !*

*Merci Dieu pour ton amour.*

*Je suis désolé*

*pour ce que les choses étaient -*

*Mes oreilles étaient sourdes,*

*Mes yeux étaient aveugles,*

*Et mon cœur fermé !*

*Maintenant ils vivent.*

*Je sèche mes pleurs...*

*Dans le bonheur !*

*Pour tout ce qui reste,*

*Les années à venir*

*De mon dernier voyage,*

*Sont pour toi*

*Et pour toi seule, ma chérie !*





# Le miracle du pouvoir de bénédiction

*Prononcé par Maître Suprême Ching Hai, retraite de Noël de quatre jour, en Floride, USA, le 26 décembre 2001 (à l'origine en anglais)*

**Un pratiquant :** *Il y a une preuve physique aujourd'hui que lorsque vous bénissez quelque chose, vous changez sa structure moléculaire. J'ai vu sur Internet qu'il y a un scientifique japonais qui a pris de l'eau, comme de l'eau polluée, par exemple, d'une rivière du Japon. Il l'a gelée et l'a grossie 500 fois. Il en a pris une photo. L'eau qui était très polluée n'avait pas de forme, elle ressemblait à de la boue, juste une grosse chose boueuse.*

*Ensuite il est allé dans un temple et a demandé à un des prêtres de bénir l'eau, la même eau du même prélèvement. Puis il a gelé l'eau, pris une photo et la boue est devenue une belle structure cristalline, comme un flocon de neige. Alors il a décidé de continuer l'expérience. Il a pris un autre échantillon d'eau et a mis "merci" sur le container de l'eau, il a écrit les mots dessus. Et alors il a pris une photo de cette eau et elle avait une structure différente, il a eu une forme différente, comme si l'eau avait un langage.*

*Il a pris alors l'eau et a dit : "Jouons de la musique à l'eau." Alors il a mis l'eau près d'une musique hard rock, heavy metal rock, de la musique vraiment bruyante. Cette eau était toute déformée et semblait avoir des visages à l'intérieur. Alors il a pris l'eau et a dit près d'elle, disons, "Mahatma Gandhi" ou "Mère Térésa". Et chaque pensée ou chaque mot a produit une image différente. L'eau a changé à chaque fois, même l'eau polluée. Alors c'est vraiment étonnant quand nous pensons à la nourriture bénie de Maître et même nous-même, que nous changeons même la structure de la nourriture ou de l'eau. Et il y a des preuves physiques de cela.*

**Maître :** Vous savez, je suis très timide. Quand vous posez trop des questions sur le type de pouvoir que je possède, j'ai du mal à l'expliquer. Alors je vous dis probablement simplement que peut-être qu'ils aiment la nourriture ou qu'ils aiment les gâteaux ou quelque chose comme ça. Mais vous devez le découvrir par vous même. Je ne suis pas un très bon

agent de publicité. Je parle rarement de ces choses-là.

Si je dis quelque chose, je dis, "le Maître", ou "le pouvoir du Maître." Ce n'est pas de moi dont je parle. Le maître ou le pouvoir du maître n'est pas personnifié. Mais, simplement pour la preuve physique, tout prêtre ou quiconque a de bonnes intentions peut bénir quelque chose et le rendre meilleur. Quand quelqu'un avec des pouvoirs spirituels bénit l'eau, elle a de la lumière. Et vous pouvez la voir. Quand vous mettez deux différentes eaux ici, une qui est bénie et l'autre qui ne l'est pas, celle qui est bénie étincelle de lumière.

Les enfants se dirigeront vers cela ou bien les chiens iront vers elle. Vous n'avez pas à leur dire laquelle est l'eau bénie. Ils viendront et la prendront plutôt que l'autre, parce qu'ils peuvent voir la lumière. Ce n'est pas tous les enfants qui peuvent voir la lumière, les plus jeunes peuvent la voir et beaucoup de chiens peuvent la voir aussi. Ils peuvent voir l'aura spirituelle des gens. C'est pourquoi des chiens aboient après certaines personnes, mais n'aboient pas après d'autres.

Ainsi il y a une telle chose comme le pouvoir spirituel et les différentes énergies des gens différents. Parfois vous sortez pour manger dans un restaurant ou ailleurs et même si cela semble propre vous sentez encore la saleté. C'est l'énergie, il manque le pouvoir de bénédiction. Alors beaucoup de gens apportent de la nourriture au temple ou à l'église pour demander au prêtre ou au gardien, à la nonne ou au moine de les bénir. Cela a des effets, même si ces moines et nonnes ne sont peut-être pas vraiment des pratiquants Guan Yin ou autre chose. Mais ils sont sincères, ils sont purs et ont un pouvoir de bénédiction. Alors cela marche dans une certaine mesure, mais pas aussi bien qu'avec une personne illuminée bien sûr. Mais c'est mieux que rien, comme le scientifique japonais l'a montré. Et quand vous dites à quelqu'un : "Oh, Soit béni" ou "Que Dieu vous bénisse", cela a vraiment un effet. Alors dites ces choses. Souhaiter du bien aux gens. 🌸



# Rendre visible le pouvoir des pensées et des émotions

*Par la sœur initiée Sophie Lapaire, San Jose, Californie, États-Unis (à l'origine en anglais)*

Lors de la récente retraite de Noël en Floride, un frère a demandé à Maître comment il se faisait que les Occidentaux qui venaient prendre quelques bonbons ou fruits bénis n'en prenaient que quelques-uns, calmement et poliment, tandis que les sœurs et frères asiatiques avaient tendance à être plus agressifs et à se faire concurrence, tout en se servant à pleines poignées. Le frère a posé la question d'une manière très mignonne comme si l'on avait oublié de dire quelque chose aux Occidentaux en ce qui concerne la nourriture bénie. Alors a commencé une discussion très sérieuse au cours de laquelle Maître a répondu qu'Elle était trop timide pour expliquer ce qui se passe lorsqu'Elle bénit la nourriture, mais que peut-être les gens sentent que cette nourriture est vraiment spéciale parce qu'Elle inonde la nourriture de bonté, de bons vœux de santé, de bonheur, d'illumination et de compassion. Elle a ajouté que, comme Elle avait commencé Ses activités de prêche en Asie, les pratiquants asiatiques pourraient avoir eu plus de temps pour tester et expérimenter la nourriture bénie, et que donc ils avaient peut-être pu l'apprécier davantage.

La discussion m'a rappelé un article que j'avais lu quelques mois plus tôt sur Internet et qui décrivait que l'évidence physique est toujours altérée par les pensées et par les émotions.

Des messages nous parviennent sous toutes les formes. Certaines fois ils surgissent en nous lorsque nous parcourons les pages d'un livre, et certaines fois ils émergent au travers de mots au son complètement étranger en réponse à une question que seuls nous connaissions. Ils ont été aussi trouvés dans des bouteilles qui ont échoué sur les rivages des océans. Même quelque chose de basique et nécessaire à la vie comme l'eau possède une intelligence inhérente avec laquelle elle peut communiquer avec nous. La technologie moderne peut maintenant démontrer que nos pensées et nos émotions peuvent changer non seulement notre être physique, mais aussi le monde autour de nous.

Dans le monde scientifique, sauf si une expérience peut se répéter sous les yeux d'un expérimentateur extérieur, ces découvertes ne sont pas encore considérées comme valables. Ceci est exactement ce qu'a fait un chercheur visionnaire japonais, le Docteur

Masaru Emoto. Par des expériences répétées, il a démontré que les pensées humaines et les émotions pouvaient altérer la structure moléculaire de l'eau. Maintenant, pour la première fois, il existe une évidence physique que le pouvoir des pensées peut changer le monde intérieur et autour de nous. Les effets en cascade et le bond en avant causés par cette découverte sont en train de se répandre rapidement dans le monde. Si vous étiez sceptique et que vous aviez besoin de preuves, et bien vous les avez maintenant !

Tout a commencé en 1994 lorsque le Docteur Masaru Emoto a pris des échantillons d'eau de provenances diverses, congelait quelques gouttes, les examinait au travers d'un microscope plongé dans un environ-

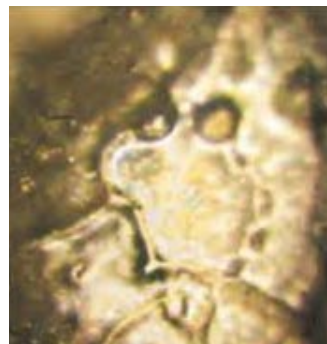
nement sombre et les photographiait. Il a fait ses premières expériences avec l'eau d'une source pure au Japon. L'image a révélé une magnifique forme cristalline. (Photo 1). Alors il a fait la même chose avec l'eau d'une rivière proche et polluée. Le résultat était un échantillon boueux et sali avec une toute petite struc-

ture. (Photo 2). Il a demandé alors au prêtre d'un temple d'offrir une offrande à l'échantillon d'eau souillée et a répété par curiosité la même expérience. À sa surprise, une autre structure cristalline et magnifique est apparue. (Photo 3). Cette expérience a été répétée de nombreuses fois, avec le même résultat.

