

Ako sa všetci máte? (Dobre.)  
Hindovia, ako sa máte?  
Dobre.  
Ako sa všetci máte? Dobre?  
Áno? Ste v poriadku?  
Máte nejaké otázky?  
Dobrý deň, Majsterka!  
Dobrý deň! Odkiaľ ste?  
Z Ohio v USA.  
Ahoj, kamarát!  
Ahoj drahý. Hovorte.  
Mám pozitívnu správu  
a tiež jednu otázku.  
Najskôr tú správu.  
Dobre. Niekoľko zasvätených  
v Ohio, v USA,  
prijalo vašu radu  
a začali sme podávať  
vegánske jedlá  
na uliciach  
v centre mesta Cincinnati,  
v štáte Ohio, v USA.  
Umiestňujeme letáky,  
naše letáky  
a informácie od PETA, na  
naše pojazdné občerstvenie,  
a zdá sa, že ľudia reagujú  
veľmi pozitívne.  
Prišla za nami jedna žena  
a povedala,  
že má hepatitídu typu C...  
Je to vážne?  
Áno, je to  
celoživotná záležitosť.  
Zvyčajne je to neliečiteľné.  
Neliečiteľné.  
Nie ako typ A;  
Typ A sa dá vyliečiť, však?  
Myslím, že áno.  
Len typ C je chronický.  
Správne.  
Spôsobuje to,  
že sa ľudia cítia veľmi  
slabí a strhaní?  
Myslím, že áno.  
Hrozné.  
Áno. Povedala,  
že chodí na ožarovanie  
ale aj tak to ešte odhalili  
v jej tele,

dokonca aj po liečbe.  
Takže to nie je liečiteľné,  
(Správne.) – nie úplne.  
Ona za nami ale prišla,  
týždeň a pol po tom,  
čo sa stala vegánkou  
a povedala,  
že lekári to vôbec  
nemôžu v jej tele nájsť.  
Proste len tak?  
Áno.  
Hovorila som vám –  
dokonca len týždeň a pol.  
Áno.  
Je to úžasné.  
Možno to nie je  
len tým vegánstvom –  
je to vaše požehnanie.  
Vaše požehnanie, Majsterka.  
Požehnanie od Ohio.  
Zasvätení zo štátu Ohio –  
majú také čisté srdce  
a... dobrý úmysel,  
a majú aj súcit  
– to pomáha  
urýchliť jej zotavenie.  
Urýchľuje to, áno.  
Ináč, vlastne,  
vy už viete,  
je vedecky dokázané,  
že ak prejdeme na vegánsku  
stravu – to je to najlepšie.  
Vegetariánstvo je už dobré  
ale vegánstvo je lepšie.  
Potom zmizne  
mnoho chorôb  
a riziko operácií  
z dôvodu tých chorôb –  
jednoducho zmiznú.  
Takže väčšinu našich chorôb  
si spôsobujeme sami.  
Prišiel za nami ďalší človek,  
ktorému diagnostikovali  
srdcové ochorenie  
a on sa prišiel spýtať  
na cholesterol  
vo vegánskej strave  
a bol prekvapený,  
keď sa dozvedel  
o Dr. Esselstynovi

a zvrátení  
srdcového ochorenia  
pomocou vegánskej stravy.  
A ako viete,  
mesto Cincinnati,  
v štáte Ohio, urobilo  
z vegetariánstva časť svojho  
plánu na ochranu klímy  
a preto máme  
veľkú tabuľu umiestnenú  
za našim pojazdným  
občerstvením, so sloganom:  
„Ekologický plán Cincinnati  
odporúča znížiť spotrebu  
mäsa na zastavenie  
klimatickej zmeny.“  
a potom  
SOS posolstvo – Buďte  
vegetariáni, žite ekologicky,  
zachráňte planétu –  
SupremeMasterTV.com.  
A myslíme si,  
že to ľudia vidia,  
že to určite čítajú  
a modlíme sa,  
aby pochopili.  
Aj ja sa modlím spolu s vami.  
Áno, áno.  
Takže, celkovo  
to má veľký vplyv,  
ako základ,  
a pracujúc na tom sme cítili  
nesmierne požehnanie,  
keď sme ľudom podávali  
vegetariánske jedlo.  
Je to úžasné.  
Ach, skutočne.  
Jednoducho to cítite.  
Áno. Veľmi dobre.  
Takže by sme radi  
požiadali zasvätených  
po celom svete  
alebo v USA, kdekoľvek,  
ktorí chcú, aby začali  
robiť niečo takéto,  
radi by sme im pomohli  
s informáciami o tom,  
ako začať,  
a možno urobiť  
rovnakú vec.

