

"Ben ne Budizm'e, ne de Katolik mezhebine bağlıyım. Ben tamamen gerçeğe ait olup, gerçeğe, gerçek olana dua ederim... Siz bunu belki Budizm, Katoliklik, Taoizm veya istediğiniz herhangi bir isimle adlandırabilirsiniz. Ben hepinizi hoşgörü ile karşılarım."

~ Yüce Üstat Ching Hai ~

"İçimizde varolan barışı, huzuru elde ettiğimiz anda varolan her şeyi elde ederiz. Her türlü tatminkârlık duygusu, şu anlık ve cennetlik özlemlerin eksiksiz olarak yerine getirilmesi Yaraticının Krallığından, içimizdeki o sonsuz uyumu idrak edebilmemizden, sonsuz olan bilgeliğimizden ve sahip olduğumuz o yüce güçten meydana gelmektedir. Eğer bütün bu saydıklarına ulaşamazsanız iste büyük bir maddi imkana sahip olun, ister çok yüksek kademelerde yer alın, kesinlikle tatmin olamazsınız."

~ Yüce Üstat Ching Hai ~

"Öğretiminizin asıl hedefi dünyada yapmayı istediğiniz her ne ise, onu uygulamanız ve birey olarak yaptığımız her hareketten yine kendinizi sorumlu tutmanızdır. Buna ilâveten her gün Meditasyon yapmalısınız. Kendinize, dünyaya ve onun üstünde varolanlara en iyi hizmeti verebilmeniz için, büyük bir bilgelik, büyük bir olgunluk ve barışa ulaşmış olacaksınız. İçinizde iyiliğin var olduğunu, Yaraticının sürekli olarak sizinle beraber olduğunu, Buda'nın da daima kalbinizde bir yeri olduğunu unutmayınız."

~ Yüce Üstat Ching Hai ~

## Önsöz

**E**ski çağlardan beri insanlar alışlagelmişin dışında bir çok şahsiyetleri ziyaret etmişlerdi. Bu yoldaki tek amaçları da insanlığın maneviliğini yükseltebilmektir. Hz. İsa'da bu ziyaretçilerden biriydi, tıpkı Buddha Shakyamuni ve Hz. Muhammet gibi. Bu üç büyük ismi oldukça iyi tanıyoruz. Ama, daha ismini bilmediğimiz bir çok büyük isim var. Bazıları toplum içinde birşeyler öğretiler ve çok az insan tarafından tanındılar. Diğerleri de anonim olarak kaldılar. Bu şahsiyetler farklı zamanlarda, çeşitli ülkelerde, değişik isimlerle bulunmuşlardı. Onlar Üstat, avatara, aydınlatıcı, kurtarıcı, mesih, tanrısal ana, elçi, guru, yaşayan ilah v.b. olarak adlandırıldılar. Bizim aydınlanma, arınma, bilgilenme, hürriyete kavuşma veya kudrete ulaşma diye adlandırdığımız olguları bize getirmek için geldiler. Bütün bu kelimeler birbirlerinden farklı olabilir, ama temelde hepsinin anlamları aynıdır. İnsanlığı manevi açıdan yüceltmek için, aynı manevi büyüklükte, ahlaki saflıkta ve güçte geçmişteki kutsal kişiler gibi aynı tanrısal kaynakların ziyaretçileri, bu gün burada bizim aramızdalar ve onların şimdiki varlıklarını çok azımız biliyoruz. İşte bu ziyaretçilerden birisi de Yüce Üstat Ching Hai'dir.

Üstat Ching Hai'yı genelde yaşayan bir kutsal kişi olarak tanıtmak pek uygun olmaz. O bir kadındır. Bir çok budist ve

diğer dinlere bağlı insanlar, bir kadının Buda olamayacağı düşüncesinde saplanıp kalmaktadırlar. Üstat Asyalıdır ve batılı bir çok insan, kendi kurtarıcılarının, kendileri gibi bir dış görünüşe sahip olmasını beklerler. Ama bizler hepimiz, -dünyanın bir çok yerinden, değişik dini temelleri olan- O'nunla tanışmış ve O'nun öğretilerini takip etmiş olan insanlarız. Üstat Ching Hai'in kim ve nasıl birisi olduğunu biliyoruz. Eğer siz de bunu öğrenmek istiyorsanız, ruhunuzun belli bir açıklık derecesinde olması, kalbinizde dürüstlüğe ve doğruluğa yer olması gerekmektedir. Bunun dışında hiç bir şeye ihtiyaç yoktur.