Le chercheur a exposé alors des échantillons d'eau à différents types de musique. La musique classique se reflétait toujours au travers d'échantillons magnifiques, (photo 4) alors que de la musique du type "heavy metal" ou rock and roll créait des images tordues, sans formes, des



*Photo 1 : l'eau d'une source pure au Japon.*



*Photo 2 : de l'eau polluée avant la prière.*





Photo 4 : la structure cristalline produite dans l'eau par la musique classique.



Photo 3 : la magnifique structure cristalline de l'eau après une prière.

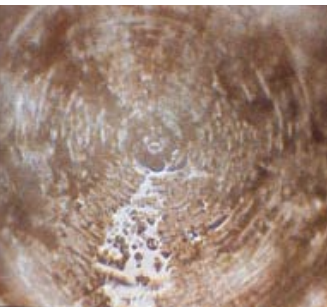


Photo 5 : la structure cristalline produite dans l'eau par la musique "heavy metal".

rent pour voir si quelque chose allait arriver. Il essayait d'utiliser des mots positifs tels que "amour" et "merci" (photo 6), et chaque fois il a remarqué une structure magnifique et cristalline. Il a essayé les mots "'tu me rends malade. Je vais te tuer." (photo 7) et chaque fois il a observé des structures tordues, effrayantes, et boueuses. Il a même expérimenté qu'avec des noms tels que "Gandhi", "Mère Térésa" (photo 8) et "Hitler" (photo 9) le même genre de résultats apparaissait.

Le Dr Emoto a réalisé bientôt que tout dans l'existence est vivant et possède une fréquence vibratoire, un champ magnétique de résonance qui est la source de l'énergie derrière la création de toutes les choses. Il était même capable de mesurer ce champ en utilisant un Analyseur de

Résonance Magnétique (ARM). Cette recherche explique vraiment pourquoi la méditation sur le Son est si puissante. Il

Photo 7 : la structure cristalline produite par "Tu me rends malade. Je vais te tuer."



Photo 6 : la structure cristalline produite par les mots "merci" en japonais.

n'est pas de jour où je ne puisse pas réaliser que les petits engagements auxquels nous nous livrons nous-mêmes lorsque nous pratiquons la Méthode Guan Yin sont peu de chose et très simples, et que ce sont-là les plus puissantes expériences de transformations que nous puissions avoir (et elles n'ont pas d'effets secondaires !)

Après un grand nombre d'expériences, le Dr Emoto a découvert que la combinaison la plus puissante des pensées, dans le sens de capacité à transformer, était les mots "amour et Gratitude." (Photo 10)

Ce qui rend cette découverte si étonnante c'est que nous vivons sur une planète couverte de plus d'eau que de terre, et que le corps humain est largement composé d'eau. Ainsi nous avons le pouvoir de changer la structure du milieu dont nous sommes faits en produisant simplement des échantillons de pensées positives, nous pouvons restaurer non seulement notre propre santé mais celle de chacun autour de nous, et même la planète elle-même, avec chacune de nos pensées.

Pensez donc ce que réciter un remerciement et prier avant un repas peut faire pour notre santé. J'ai tendance à croire que c'est un bon moyen pour stopper le mental incessant de la journée et de me plonger dans un espace plus réceptif. Maintenant je sais que même la nourriture que je suis sur le point de manger sera aussi transformée.

Si notre intention sur Terre est vraiment de bénir la planète, alors quoi de mieux que la Méthode Guan Yin si nous voulons être vigilants et déterminés à maintenir la qualité de nos pensées et de nos émotions ? Cette compréhension apporte vraiment une nouvelle signification à la pratique de la maîtrise de soi. Maintenant nous ne pouvons plus prétendre plus longtemps que nous l'ignorons ou proclamer que c'est

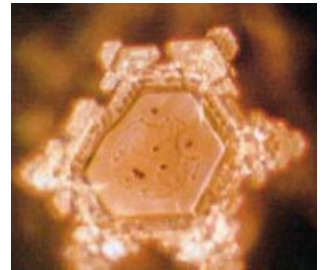


Photo 8 : la structure cristalline produite par "Mère Térésa".

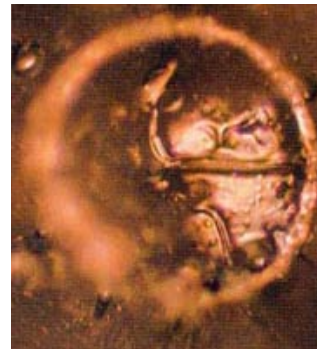


Photo 9 : la structure cristalline produite dans l'eau par "Hitler".

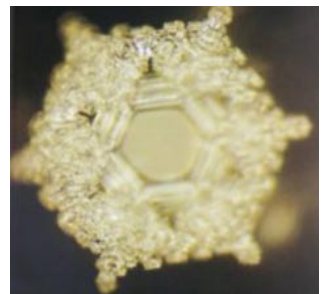


Photo 10 : la structure cristalline de "amour et gratitude".



une question de religion. Et si parfois lorsque nous nous sentons fatigués nous nous demandons si nous pouvons vraiment faire la différence, nous devons y penser encore et encore !

### Note :

#### Origine des photos :

Photos 1 à 9 :

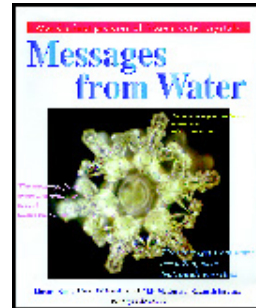
du site <http://www.rainbowjaguars.com/hadoindex.html>

Photo 10 :

du site <http://www.spiritofmaat.com/archive/nov1/cwater.htm>

#### Pour plus d'informations à ce sujet, voir :

le site <http://www.rainbowjaguars.com/hadoindex.html>



### L'amour en action



Nouvelles  
de San Francisco,  
États-Unis



*Aux premières heures du petit matin, des amis initiés de San Francisco recherchent des sans abri et leur donnent des vêtements chauds et de la nourriture chaude pendant les vacances.*



## Aider les sans-abri durant la saison des vacances

(à l'origine en anglais).

Les loyers sont très élevés à San Francisco et les loyers abordables sont limités. Il en résulte que la ville a un des taux de sans-abri les plus élevés des États-Unis. Dans un effort pour rendre la vie des moins fortunés plus radieuse pendant la récente saison des vacances, des amis initiés du Centre de San Francisco ont rassemblé leur temps, leur argent et leurs ressources pour créer un projet afin de soulager les sans-abri.

L'activité était concentrée sur un sous-ensemble précis de la population transitoire de la ville : ceux qui dorment dans la rue à cause du manque de foyers pour les sans-abri.

Les amis initiés ont acheté assez de matériel pour réchauffer les sans-abri. Durant les nuits des 2 et 16 décembre, ils ont parcouru la ville de 23h à 3h du matin à la recherche de personnes sans domicile. Chacun d'entre eux a reçu un sac de couchage tout neuf, un pull bien chaud, des gants, des chaussettes, une boîte de nourriture chaude, et un magazine de Maître comme lecture. C'était bon de voir les expressions de surprise, de bonheur, et de joie sur les visages des frères et sœurs les moins fortunés lorsqu'ils recevaient leurs cadeaux.

Comme nous sommes habitués à des périodes de joie, de gaieté et de prospérité, c'est très facile pour nous d'oublier combien nous avons de la chance. Nous sommes tellement habitués à avoir les choses essentielles de la vie que nous les considérons souvent comme acquises. Aider nos frères et sœurs dans le besoin nous rappelle qu'il y a beaucoup de choses pour lesquelles nous pouvons être reconnaissants.





## Consultations médicales et coupes de cheveux pour les tribus




*Des sœurs initiées coupent les cheveux des Bununs.*

Le 30 décembre 2001, une équipe de plus de trente amis initiés de tout Formose a rendu visite à une tribu Bunun isolée (un groupe indigène habitant dans la montagne Centrale Range) afin d'offrir des consultations médicales et des coupes de cheveux gratuites pour les habitants, à l'école élémentaire Red Leaf, du village Red Leaf, du comté de Taitung.

Au moment où les initiés étaient prêts, des enfants du village faisaient déjà la queue pour leur coupe de cheveux. Mais manifestement, ils étaient plus attirés par le buffet de nourriture bénie. Serrant bien fort leurs paquets de bonbons et de gâteaux, ils pouvaient à peine cacher leur bonheur intérieur. Mlle Wang, qui était de permanence à l'école, nous a aidés à traduire, rendant les consultations médicales beaucoup plus faciles pour nos médecins qui étaient également des frères initiés.

Les citoyens âgés utilisaient une quantité de gestes et parlaient dans la langue Bunun, essayant d'exprimer leurs problèmes de santé. Lorsque Mlle Wang était trop occupée à traduire pour les patients, frère Han, qui a pendant longtemps pratiqué la chiropraxie dans des communautés indigènes de Formose, aidait à communiquer avec les patients en simple japonais qui est parlé par quelques vieux Bununs. Ses efforts ont résolu le problème du manque de traducteurs. À travers cette expérience, nous avons réalisé encore plus pourquoi Maître souhaite toujours que les frères initiés apprennent plus de langues étrangères. "Tôt ou tard, nous deviendrons les porteurs de flambeaux du monde" a-t-Elle dit un jour. Donc, chaque initié devrait être compétent dans la communication de base avec les gens des autres cultures.