Dobre.  
Môžete to dať  
na web stránku,  
a podobne, (Dobre.) na  
vegetariánsku web stránku,  
na Supreme Master TV  
alebo jednu z vegánskych  
stránok našej asociácie.  
Dobre.  
A každý si to prečíta –  
všetci si to prečítate. Dobre.  
Ale nechod'te len  
a nehľadajte konečnú  
rakovinu či hepatitídu D,  
alebo niečo podobné,  
len aby ste to dokázali.  
To bol jednoducho  
spontánny prípad, dobre?  
Áno, gratulujem.  
Vlastne, vegánska strava –  
celé tie roky hovorím  
do hluchých uší,  
takže je to len raz navyše...  
neublíži to.  
Vegetariánska strava  
alebo vegánska strava  
je súcitná strava –  
ľudia to nevedia.  
Súcitná dokonca  
k vám samým, za prvé  
– má to okamžitý efekt.  
Mnoho ľudí má  
všetky možné druhy rakoviny  
– a tiež sa to zvráti;  
problémy so srdcom –  
zvráti sa to.  
Takže celé tie roky som  
rozprávala do hluchých uší.  
Budem pokračovať, dúfajúc,  
že sa ich sluch zlepší.  
Mám otázku.  
Nech sa páči.  
Povedali ste, že ako časť  
nášho duchovného  
praktikovania by sme mali  
prekonať naše strachy  
a vlastne jedna zo sestier  
v kancelárii  
navrhla, aby som to prečítal,  
aby mi to pomohlo

prekonať môj strach  
hovoríť na verejnosti.  
Pomáha to?  
Cítili ste to?  
(Myslím že áno.)  
Skvelé!  
Pokračujte, chodievajte von  
a rozprávajte stromom  
a podobne.  
Takže aká je vaša otázka?  
Moja otázka sa týka  
hovorenia na verejnosti  
a obzvlášť  
v tomto kritickom čase,  
keď potrebujeme rozšíriť  
vegetariánske posolstvo  
toľkým ľuďom, ako je možné  
a ako niekto  
ako ja alebo niekto iný  
dokáže prekonať strach  
hovoríť na verejnosti, aby sa  
pokúsil oslovíť ľudí.  
Ako strach na vás pôsobí?  
Neviem.  
Keď ste vystúpili tam hore,  
čo sa stalo?  
Je to takmer  
ako fyzická reakcia.  
Aká?  
Búšenie srdca...  
To poznám.  
Stres a úzkosť..  
Asi nemôžete rozprávať,  
však?  
To je najhoršia časť.  
Áno.  
Najhoršia časť –  
že nemôžete  
otvoriť ústa,  
nehovoriac o srdci  
či niečom inom.  
Spomínate si  
na Yoganandu  
vo svojej autobiografii?  
Jeho prvý verejný prejav  
v angličtine,  
on bol tiež vydesený  
a stál tam 10 minút  
a nič nepovedal –  
verili by ste tomu?

Však? Je to v knihe.  
Skúste to –  
možno ho porazíte,  
napríklad 9 minút,  
9 a pol minúty,  
potom to bude úspech  
a potom budete pokračovať  
a nabudúce to bude  
možno 8 minút,  
a stále sa to bude znižovať.  
Predstavte si mňa.  
Myslíte si, že som  
veľmi statočný človek?  
Neviem, ako to robíte.  
Nie, skutočne nie.  
Ako dieťa som bola veľmi  
plachá. Bola som veľmi  
osamelé dieťa, nerozprávala  
som veľa – ani keď som  
nemusela rozprávať!  
Keď som bola dieťa,  
riaditeľ školy ma často  
dotiahol pod vlajku,  
pod národnú vlajku,  
v pondelok,  
len aby celej škole ukázal,  
aká dobrá, čistá  
a dobre vychovaná  
študentka som bola –  
predstavte si – a ja som  
celý čas plakala.  
Rozprával možno  
len pár minút, ale vyzeralo to  
ako celé storočia.  
Predstavte si – on rozprával  
a ja už som mala trému,  
nehovoriac o tom,  
aby som rozprávala ja sama.  
Viete, čo myslím?  
A pozrite,  
čo robím teraz  
po celej planéte.  
Vyzerá to tak,  
že to, čo nemáme radi,  
nám Boh dá,  
takže buďte pripravení!  
Nemám pre vás žiadnu radu,  
pretože keď som prvýkrát  
mala verejný prejav,  
nikto mi nič neporadil,