İnsanlar zamanlarının büyük bir kısmını, geçimlerini kazanmakla ve fiziksel ihtiyaçlarını gidermekle geçiriyor. Bizler ise kendi yaşantımızı ve sevdiğimiz insanların yaşantısını mümkün olduğu kadar hoş ve rahat kılmak için çalışıyoruz. Eğer çalışma dışında vaktimiz kalacak olursa, dikkatimizi televizyondaki politika, spor yada son skandallarla ilgili konulara yöneltiyoruz. Kutsal tecrübeleri olan, direkt olarak içiyle kontakta olmanın gücünü seven bizler, her birimiz, hayatta bütün bunlardan, politika, spor v.s. daha fazla şeyler olduğunu biliyoruz. Söylemek istediğimiz, iyi haberin kimseler tarafından bilinmemesinin çok üzücü olduğudur. Yaşamdaki bütün mücadelelerin, kavgaların çözümü, içimize dönerek sakince oturup beklemektir. Cennetin sadece bir nefeslik uzaklıkta olduğunu biliyoruz. Eğer büyük bir coşkuyla kendimizden geçerekten söylediğimiz şeyler sizlerin sadece mantık yolu ile düşünme tarzınızı zedeliyorsa, bizi gözlemlemeye devam edin, çünkü gördüklerimizden sonra, ne gör-

düğümüzü biliyor olduktan sonra, bizler için sessiz kalmak oldukça zor geliyor.

Bizler Yüce Üstat Ching Hai'nın öğrencileri ve O'nun metodunun (Quan Yin Metodu) uygulayıcıları olarak size bu giriş kitabını sunuyoruz. Bu eserin sizlerin kendinizi geliştirmenizde, ruhsani doyuma daha da yaklaşmanızda faydalı olmasını umut ediyoruz. Bu aşamaya gelirken, ister Yüce Üstat'ın yolundan giderseniz isterseniz bir başka yoldan. Bu tamamen size kalmıştır.

Üstat Ching Hai, meditasyonun, kişinin içine dönmesinin ve dua etmesinin ne kadar önemli olduğunu öğretir. Eğer bu yaşamın gerçekleri ile mutlu olmak istiyorsak, kendi içimizdeki tanrısal huzuru keşfetmek zorunda olduğumuzu açıklar. O, bize aydınlanmanın ulaşılmaz, gizemli olmadığını, sadece kendini toplumdaki geriye çekebileceklerin aydınlığa ulaşabileceğini söylemektedir. O'nun görevi, biz normal bir yaşam sürüyorken, tanrısal huzuru bizim içimizde uyandırmaktır. Üstat Ching Hai şunu vurgulamaktadır; **Biz, hepimiz gerçeği biliyoruz. Sadece bu gerçeği unuttuk. Bu yüzden bazen, birileri gelip bize yaşamımızın amacını hatırlatmak zorunda. Neden gerçeği bulmak zorunda olduğumuzu, neden meditasyon yapmak zorunda olduğumuzu ve neden Tanrıya yada Budaya inanmak zorunda olduğumuzu yada evrende en güçlü olarak kimi kabul ediyorsak, ona neden inanmak zorunda olduğumuzun bazen bizlere hatırlatılması gerekmektedir.** Üstat, kimseden kendi yolundan gitmesini rica etmiyor. O, sadece kendi aydınlanmasını bir örnek olarak diğerlerine

sunuyor. Bu sayede diğer insanlar da Üstad'ın kurtuluşundan yararlanabilirler.

Bu broşür Yüce Üstat Ching Hai'in öğretilerine bir giriştir. Lütfen, Üstat Ching Hai'in elinizde tutmuş olduğunuz konuşmaları, yorumları ve sözlerinden alıntılarının konuşmalarından, transkriplerden alındığına, bazen de çok farklı dillerden çevrildiğine ve daha sonra yayınlandığına dikkat ediniz. Sizlere O'nun orijinal ses kayıtlarını dinlemenizi ve videobantlarını izlemenizi tavsiye ediyoruz. Üstad'ı seyrederek ve dinleyerek O'nun şimdiki canlı tesirini, yazılmış sözlerinden daha kuvvetli bir şekilde hissedeceksiniz. Tabii ki en kapsamlı tecrübe, O'nu bizzat görebilmektir.

Bazıları için Üstat Ching Hai bir annedir, bazıları için bir baba ve diğerleri için sevilen bir kişidir. En azından O, bu dünyada sahip olunabilecek arkadaşların en iyisidir. O, bizlerden bir şeyler almak için değil, bizlere bir şeyler vermek için buradadır. O, kesinlikle dini törenle kutsamaları, yardımları ve öğretileri için ödeme kabul etmez. O'nun sizlerden alacağı tek şey, acılarınız, kederleriniz ve ıstıraplarıdır. Ama, sadece siz bunu isterseniz!