Des visiteurs extérieurs au village ont également saisi cette rare occasion de demander à nos amis initiés de les soigner. Lorsque quelques hôtes se sont joints à nous pour goûter la soupe chaude et les boulettes de riz végétariennes que nous avions préparées, ils ont été surpris de trouver que la nourriture végétarienne pouvait être si délicieuse ! Donc, en plus d'offrir des consultations médicales gratuites, nous avons également commencé à promouvoir le végétarisme. Nous espérons que ces visiteurs inattendus essayeront de suivre une diète végétarienne et se joindront aux rangs de ceux qui cherchent la purification du monde.

L'activité était programmée pour finir à midi. Cependant, à la demande du village, nous avons continué la manifestation pendant trente minutes, afin que ceux qui pouvaient rentrer chez eux seulement à midi puissent également avoir la chance de profiter de l'amour de Maître. Avec une félicité infinie, nous remercions Maître pour Sa grâce qui nous a donné l'occasion d'avoir une action réciproque avec beaucoup d'habitants de la région. Nous espérons que les Bununs, avec la grâce de Maître, se remettront bientôt de leurs maux et trouveront rapidement leur véritable être intérieur qui est à jamais libéré de la naissance, de la mort, de la maladie et de la souffrance. 

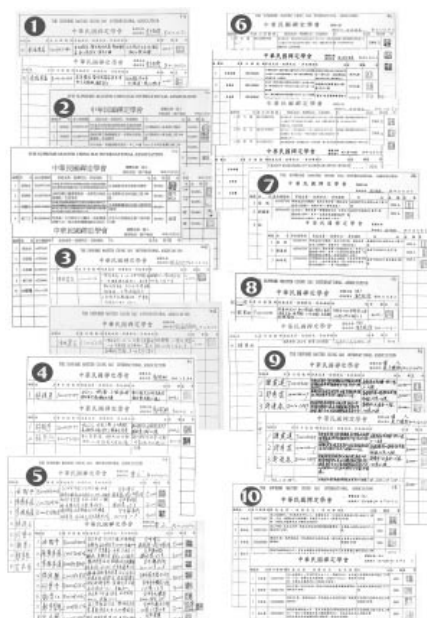


*Des médecins parmi nos amis initiés diagnostiquent les maladies des habitants de la région, prescrivent des médicaments et offrent des traitements en chiropraxie.*

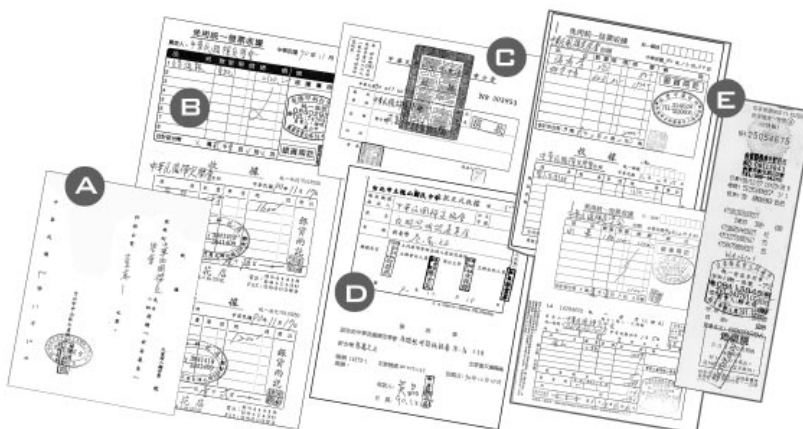


Tableau 1 : Fonds de secours pour les familles dans le besoin à Formose de novembre à décembre 2001 (Montants en \$NT)

novembre 2001			décembre 2001		
Lieu	Nb de foyers	Montant	Nb de foyers	Montant	Appendice
Keelung	1	2 000	1	2 000	1
Taipei	8	21 000	8	24 000	2
Taoyuan	1	2 000	1	2 000	3
Hsinchu	1	3 000	2	6 000	4
Taichung	8	26 000	8	26 000	5
Nantou	6	23 000	6	23 000	6
Chiayi	3	8 000	3	8 000	7
Tainan	1	4 000	1	4 000	8
Kaoping	4	12 000	4	12 000	9
Taitong	4	10 000	4	10 000	10
Sous total	38	111 000	38	114 000	
<b>Total 225000 \$NT</b>					



**Dépenses pour les activités  
à Formose  
de novembre à décembre 2001,  
tableaux 1 et 2 ,  
total : 303 123 \$NT  
(environ 8 660,66 \$US)**





**Tableau 2 : Dépenses pour les diverses activités à Formose de novembre à décembre 2001 (montant en \$NT)**

Lieu	date	description	Montant (en \$NT)	Appendice
Miaoli	4 nov.	Nettoyage de l'autoroute n° 28 de Miaoli dans le cadre d'un programme de protection de l'environnement lancé par le bureau cantonal de Hsiu (travail bénévole)	0	
Taipei	10 nov.	Don à l'école élémentaire de Tachih, fonds pour les écoliers dans le besoin et le développement scolaire	10000	A
Pintung	15 nov.	3 jours de visites (13-15 nov) incluant des conférences d'élévation de l'âme des sessions d'enseignement de la méditation à la prison de Pintung, (travail bénévole)	0	
Kaohsiung	17 nov.	Exposition d'art, conférence d'élévation de l'âme, session d'enseignement de la méditation et dégustations de nourriture végétarienne pour les étudiants et la faculté, sponsorisés à l'invitation de l'Institut de l'Equipement environnemental de l'Université nationale de Sun Yat-sen	4900	B
Nantou	21 nov.	Conférence d'élévation de l'âme et session d'enseignement de la méditation à la prison de Nantou (travail bénévole)	0	
Taipei	25 nov.	Dépenses pour les professeurs de la Croix Rouge de Taipei, ROC, pour les programmes d'entraînement aux "soins aux premiers secours" pour les membres de Taipei	25600	C
Taichung	27 nov.	Conférence d'élévation de l'âme des sessions d'enseignement de la méditation à la prison de Taichung (travail bénévole)	0	
Tainan	29 nov.	Conférence d'élévation de l'âme et session d'enseignement de la méditation aux détenus à la prison de Tainan (travail bénévole)	0	
Taipei	18 déc.	Entretien de l'éclairage de nuit du lycée Lungshan de la municipalité de Taipei (9 déc. 2001 au 8 mars 2002)	30000	D
Tainan	19 déc.	Conférence d'élévation de l'âme et session d'enseignement de la méditation aux détenus à la prison de Tainan (travail bénévole)	0	
Tainan	26 déc.	Conférence d'élévation de l'âme et session d'enseignement de la méditation aux détenus à la prison de Tainan (travail bénévole)	0	
Tainan	27 déc.	Conférence d'élévation de l'âme et session d'enseignement de la méditation aux détenus à la prison de Tainan (travail bénévole)	0	
Taitung	30 déc.	consultations médicales occidentales et chinoises et service de barbier aux résidents du village de Yenping de la montagne dans le comté de Taitung	7623	E
<b>Total :</b>			<b>78123 \$NT</b>	

Efforts de secours dans le monde entier par Maître Suprême Ching Hai et  
l'Association Internationale de Maître Suprême Ching Hai , janvier à décembre 2001

Pays	Mois/année	Description des efforts de secours	Montants des dépenses	Equivalent en \$US	N° de la revue
Canada	févr-01	Cadeaux de bonne année pour familles défavorisées	10000 \$US	10000 \$US	
Inde	févr-01	Secours pour les victimes du tremblement de terre dans l'Etat de Gujarat	35908 \$US	35908 \$US	120,121,123
El Salvador	févr-01	Secours pour les victimes du tremblement de terre	19323,20 \$US	19323,20 \$US	121,123
Chine Continentale	févr-01	Secours pour les victimes de la tempête en Mongolie Intérieure	3800 \$US	3800 \$US	120
Philippines	avr-01	Aide aux familles défavorisées	50000 \$US	50000 \$US	123
Etats-Unis	sept-01	Aide aux victimes du désastre du 11-09	361057,28 \$US	361057,28 \$US	126,127,129
Afganistan	oct-01	Secours pour les réfugiés afgans	100000 \$US	100000 \$US	127,128
Formose	juil-01	Aide aux victimes du typhon Toraji	390692 \$NT	11259,12\$US	125
Formose	sept-01	Aide aux victimes du typhon Nari	187686 \$NT	5408,82\$US	126,127,129
Formose	janv à déc 2001	Visite mensuelle de routine aux familles dans le besoin à travers l'île	1449000 \$NT	41757,93 \$US	120,123,125,127,129,131
Formose	janv à déc 2001	Activités caritatives et de santé à travers l'île	485641 \$NT	13995,42 \$US	120,123,124,125,127,129,131
<b>TOTAL :</b>				<b>652,509 \$US</b>	



## Réchauffer votre corps par les oreilles

*Prononcé par Maître Suprême Ching Hai, retraite de Noël de quatre jours, Floride, États-Unis, le 28 décembre 2001 (à l'origine en anglais)*

Achetez un chapeau pour couvrir vos oreilles parce que vos oreilles sont très importantes. Si vos oreilles sont chaudes, tout le corps se porte mieux. Parfois j'ai des maux de tête parce que mes oreilles sont froides. Si vous avez des cheveux longs c'est mieux. S'il fait trop froid, apportez deux sacs de couchage, un pour dormir dedans et l'autre pour couvrir l'extérieur. Parce que le sac de couchage est un isolant et l'isolation est bonne, achetez en un bon. Ou parfois un seul suffit aussi, parce que l'enveloppe du sac de couchage est faite pour l'isolation. Alors s'il est très chaud, vous pouvez mettre le sac de couchage sur votre tente et ouvrir la fenêtre. Laissez seulement l'écran de la porte ouvert. Quand vous dormez à l'intérieur, à midi il fait encore très frais. Et s'il fait très froid, vous pouvez étendre le sac de couchage sur la tente pour l'isoler davantage. C'est beaucoup mieux. Et couvrir vos oreilles avec ce Chapeau Amour et recouvrir avec une couverture. Vous pouvez aussi couvrir votre tête comme ceci (Maître met un sac de couchage au-dessus de Sa tête) et alors dormir à l'intérieur du sac de couchage. Cela fait une grande, grande différence.