rozumiete?  
Bola som do toho dotlačená  
niečím vo vnútri:  
„musíš to urobiť“.  
Hovorila som vám,  
keď som bola vydatá  
za bývalého manžela, lekára,  
nedokázala som mu  
celý deň nič povedať,  
a on sedel  
a rozprával sa s priateľmi,  
s priateľkami jeho priateľov,  
s rodinou, a ja som tam  
len sedela. Želala som si,  
aby som mohla rozprávať  
aspoň spolovice toho, čo oni,  
rozprávať aspoň polovicu  
času, ktorý rozprávali oni.  
polovicu.  
Nevedela som, čo povedať  
a to ešte nebolo  
na verejnosti – bolo to  
len v kruhu priateľov,  
5 – 6 ľudí.  
A v tom čase,  
môj manžel stále  
trochu pil pivo  
a jedol so mnou  
vegetariánsky ale hovoril  
„pivo je vegetariánske“.  
Nevedela som odpovedať –  
bola som taká střípnutá.  
Povedala som: „Ach, dobre.“  
Predstavte si – nedokázala  
som poraziť ani jedného  
poslucháča! A predstavte si,  
za milión rokov,  
že by som dokázala  
hovoríť pred tisícmi ľuďmi.  
Rozumiete tomu.  
Keď to musíte urobiť,  
tak to proste urobíte.  
Skutočne nemám pre vás  
žiadnu radu – skutočne nie.  
A potom tí ostatní lekári  
a ich ženy  
tiež pili pivo,  
a väčšinou už boli  
bezstarostní vo svojej hlave.  
Takže ani pred touto

skupinou ľudí  
som nedokázala hovoriť.  
Ako by som si vôbec  
mohla predstaviť, že pôjdem  
pred rozvážnych a serióznych  
ľuďmi z „Budhovho biznisu“  
a kázať im,  
snažiť sa im rozprávať  
a presviedčať ich  
o mojom systéme viery?  
Rozumiete tomu?  
Takže sa ma nič nepýtajte,  
pretože my to jednoducho  
musíme urobiť všetci  
všetko sami, dobre?  
Ale môžete sa spýtať  
Yoganandu: môžete si  
prečítať Yoganandovu knihu,  
uvidíte, čo urobil on.  
Ale neproste mňa.  
A nie všetko  
sa vracia k Majstrovi,  
nie – nie je to fér.  
Proste ma,  
keď ste skutočne  
v zúfalej situácii.  
Dobre, dosť fér,  
ak už uplynulo 11 minút,  
a nič nevyšlo,  
potom dobre, dobre –  
ale nie predtým!  
Čo chcem povedať je,  
že proste Majstra,  
keď ste v skutočne  
zúfalej situácii,  
nie kvôli tomu,  
aby ste sa zbavili vyrážky  
alebo vriedku, čohokoľvek  
– rozumiete tomu?  
Alebo kvôli cukríku.  
My všetci sa musíme učiť  
rôznymi spôsobmi.  
Ak ste skutočne súcitní  
voči niečomu,  
nájdete spôsob, ako to urobiť.  
Premýšľajte o tom, dobre?  
Premýšľajte, ako sa dvoríte  
svojej priateľke –  
premýšľate  
o stovkách a tisícoch

spôsoboch, ako to urobiť,  
a potom je to rovnaké.  
Ďakujem, Majsterka.  
Nemáte za čo.  
V poriadku,  
ešte nejaké otázky?  
Nie, ale viedli ste si dobre.  
Pozrite,  
čítate na verejnosti,  
bez chýb, bez žaby  
v krku – nič také.