Et enveloppez une autre couverture comme ceci, à l'intérieur de votre sac de couchage, au-dessus de votre corps. Cela fait aussi une grande différence. J'ai juste recouvert avec ça un petit peu et je sens un soulagement complet et immédiat pour les oreilles, elles sont très sensibles à la chaleur. Cela fait vraiment une différence que vous couvriez vos oreilles. Les femmes peuvent mettre leurs cheveux en bas et encore couvrir leurs oreilles, les hommes peuvent les couvrir avec un chapeau. Parce que c'est là que vous ressentez une migraine. Et parfois le vent froid passe par les oreilles. L'intérieur des oreilles est très sensible. Elles ont beaucoup de nerfs connectés avec le corps entier et la tête. Alors si vos oreilles ont trop froid, cela vous donne un mal de tête. Vous attrapez froid et une grippe et toute chose semblable. Alors c'est mieux de garder les oreilles au chaud. 🍷

## "Des couvertures gardant la chaleur" faites maison

*Par l'ami initié Ah Sen, Formose*

Beaucoup de travailleurs de bureau ont des problèmes pour être resté assis longtemps pendant l'hiver, et leurs genoux et leurs chevilles se refroidissent et parfois cela fait mal. Encore beaucoup d'entre nous ignorent le besoin de garder la partie basse de notre corps au chaud, alors ce n'est pas étonnant que nos pieds commencent à se plaindre.

Ce problème est facile à résoudre. Nous pouvons faire une simple "couverture gardant la chaleur" avec de vieilles chaussettes et de vieux pulls. D'abord découpez le bout avant des chaussettes (de préférences en laine). Les chaussettes, avec leur forme courbe en L font d'excellentes couvertures qui sont justes pour nos pieds. Nous pouvons aussi couper les manches d'un vieux pull à une longueur convenable et les glisser sur nos chevilles pour faire une paire de couverture chaude. Rappelez-vous d'ourler les fins coupés pour empêcher la laine de se filer. Tant que nous prenons bien soin de nos genoux et chevilles, nous les travailleurs de bureau seront libérés des maux qui accompagnent l'hiver. 🍷



<http://www.godsdirectcontact.org.tw> (Formose; en chinois simplifié & chinois traditionnel, anglais)  
<http://www.smchbooks.com/> (Formose; en chinois, SMCH Book Store)  
<http://www.godsimmediatecontact.com> (Singapour; en anglais)  
<http://www.godslmmediatecontact.or.kr> (Corée; en coréen)  
<http://www.godsdirectcontact.or.kr> (Corée, en coréen)  
<http://www.godsimmediatecontact.org> (Japon; en japonais)  
<http://www.godsdirectcontact.or.id> (Indonésie; en indonésien)  
<http://www.godsdirectcontact-thai.com/> (Thaïland, en thaï)  
<http://www.godsdirectcontact.net> (U.S.A.; en chinois simplifié & chinois traditionnel, anglais)  
<http://www.godsdirectcontact.com> (U.S.A.; en espagnol, français, anglais, chinois traditionnel et simplifié)  
<http://www.Godsdirectcontact.com/aulac/> (USA, en aulacien)  
<http://www.spiritweb.org/Spirit/media.html?who=Suma%20Ching%20Hai> (U.S.A.; en anglais)  
<http://www.Godsimmediatecontact.net/> (USA; en anglais)  
<http://www.godsimmediatecontact.net/aulac> (USA; en aulacien)  
<http://www.Godsimmediatecontact.org/video/> (USA avec Windows Media Video & Real Video; en Multi Langues)  
<http://www.godslmmediatecontact.tripod.com> (U.S.A.; en anglais)  
<http://www.contactdirectavecdieu.org> (France; en français)  
<http://godsdirectcontact.rma.cz> (République Tchèque; en tchèque)  
<http://www.godsdirectcontact.org> (Canada avec Real Audio service; en anglais, aulacien)  
<http://www.godsdirectcontact.de> (Allemagne; en allemand)  
<http://www.direkter-kontakt-mit-gott.org> (Autriche, en allemand)  
[http://www.extra.hu/kozvetlen\\_kapcsolat\\_istennel](http://www.extra.hu/kozvetlen_kapcsolat_istennel) (Hongrie; en hongrois)  
[http://www.geocities.com/godsdirectcontact\\_2000](http://www.geocities.com/godsdirectcontact_2000) (Pologne; en polonais, anglais, aulacien)  
<http://www.Godsdirectcontact.com/IhavecometotakeyouHome> (en anglais)  
 (Commande du livre -I Have Come To Take You Home)

**Pour vous abonner à la version E-mail pour qu'elle vous soit envoyée personnellement sur votre compte E-mail, SVP inscrivez-vous sur l'un des sites suivants :**

<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/ch/service/service.htm> (Chinois)  
<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/service/service.htm> (Anglais)  
<http://www.Godsdirectcontact.org/au/service/service.htm> (Aulacien)  
<http://www.Godsdirectcontact.com/english/service.htm> (Anglais)  
<http://www.Godsdirectcontact.com/spanish/service.htm> (Espagnol)  
<http://www.Godsdirectcontact.com/chinese/fan/service.htm> (Chinois traditionnel)  
<http://www.Godsdirectcontact.com/chinese/jian/service.htm> (Chinois simplifié)

**Les adresses WWW de la revue de Maître Suprême Ching Hai en ligne sont :**

**Chinois traditionnel :** <http://www.Godsdirectcontact.org.tw/ch/news/131/index.htm> (Formose)  
[http://www.Godsdirectcontact.com/eNews/chinese/131\(Etats-Unis\)](http://www.Godsdirectcontact.com/eNews/chinese/131(Etats-Unis))  
<http://www.Godsdirectcontact.net/ch/news/131/index.htm> (Etats-Unis)

**Chinois simplifié :** <http://www.Godsdirectcontact.net/gb/news/131/index.htm> (Etats-Unis)  
[http://www.Godsdirectcontact.com/eNews/chinese/131/index\\_gb.htm](http://www.Godsdirectcontact.com/eNews/chinese/131/index_gb.htm) (Etats-Unis)  
<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/gb/news/131/index.htm> (Formose)

**Anglais :** [http://www.Godsdirectcontact.com/eNews/english/131\(Etats-Unis\)](http://www.Godsdirectcontact.com/eNews/english/131(Etats-Unis))  
[http://www.Godsdirectcontact.org/eng/news/131/\(Etats-Unis\)](http://www.Godsdirectcontact.org/eng/news/131/(Etats-Unis))  
[http://www.godsimmediatecontact.net/news/news131/\(Etats-Unis\)](http://www.godsimmediatecontact.net/news/news131/(Etats-Unis))  
<http://www.Godsdirectcontact.net/eng/news/131/index.htm> (Etats-Unis)  
<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/news/131/index.htm> (Formose)

**Aulacien :** [http://www.godsdirectcontact.org/aulac/news/\(Etats-Unis ; VNI,VPS, VISCII et VNU fonts\)](http://www.godsdirectcontact.org/aulac/news/(Etats-Unis ; VNI,VPS, VISCII et VNU fonts))  
[http://www.godsimmediatecontact.net/aulac/n131/\(Etats-Unis ; VNI Font\)](http://www.godsimmediatecontact.net/aulac/n131/(Etats-Unis ; VNI Font))

**Espagnol :** <http://www.Godsdirectcontact.com/eNews/spanish/> (Etats-Unis)

**Coréen :** <http://www.godsimmediatecontact.or.kr> (Corée)

**Japonais :** <http://www.Godsimmediatecontact.org/kannon/news/newsindex.htm> (Etats-Unis)

**Indonésien :** <http://www.godsdirectcontact.or.id/news> (Indonesia)

**Français :** <http://www.contactdirectavecdieu.org/News/index.html> (France)

**Thaïlandais :** <http://www.godsdirectcontact-thai.com/> (Thaïlande)

**Télécharger gratuitement sur sites web le livret-échantillon :  
"La clé de l'Illumination Immédiate" (en 50 langues)**

<http://www.godsdirectcontact.org.tw/eng/publication/sample/sample.htm>  
<http://www.direkter-kontakt-mit-gott.org/download/index.htm>  
<http://www.godsdirectcontact.org/sample>

# Nos correspondants à travers le monde

P.O.Box 9, Hsihu, Miaoli, Formosa, R.O.C.  
P.O.Box 730247, San Jose, CA 95173-0247, U.S.A.

## \*\*\*AFRIQUE\*\*\*

<b>Angola :</b>	Centre d'Angola	luandacentre@yahoo.com	
<b>Benin :</b>	Centre du Benin	22-938-39-82	
		smbenin@yahoo.fr	
<b>Cameroun :</b>	Centre du Cameroun	237-986-50-26	
		smcameroon@hotmail.com	
<b>Ghana :</b>	Centre du Ghana	233-27-607-528	
		smghanac@yahoo.com	
<b>Kenya :</b>	Centre du Kenya	254-72-603953	
		atmoske@yahoo.com	
<b>République d'Afrique du Sud :</b>			
Cape Town	Centre	27-83-952-5744	
		capetowncentre@yahoo.com	
Durban	Centre	27-31-368-7759	
		durbancentre@yahoo.com	
Johannesburg	M.Gerhard Vosloo	27-11-880-0349	
		ghvosloo@mweb.co.za	
	M.Gilbert Kamgain	27-82-754-3840	
		gkamgain@yahoo.com	
<b>Mauritius :</b>			
Port Louis	M.Liang Dong Sheng	230-208-1758	
		smchmauritiuss@meloo.com	
	Mlle Josiane Chan She Ping	230-242-0462	
		smchmauritiuss@yahoo.com	
<b>Togo :</b>			
Kpalime	Centre de Kpalime	228-441-09-48	
Lome	Centre de Lomé	228-222-28-64	
		smtogo@yahoo.com	
	M. David Chine	228-221-55-51	
<b>Uganda :</b>			
Kampala	M.Samuel Luyimbaazi	256-7764-9807	
		smkampalacenter@yahoo.com	

## \*\*\*AMERIQUE\*\*\*

<b>Argentine :</b>			
Buenos Aires	Mlle Mabel Alicia Kaplan	54-11-4-545-4640	
		innermelody@vianw.com.ar	
<b>Bolivie :</b>			
Santa Cruz	Mme Adalina da Graca Munhoz	591-337-2039	
		adamunhoz@hotmail.com	
Trinidad	M. Wu Chao Shien	591-4625964	
<b>Brésil :</b>			
Belem	M. Wei Cheng Wu	55-91-223-9414	
Recife	Mlle Salma Casierra Alvarez	55-81-3262912	
San Paulo	Centre de San Paulo	55-11-5579-1180/3884-3155	
		brcenter@hotmail.com	
	Bureau de liaison	55-11-227-4690/228-7029	
		formax@ifxbrasil.com.br	
<b>Canada :</b>			
Edmonton	M.Brian Hokanson	1-780-444-6568	
	M. & Mme Dang Van Sang	1-780-963-5240	
		dangvansang@hotmail.com	
Kingston	M. Quang Thanh Le	1-613-384-3295	
Londres	Centre	1-519-438-3702	
		uniself@yahoo.com	
Montréal	Centre de Montréal	1-514-277-4655	
	Mlle Euchariste Pierre	1-514-277-2717	
		p_euchariste1@sympatico.ca	
	M. Hung The Nguyen	1-514-494-7511	
		nguyenthehung40@hotmail.com	
	M. & Mme Nai-Chi Hsu	1-450-647-4871	
Ottawa	M. Armand Laplante	1-613-740-1017	
		er574@freenet.carleton.ca	
Toronto	Centre de Toronto	1-416-503-0515	
	Mlle Diep Hoa	1-905-897-0650	
	M. & Mme Lenh Van Pham	1-416-282-5297	
		hiepham@rogers.com	
	Bureau de liaison	torontcontact@yahoo.ca	
Vancouver	Mlle Li-Hwa Liao	1-604-541-1530	
		jsung66@shaw.ca	
	Mlle Sheila Coodin	1-604-739-6758	
		oceanoflove@prismnet.bc.ca	
	Mlle Nguyen Thi Yen	1-604-581-7230	
<b>Chili :</b>			
La Serena	M.Esteban Zapata Guzman	56-51-295992	
		laserenacenter@hotmail.com	
Santiago	Centre de Santiago	56-2-6385901	
		chilecenter@hotmail.com	
	Bureau de liaison	56-2-6389229	

<b>Colombie :</b>			
Bogota	M. & Mme José Guzman Alonso	57-1-2261245	
<b>Costa Rica :</b>			
San Jose	Centre de San Jose	506-2200-753	
	Mlle Laura Chen	506-363-2748	
		lauracmesa@hotmail.com	
<b>Honduras :</b>			
Tegucigalpa	Mlle Edith Sagrario Ochoa	504-2250120	
<b>Mexique :</b>			
Mexicali	Mlle Sylvia Lagrange	52-686-568-4575	
		eternalmaster2002@yahoo.com.mx	
Mexico D.F	Centre de Mexico D.F	52-5-752-7472/5639-3506	
		kamel@avantel.net	
Mexico State	Bureau de liaison	52-55-5852-1256	
		tecenter@sinfon.net.mx	
Monterrey	M. Roque Antonio Ledl Suffo	52-8-379-0897	
		mttycenter@starmedia.com	
<b>Nicaragua :</b>			
Managua	Mlle Pastora Valdivia Iglesias	505-248-3651	
		roxanavet@hotmail.com	
<b>Panama :</b>			
	Centre	507-236-7495	
	Mlle Maritza E.R. de Leone	507-260-5021	
		mrleone@hotmail.com	
<b>Paraguay :</b>			
C.D. East	M. Zhi-Lu Tsao	595-61-502034	
		jscmike@fnn.net	
<b>Pérou :</b>			
Cusco	Mme Patricia Kross Canal	51-54-232-682	
		cuscocentro@yahoo.com	
Lima	Centre de Lima	511-4716472	
		lvalenciap@bonus.com.pe	
	M. Edgar Nadal & Mlle Teresa de Nadal	51-1-4667737	
		chinghailimaperu@hotmail.com	
	M. Victor Carrera	51-1-2650310	
Puno	Mlle Mercedes Rodriguez	51-54-353039	
		punocentroperu@yahoo.es	
	M. Luis Rebaza	51-44-260871	
		larv@terra.com.pe	
<b>Salvador :</b>			
San Salvador	M.Manuel Menjivar	503-216-9413	
		quijano_manuel@yahoo.es	
<b>Trinidad Island :</b>	M.Ray Alibocus	1-868-637-1054	
		alibocus@tsst.net.tt	
<b>USA :</b>			
Arizona :	Centre d'Arizona	1-623-581-0725	
		arizonactr@yahoo.com	
	M. & Mme Kenny Ngo	1-602-404-5341	
		kennyngoaz@hotmail.com	
Arkansas :	M. Robert Jeffreys	1-501-253-8287	
		boj@arkansas.net	
Californie :			
*Los Angeles	Centre de Los Angeles	1-909-674-7814	
	M. & Mme Tsung-Liang Lin	1-626-914-4127	
		tlin54@hotmail.com	
	M. & Mme Dong Phung	1-626-284-9994	
		SanGabriel99@hotmail.com	
	M.Gerald Martin	1-310-836-2740	
		gmartin0999@hotmail.com	
*Sacramento	M. & Mme Hieu De Tu	1-916-682-9540	
		saccenter.ca@usa.com	
*San Diego	Centre de San Diego	1-619-280-7982	
		quanyinsd@juno.com	
	M. & Mme Tran Van Luu	1-619-475-9891	
*San Francisco	Centre	KHOALUONG@aol.com	
	M. & Mme Khoa Dang Luong	1-415-753-2922	
	M. & Mme Dan Hoang	1-415-333-9119	
		sfcenter@hotmail.com	
*San José	Mlle Sophie Lapaire	1-650-988-6500	
		Sophie.Lapaire@eng.sun.com	
	M. & Mme Edgar Shyuan	1-408-463-0297	
		Edgar-Teresa@worldnet.att.net	
	M. Loc Petrus	1-510-276-4631	
		petrusl2k@earthlink.net	
	M. Jim Su	1-408-253-8516	
		sumajim@aol.com	
	M.James Kiet Le	1-408-262-8233	
		James_Le@adapttec.com	
Caroline du Nord :	M&Mme Huynh Thien Tan	1-704-535-3789	



Colorado :	Mlle Victoria Singson	1-303-986-1248 torahi@ureach.com	M.Weidong Duan	1-972-517-5807 water96@yahoo.com	
Floride :			M.Jimmy Nguyen	1-972-206-2042 DallasCenter@hotmail.com	
*Cape Coreal	M.& Mme Thai Dinh Nguyen	1-941-458-2639	*Houston	Centre de Houston	1-281-893-8300
	Mlle Trina L. Stokes	1-941-415-3963 tts77@aol.com		Mlle Carolyn Adamson	1-713-6652659 cadamson@houston.rr.com
*Orlando	M.Michael Stephen Blake	1-407-333-0178 ekalbekim@yahoo.com		M.& Mme Charles Le Nguyen	1-281-370-3898 DNgyuen376@aol.com
Géorgie :	Centre /Bhiksuni Chán Mo	1-770-936-9926 GeorgiaCnt@aol.com		M.& Mme Robert Yuan	1-281-251-3199 Robert.Yuan@Compaq.com
	M. James Collins	1-770-934-2098	*San Antonio	M.Khoi Kim Le	1-210-558-6088
	Ms.Kim Dung Thi Nguyen	1-404-292-7952	Virginie :	Centre	1-703-941-0067
Hawaï :	Centre de Hawaï	1-808-735-9180 hawaiictr@hotmail.com		M&Mme Hua Phi Anh	1-703-978-6791 anhhlly@hotmail.com
	Mme Dorothy Kaomi Sakata	1-808-988-6059 DorothySakata@aol.com	*Virginia Beach	M.David Young	1-757_588-8468 davidkyoung@hotmail.com
Illinois :	M.Tran, Cao-Minh Lam	1-773-506-8853 caominhlamtran@hotmail.com	Washington :		
	M&Mme Sang-Yoon Lee	1-773-261-4033 ilovesuma@yahoo.com	*Seattle	M.Ben Tran	1-425-643-3649 benptran@aol.com
Indiana :	M.& Mme Duc Vu	1-317-293-5303 Duchanh@aol.com		M.Edward Tan	1-206-228-8988 edtan@usa.com
Kentucky :	M.& Mme Nguyen Minh Hung	1-502-695-7257 fnguyen@mail.state.ky.us	Wyoming :	Mme Esther Mary Cole	1-307-332-7108 sumaemc@yahoo.com
Louisiane :	M. John L. Fontenot	1-504-483-3234 jlfontenot@hotmail.com	<b>Puerto Rico :</b>		
Maryland :	M. Nguyen Van Hieu	1-301-933-5490 HughMDCenter@yahoo.com	Camuy	Mme Disnalda Hernanadez Morales	1-787-262-1874 disnalda@caribe.net
	M. Robert Ectman	1-301-972-5654 bce77@bigplanet.com	San Juan	Mlle Shanti Ragyi	1-787-723-7138 shantiragyi@hotmail.com
Massachusetts :			<b>***ASIE***</b>		
*Boston	Centre de Boston	1-978-436-9982 shinemound@earthlink.net	<b>Corée :</b>		
	Mlle Gan Mai-Ky	1-508-791-7316	Séoul	Centre de Séoul	82-2-5772158 quanyim@unitel.co.kr
	M.& Mme Huan-Chung Li	1-978-957-7021		M.Yoo Tae In	82-2-795-3927
Michigan :	Centre de Michigan	1-248-370-2924 smmicenter@yahoo.com	Pusan	Mme Lee Ji-Ja	82-2-599-1701
Minnesota :	Mlle Quach Ngoc	1-612-722-7328 quach001@msn.com		Centre de Pusan	82-51-581-9200 quanin@komet.net
Missouri :				M.Song Ho Joon	82-51-957-4552
*Jefferson	Mlle Mary E. Steck	1-573-761-9969 MSteck5208@aol.com	Jeonju	M.Hwang Sang Won	82-51-805-7283
	M.& Mme Genda Chen	1-573-368-2679 gchen@umr.edu		M.Lee Won Suk	82-51-894-6645
*Rolla			Incheon	Centre de Jeonju	82-63-274-7553 shc5824@hanmail.net
Nebraska :	Mlle Céline Robertson	1-402-483-4067 crobert@lps.org		M.Shin Hyun-Chang	82-63-254-5824
			Daegu	Centre de Incheon	82-32-579-5351
Nevada :				M.Lee Jaea-Moon	82-32-244-1250
*Las Vegas	Mlle Helen Wong	1-702-242-5688		Centre de Daegu	82-53-743-4450 chinghaidaegu@hanmail.net
New Jersey :	Centre de New Jersey	1-973-209-1651 c_newjersey@yahoo.com		M.Cha Jae-Hyun	82-53-856-3849
	M.& Mme Nghiem The Trung	1-609-667-3829 albert_nghiem@hotmail.com	Daejeon	Mme Han Sun-Hee	82-53-767-5338
	M. Chang-Sheng Chou	1-973-335-5336 JohnChou@ymusa.com		M. Kim Ik-Hyun	82-53-633-3346
New Mexico :	M & Mme Nawarskas	1-505-822-1560 anawarskas@hotmail.com	Gwang-Ju	Centre de Daejeon	82-42-625-4801
				M. Kim Soo-Dong	82-42-254-7309
New York :	M. & Mme Zhihua Dong	1-718-837-4884 dong@phys.columbia.edu	Jeju Island	Centre de Gwang-Ju	82-62-525-7607
			Andong	M.Jo Myung-Dae	82-62-394-6552 enlightenment@hanmir.com
*Rochester	Mlle Debra Couch	1-716-256-3961 success@coachdebra.com	Youngdong	Centre de Jeju	82-64-99-6113
Ohio :	M.& Mme Vu Van Phuong	1-513-887-8597 von@swoca.net		Centre de Andong	82-54-821-3043
	M. Gilbert Rivera	1-513-381-4554 wisdmeye@aol.com	Chungok	M. Kim Sam-Tae	82-54-821-3043
			<b>Formose :</b>	Centre de Youngdong	82-54-532-5821 houmri1@komet.net
Oklahoma :	M. & Mme Tran Kim Lam	1-405-632-1598 LTRAN2292@aol.com	Taipei	Centre de Chungok	82-54-6731399
				Centre de Taipei	886-2-23757527 smchtpe@ms33.hinet.net
Oregon :				M. & Mme Loh Shih-Hung	886-2-23756784 shloh@ndmctsg.edu.tw
*Portland	Mlle Vera Looijenga	1-503-234-1416	Miaoli	M.& Mme Chen Tsan Gin	886-37-221618
	M. & Mme Minh Tran	1-503-614-0147 orcenter@hotmail.com		M.Chu Chen Pei	886-37-724726
	Mlle YoupingZhong	1-503-257-2437 youping320@yahoo.com	Kaohsiung	M.&Mme Zeng Huan Zhong	886-7-7534693
Pennsylvanie :	M. & Mme Diep Tam Nguyen	1-610-352-7787 DiepAshleyPa@AOL.com	<b>Hong Kong :</b>	Centre de Hong Kong	852-27495534
	Mlle Ella Flowers	1-215-879-6852		Bureau de liaison	852-26378257 lovequanyin@hotmail.com
Texas:			<b>Inde :</b>		
*Austin	Centre d'Austin	1-512-396-3471 jjdauw@yahoo.com	Bombay	M.Suneel Ramaney	91-22-2820190 trust_god@rediffmail.com
	M. Dean Duong Tran	1-512-989-6113 tranduongdean@yahoo.com	Calcutta	M.Ashok Sinha	91-33-665-6741
			<b>Indonésie :</b>		
*Dallas	Centre de Dallas	1-214-339-9004 DallasCenter@yahoo.com	Bali	Centre	62-361-231-040 begodnow@yahoo.com
	M. Tim Mecha	1-972-395-0225 mechat@email.msn.com	Jakarta	M.Agus Wibawa	62-81-855-8001
				Centre de Jakarta	62-21-6319066 smch-jkt@dnet.net.id
				M.Tai Eng Chew	62-21-6319061
				Mlle Lie Ik Chin	62-21-6510218 finance1@ueii.com

	Mlle Murniati Kamarga	62-21-3840845 hai@cbn.net.id	Hambourg	Bureau de liaison	49-581- 15491 HamburgCenter@gmx.de
Surabaya	M. I Ketut P.Swastika Center	62-21-7364470 62-31-5612880 ahimsasb@indosat.net.id	Münich	Mlle Johanna Høening ChingHai@aol.com	49-8170-997050
	M. Harry	62-31-594-5868 harry_l@sby.dnet.net.id	<b>Arménie :</b>	Mlle Kang Cheng M. Armen Hovhannisyan	49-89-3616347 374-1-227303 armenhovhannisyan@hotmail.com
Magelang Malang	M.Njo Kwat Gone M.Judy R.Wartono	62-293-367-031 62-341-491-188 yudi_wartono@telkom.net	<b>Autriche :</b>	Centre de Vienne M. & Mme Nguyen Van Dinh M. Shih-Tsung Lu	Chinghai@A1.net 43-2955-70535 43-664-3909200 sound@gmx.at
Yogyakarta	M.Henry Soekianto M.Augustinus	62-341-325-832 62-274-588-105 t.adianingtyas@eudoramail.com	<b>Belgique :</b> Bruxelles	M. Hugo Berton	32-16-400377 universal@planetinternet.be
<b>Israël :</b>	M.Yaron Adari	972-9-866-6881 yadari@zahav.net.il	<b>Bulgarie :</b> Sofia	M. Ruslan Staykov	3592-575358 oldruslan@yahoo.com
<b>Japon :</b> Gunma	Mlle Hiroko Ichiba	81-27-9961022 truelove@mtb.biglobe.ne.jp	Plovdiv	Mme Miglena Bozhikova	359-32-940726 chinghaiplovdiv@mail.bg
Kumamoto	Mlle Mochinaga Eiko	81-96-346-2928 genesis@mb.infobears.ne.jp	<b>Croatie :</b>	M. Zeljko Starcevic	385- 51- 251081 zeljko@mindless.com
Tokyo	M. Yukiko Sugihara	81-3-3307-1643 cal13840@pop07.odn.ne.jp	<b>Dannemark :</b>	Bureau de liaison	45-66-190459
	M.Yoshie Takeda	81-90-3963-0755 y-plus@f6.dion.ne.jp	<b>Espagne :</b> Madrid	Centre de Madrid Mlle Lidia Kong	34-91-5470366 34-91-7756670
<b>Macao :</b>	Centre de Macao	853-532231 macau_center@email.com	Malaga	M. Wang Ya-King	34-95-2351521
	Bureau de liaison	853-532995	Valence	Mlle Xi-Chun Wang & Xin-Lan Yang M. Yu Xi-Qi	34-96-3336208 34-96-3726401 valenciachinghai@yahoo.es
<b>Malaisie :</b> Alor Setar	M. Chiao-Shui Yu	60-4-7877453		Maison végétarienne	34-96-3744361
Johor Bahru	M. & Mme Chi-Liang Chen	607-3516075 supreme2@tm.net.my	<b>Finlande :</b> Helsinki	M. Luong Hoang Hanh	358-9-8537455 hoanghanh.luong@luukku.com
Kuala Lumpur	Centre de Kuala Lumpur	60-3-92873904 klsmch@tm.net.my		Mlle Anne Nystrom	358-9-793902 anne.nystrom@surfeu.fi
	Bureau de liaison	6012-259-5290 klgcp@hotmail.com	<b>France :</b> Paris	Centre de Paris Mlle Isabelle Lancelot	33-1-43006282 33-1-40301174 ilancelot@celestialfamily.net
Penang	Centre de Penang	60-4-228-5853 pgsmch@pd.jaring.my		Mme Ngo Thi Huong M.Nguyen Tich Hung	33-1-43761453 33-4-67413257
	M. & Mme Lin Wah Soon	60-4-6420370 qym99@hotmail.com	Montpellier	Mlle Jeanine Reynet	33-4-75376232 33-3-89770607
<b>Mongolie :</b> Ulan Bator	Mme Nergui Buzmaa	976-11-364352 zbadnaa@yahoo.com	Ardèche		
Baganuur	M.&Mme Gursad Bayarsaikhan	976-121-21174	Centre d'Alsace		
<b>Myanmar :</b>	M.Sai San Aik	951-667427	<b>Grèce :</b> Athènes	M.Eric Raza	30-01-6923-133 Razahidah@hotmail.com
<b>Nepal :</b> Kathmandou	Centre de Kathmandou	77-1-254481 chinghai_kathmandu@hotmail.com	<b>Hollande :</b> Amsterdam	M. Marcel Mannaart	72-5070236 m.mannaart@planet.nl
	M.Ajay Shrestha	977-1-473558 ajaystha@hotmail.com		M. Nguyen Ngoc Trung	31-294-41-9783 vothuong5@cs.com
Pokhara	Centre de Pokhara	977-61-28455 chinghai2000pokhara@hotmail.com	<b>Hongrie :</b> Budapest	Centre de Budapest	361-363-3896 heaven.bud@mail.mata.vu
	M.Bishnu Neupane	977-61-21201 neupanebishnu@hotmail.com		M. Lux Tamas	36-309-611994
	M.Shiva Bastola	977-61-28255 pokharacenter@hotmail.com	Gyor	Mlle Dora Seres M.Lehel Csaba	36-1-379-1924 36-96-456-452 clehel@freemail.hu
<b>Philippines :</b>	M.Raj Kumar Lama	977-61-31413	<b>Irlande :</b> Dublin	M. & Mme Bernard Leech	353-1-6249050 bernardleech@unison.ie
	Centre de Manille	632-842-8828 manilach@hotmail.com	<b>Norvège :</b> Oslo	M. Nguyen Ngoc Tai	47-22-612939 norwayqy@online.no
	Centre de Palawan	6348-433-9248 veghouse@hotmail.com	<b>Pologne :</b> Szczecin	Mme Plociniczak Grazyna	48-91-487-4953
<b>Singapour :</b>	Centre de Singapour	65-741-7001 chinghai@singnet.com.sg	Varsovie	Mme To Soszynska	48-22-659-3897 quanyin_pl@yahoo.com
	Bureau de liaison	65-6846-9237	Lodz	Mlle Lukaszewska Mariola	48-42-686-0037 czakra@interia.pl
<b>Sri Lanka :</b> Colombo	Mme Suranganie Dayaratne	94-1-760927 jean@sol.lk	<b>Portugal :</b> Lisbone	M.Helder Hen Keon Kong	351-1-920-4118 lisbon_center@hotmail.com
<b>Thaïlande :</b> Bangkok	Centre de Bangkok	662-674-2694 bkk_c@hotmail.com		Mme Deborah e dos Santos	351-0-96-618-7249 quanyindaughter@yahoo.co.uk
	Mlle Laddawan Na Ranong	662-5914571 edasnlad@samsorn.stou.ac.th	<b>République Tchèque :</b> Prague	Centre de Prague	42-02-6126-3031 prague-center@chinghai.cz
Chiang Mai	M. Wu Peir Yuan	66-1-8248294		Mme Marcela Gerlov	42-0-608-265-305 Chinghai@chinghai.cz
	Centre de Chiang Mai	66-53-217080	<b>Royaume Uni :</b> <b>Angleterre :</b>		
	Mlle Siriwan Supatrchamnian	66-53-387126	Stoke-on-Trent	Mme Janet Weller	44-1782-414989 family@waller142.fsnet.co.uk
Had Yai	Centre de Had Yia	66-74-368329-30(c/o155)	Londres	Centre de Londres	44-208-3742743
Khon Kaen	Centre de Khon Kaen	66-43-261-878			
	M. Paisal Chuangcham	66-43-241718			
<b>***EUROPE***</b>					
<b>Allemagne :</b> Berlin	Centre de Berlin	49-30-3470-9262 berlincenter@hotmail.com			
	M.Christian Bastwoeste	49-30-3470-9262			
Düsseldorf	Bureau de liaison	49- 5232-68564/49-174-5265242 ngoc-thao.nguyen@gmx.de dusseldorfcenter@hotmail.com			



	Bureau de liaison	44-207-4731421 pnl@matters19.freemove.co.uk		Mme Tieng Thi Minh Chau	617-37157230 ctieng@telstra.com
Surrey	M. Hu Tchang Rong	44-1293-416698 stmchwo@hotmail.com	Byron Bay/ Northen Rivers Canberra	M & Mme Yun-Lung Chen M & Mme Ray Dixon	617-33442519 612-6689-1282 rayandjulie@linknet.com.au
<b>Ecosse :</b> Edinburgh	Mme Annette Lillig	44-131-6660319 lillig@btinternet.com		M & Mme Khanh Huu Hoang	61-2-6259-1993 smcanbra@cyberone.com.au
Glasgow	M.Robert Jackson	44-141-637-7255 Robert.Jackson@classicfm.net	Melbourne	Centre de Melbourne	Melbsmch@aol.com
<b>Russie :</b> Moscou	Mlle Lira Gareyeva	7-095-732-08-32 boulgakov@tri-el.ru		MmeRosemary Nagtegaal	61-3-9307-6982
<b>Slovénie :</b>	M. Rastislav Alfonz Kovacic	386-35-814981 dbk@siol.net	Perth	M. Pham Van Bon	61-3-9470-4573
<b>Suède :</b> Angelholm	Mme Luu Thi Dung	46-431-26151 hang.nguyen@spray.se		M. Alan Khor	61-3-98574239
Are	Mlle Viveka Widlund	46-647-32097 widlund@hem.utfors.se		Centre de Perth	61-8-9242-1189
Malmo	M. & Mme John Wu	46-40-973452		M. David Robert Brooks	61-8-9418-6125 daveb@inet.net.au
Stockholm	M. Mats Gigard	46-8-882207 mats.gigard@telia.com		M. Ly Van Tri	61-8-9244-7661
Uppsala	Mlle Premila Perera Ivarsson	46-18-302029 premila.perera@pharmacog.uu.se	Sydney	M. Eino Laidsaar	61-2-9477-5459 einoforquanyinsydney@yahoo.com
<b>Suisse :</b> Genève	Mlle Feng-Li Liu	41-22-7973789 gefliu@yahoo.com		M. Hong Bo	61-2-97887588 hongbo_huang@hotmail.com
	Mme Klein Ursula	41-22-3691550	Tasmania	Mlle Carly Skinner	61-3-6228-2481 putters@bigpond.net.au
<b>***OCEANIE***</b>			<b>Nouvelle-Zélande :</b>		
<b>Australie :</b> Adelaide	M. Leon Liensavanh	618-83326192 leonadelaide@hotmail.com	Auckland	M. Anton Toia	649-419-4470 nzanton@yahoo.com
Brisbane	Centre de Brisbane	briscentre@hotmail.com		Mme Noelyne No Thi Ishibasi	649-277-9285 takahide@xtra.co.nz
	M. Gervy Bisshop	61-7-3847-1646	Christchurch	Mme Chang- Wu Wong	649-5340986
				M. Michael Lin	64-3-3436918 chaomin@hotmail.com
			Hamilton	M. Glen Vincent Prime	647-849-4442/647-858-3355 hamnzcont@yahoo.co.nz
			Nelson	Mlle Sharlene Lee	64-3-5391313 shale@ihug.co.nz
			Tauranga	Mlle Joy Daniels	64-7-5445268

S'il n'y a pas de correspondants dans votre région, veuillez contacter s'il vous plaît le correspondant de la ville ou du pays le plus proche de chez vous. La liste de nos correspondants à travers le monde change fréquemment.

Pour les dernières informations, veuillez visiter l'adresse suivante :

<http://www.godsdirectcontact.org/tw/eng/cp/index.htm>

## Comment nous contacter

### "Un voyage à travers les royaumes esthétiques"

#### Emissions de TV sur cassettes vidéo

E-mail : [art&spirituality@Godsdirectcontact.org](mailto:art&spirituality@Godsdirectcontact.org)

Fax : 1-413-751-0848 (USA)

#### Groupe de la revue :

E-Mail : [lovesrc@Godsdirectcontact.org](mailto:lovesrc@Godsdirectcontact.org)

Fax : 1-801-7409196 ou 886-946-728475

#### Département des livres S.M :

E-mail : [divine@Godsdirectcontact.org](mailto:divine@Godsdirectcontact.org)

Fax : 1-240-352-5643 (USA)

ou (886)-943-802829 (Formosa)

(Vous êtes bienvenus de vous joindre à nous pour traduire les livres de Maître dans différentes langues)

#### Bureau d'information spirituelle :

E-Mail : [lovewish@Godsdirectcontact.org](mailto:lovewish@Godsdirectcontact.org)

Fax : 886-946-730699

#### S.M Célestial Co., Ltd

E-Mail : [smcj@ms34.hinet.net](mailto:smcj@ms34.hinet.net)

Tel : 886-2-87910860

Fax : 886-2-87911226

#### L'Association Internationale de Maître Suprême Ching Hai Sté d'Editions, Ltd.

Taipei, Formose.

E-Mail : [smchbooks@Godsdirectcontact.org](mailto:smchbooks@Godsdirectcontact.org)

Tel : (886) 2-87873935

Fax : (886) 2-87870873

#### Librairie du Centre de Los Angeles

Email : [la\\_bookstore@yahoo.com](mailto:la_bookstore@yahoo.com)

Fax : 1-909-738-9992



Bien que j'ai été initiée il y a quelques années, je suis encore très friande des grandes marques de mode, et également très intéressée par les dernières nouvelles et tendances dans ce domaine. Je suis confuse de dire que pendant que d'autres condisciples initiés sont avancés en terme de croissance spirituelle, je le suis dans la prise de conscience au niveau de la mode !

Donc, naturellement, j'ai jeté un regard aiguisé sur les modèles variés des Bijoux Célestes de Maître, et j'ai appris par eux vraiment beaucoup. Par exemple, la collection "Papa (soleil)" est une série excellemment hors pair dont la valeur est supérieure au prix ! Car de toutes les pierres précieuses colorées, l'émeraude est une des plus rares et plus chères. On en trouve des mines en Colombie, au Pakistan et autres endroits, et la strate de sédimentation d'où est extrait ce minéral ne peut se former que suite à une très longue période de migration dans la croûte terrestre. De plus, en raison de la relative tendreté de cette pierre, des dépôts minéraux sont souvent observés à l'intérieur. Celles parmi les émeraudes dont la couleur est la plus profonde et la plus vibrante, et qui ne contiennent qu'un minimum de dépôts sédimentaires, sont classées en tant que pierres précieuses de haut degré. Et, bien entendu, leur prix grimpe en proportion ! D'autre part, les pierres précieuses de plus d'un carat ont beaucoup de valeur. Par conséquent, j'ai été réellement abasourdie lorsque j'ai appris le prix de vente de la collection "Papa (soleil)" des Bijoux Célestes, qui contient des émeraudes de haut degré. Le travail humain d'extraction en lui même devrait lui conférer beaucoup de valeur. La ligne de cette collection manifeste pleinement son appartenance à la tendance Bohémienne, qui vient de devenir populaire en matière de bijoux, procurant et créant une magnifique tournure romantique à partir d'un dessin très simple. Cette parfaite collection de bijoux est vendue tout bonnement à 60% des cours du marché !


Une autre pièce des Bijoux Célestes propre à me susciter une profonde inspiration est le "Bracelet de cheville". À ce délicat petit cercle sont attachés quelques petits ornements, dont une harpe, qui rappelle à mon souvenir la Mélodie intérieure, un aigle, qui symbolise notre ego, et un phoenix s'élevant des cendres, tous représentant des niveaux spirituels variés, et nous remettant à l'esprit de ne pas oublier de rentrer à la maison, de retour dans le Royaume des Cieux, d'où est notre âme. Ces ornements ne sont pas seulement délicatement sculptés, mais contiennent également des significations pénétrantes. Une autre particularité exclusive tient dans le fait que chacun peut être détaché, puis ré-accroché autour

## La marque Suprême dans l'univers

*Par la sœur initiée Lu-yi, Tapei, Formose*

du cou en temps que pendentif indépendant. Cette pièce des Bijoux Célestes, disponible depuis de nombreuses années, est une de mes favorites.

En hiver 2001, dans un magazine de mode spécialisé dans la présentation de marques réputées, je vis qu'un célèbre créateur de bijoux s'était distingué avec un bracelet qui ressemblait beaucoup à la ligne du bracelet de cheville dessiné par Maître. Une des différences était que ce bracelet était fait sur le modèle d'une chaîne, une série d'anneaux connectés, et en or 18 carat. Les pendentifs du bracelet représentaient la Tour Eiffel, la Terre, une bouteille de vin, un sac à main, un cadenas, et ainsi de suite. Ce qui m'amusa réellement, c'est que la ligne de ce dernier bracelet était précisément celle de la chaîne des attachements de ce monde qui emprisonne notre âme vie après vie ! Tous ses ornements étaient des symboles des désirs matériels. La tristesse et l'agonie de l'âme se noyant en eux est masquée par la fausse gloire de l'or. Aux yeux du monde, les marques au top de la mode internationale et des bijoux représentent statut et position. Cependant, ayant pénétré la vérité qui est derrière, les pratiquants spirituels savent clairement que ces marques sont simplement des jouets, qui effectivement enchaînent notre âme à cette existence matérielle. Ces étiquettes donnent aux gens la fausse impression qu'ils sont seulement leur corps et identité physique, les poussant à gaspiller leur vie à courir après le profit et la gloire, et à oublier de se mettre en route sur le chemin de retour à la Maison.

Par contraste, les lignes de Bijoux Célestes de Maître portent des acceptions très profondes, qui nous rappellent constamment à poursuivre le développement spirituel, et à retourner à notre pays d'origine dans le ciel. Par conséquent, je sens que je suis réellement chanceuse, car Dieu, avec complète miséricorde, m'a permis de trouver ma propre marque Suprême et de la posséder. Cette marque est incomparable et n'a pas de prix, je l'ai d'ores et déjà acquise sans avoir à dépenser un centime. Cette Suprême marque de l'univers est le "Méthode Guan Yin" ! 





Art Suprême

Dessiné par Maître Suprême Ching Hai

La pièce  
"tour de Cheville"  
des bijoux célestes



Révèle les secrets du monde de l'au-delà et porte les symboles d'un avion, d'un hélicoptère, d'un OVNI, d'un lotus, d'un dragon, d'un phoénix, d'une cloche d'église, d'un phénix, et d'une harpe, signifiant le voyage de la pratique spirituelle.

Plus d'un tour de cheville peuvent être réunis pour former un collier, embelli d'un seul ou plusieurs ornements de votre choix,

Une pièce "Papa"  
des bijoux célestes

Un symbole de l'amour désintéressé du père  
irradie une lumière brillante comme le soleil







## Le monde du Happy Yogi accueille l'année du cheval



*Dynamiques et vifs, avec une nouvelle apparence,  
nous avançons avec un esprit supérieur vers un futur prometteur.*

L'année du serpent a ouvert le chemin à l'année du cheval, qui symbolise une vie d'énergie dynamique et de vitalité. Récemment, le groupe de Vêtements Célestes SM a présenté un défilé de mode spécial intitulé "accueillir à l'année du cheval" pour introduire la nouvelle année, présentant plusieurs modèles de vêtements de loisirs créés par Happy Yogi, et apportant à ceux qui les portent de nouveaux espoirs et de vœux dans le futur.

Nous prions sincèrement que pour l'année nouvelle qui arrive, tous les amis initiés jouiront de progrès spirituels rapides, et seront des Happy Yogis remplis de succès.

### **Vestes d'hiver :**

Ces derniers modèles de veste Happy Yogi sont hautement résistant à la pluie et au vent, mais encore perméable à l'air. L'étoffe supérieure utilisée est faite de fibres DuPont Hytrel, et les vestes sont fabriquées en deux épaisseurs. La première est non seulement résistante à l'eau, mais aussi efficace en terme de dispersion de vapeur, présentant une perméabilité estimée à 5 000. La doublure intérieure respecte également bien la dissipation de la vapeur et garde celui qui le porte au sec et à l'aise. Disponible en deux styles; une veste avec capuche, ou réversible. Les deux modèles sont une combinaison de trois couleurs : extérieur rouge/intérieur bleu Ming, extérieur vert/intérieur crème, extérieur saphir/intérieur jaune.

