

### TANYA:

Saya ingin bertanya, apakah Anda mempunyai pesan untuk para pemimpin dunia, apa yang ingin Anda katakan kepada mereka?

### SUPREME MASTER CHING HAI:

Saya ingin mengatakan agar mereka menggunakan kekuasaan mereka yang besar untuk mengubah pola makan planet ini, dan segera mengadopsi teknologi baru serta energi yang berkelanjutan. Selain itu juga membuat diri mereka menjadi contoh dengan menjadi vegetarian atau vegan. Sukses kekuasaan

#### Kandungan Protein

lebih dahulu lalu menggunakan kekuasaan untuk melakukannya dengan melarang daging, dan konsumsi daging terhadap manusia serta melarang rokok dan obat terlarang. Daging

tidak mempunyai planet ini, agar kita dapat menikmati lingkungan yang lebih baik, tapi kita lihat, apa yang mereka inginkan dan mereka akan menanganinya ke mana.

## Jadilah Vegetarian! Lestarikan Alam!

### TANYA:

Guru, karena pembiakan ternak adalah penyebab utama dari gas rumah kaca, maka vegetarian tampaknya dapat menjadi solusinya. Tapi apakah Anda merasa bahwa ini sudah cukup?

### SUPREME MASTER CHING HAI:

Tidak, tidak, saya tidak mengatakan hanya vegetarian saja; teknologinya juga harus berubah. Kita harus menjadi vegetarian, kita harus mempunyai energi yang berkelanjutan, kita harus mempunyai mobil hibrida, kita harus menanam pohon, dan kita harus berdoa, ingat? Vegetarian untuk manfaat jangka panjangnya, untuk mengurangi karma (pembalasan buruk), dan untuk menyentuh kemurahan hati Surga.

### TANYA:

Guru, apakah Anda mempunyai pesan untuk dunia, pesan apakah itu?

### SUPREME MASTER CHING HAI:

Saya sangat mencintai mereka semua.

UNTUK INFO PENTING LAIN : [www.SupremeMasterTV.com](http://www.SupremeMasterTV.com)

20 Januari 2008: Untuk menanggapi kepedulian dari staf Supreme Master TV, Maha Guru Ching Hai dengan murah hati menyetujui telekonferensi untuk diskusi dan pertanyaan lebih lanjut tentang perubahan iklim.

Ubahlah Cara Hidup Anda ♥ Ubahlah Hati Anda ♥ Ubahlah Pola Makan Anda ♥ Tiada Lagi Pembunuhan ♥ Jadilah Sehat dan Pengasih

# Cara Hidup Alternatif

Contoh makanan bergizi yang menyelamatkan kehidupan lain:

Makanan	Kandungan Protein (Persentase berdasar Berat)
Tahu (dari kedelai)	16 %
Gluten (dari terigu)	70 %
Jagung	13 %
Beras	8.6 %
Kacang kedelai, kacang merah, kacang garbanzo, lentil, dll.	10 - 35 %
Kacang almond, kacang walnut, kacang-mede, kacang hazel, kacang pinus, dll.	14 - 30 %
Biji labu, biji wijen, biji bunga matahari, dll.	18 - 24 %

Konsentrat multivitamin yang berupa tablet atau kapsul juga merupakan sumber vitamin, mineral, dan anti-oksidan yang baik. Buah dan sayur-sayuran kaya akan vitamin, mineral, anti-oksidan, dan serat berkualitas tinggi yang sangat baik untuk kesehatan dan panjang umur. Jumlah yang dianjurkan per hari: 50 gram protein (untuk rata-rata orang dewasa). Kalsium dari sayuran lebih mudah diserap dibandingkan susu sapi.

Semoga Panjang Umur!

- Untuk mengurangi ancaman nyata wabah flu burung di dunia,
- Untuk menghindari penyakit sapi gila (BSE), penyakit babi (PMWS), dll.
- Serta demi menghentikan pembunuhan mengerikan yang terus terjadi setiap hari terhadap miliaran hewan cantik, hewan laut dan hewan unggas.

Maka sangatlah bijaksana jika kita beralih ke pola makan vegetarian untuk selamanya.

Itulah Kesehatan  
Itulah Ekonomi  
Itulah Ekologi

Itulah Welas Asih  
Itulah Kedamaian  
Itulah Kemuliaan

Terima Kasih atas Belas Kasih-Mu

Kami Berdoa untuk-Mu

Selamatkan Hidup Kami! Kami Mencintai-Mu!

Untuk informasi lebih lanjut, silakan mengunjungi situs di bawah ini:

<http://www.godsdirectcontact.or.id/alternative-living/veg10.htm>  
<http://www.vegsoc.org/> <http://www.vrg.org/>  
<http://www.vegsource.com/>  
 atau e-mail ke: [vegetarian@godsdirectcontact.or.id](mailto:vegetarian@godsdirectcontact.or.id)

Program konstruktif untuk dunia yang penuh damai.

Tersedia di seluruh dunia dengan 14 platform satelit dan online di [www.SupremeMasterTV.com](http://www.SupremeMasterTV.com)

Galaxy 25, Hispasat, Intelsat 907, ABS, Asiasat 2, Sky TV, Asiasat 3S, Astra 1 Intelsat 10 C-Band, Intelsat 10 KU-Band, Optus D2, Eurobird, Eurobird 2, Hotbird

## Tokoh Terkemuka Dunia yang Vegetarian dan Vegan:

**Para Filsuf dan Pemimpin Spiritual** Paramahansa Yogananda (*Guru Spiritual India*), Socrates (*Filsuf Yunani*), Yesus Kristus, Konfusius (*Filsuf Cina*), Budha Sakyamuni, Lao Tzu (*Filsuf Cina*), St. Fransiskus dari Assisi (*Orang Suci Kristen, Italia*), Thich Nhat Hanh (*Biksu Buddha/Penulis Vietnam*), Yogi Maharishi Mahesh (*Penulis, Filsuf, Pemimpin Meditasi Transendental, India*), Leo Nikolayevich Tolstoy (*Filsuf Rusia*), Pythagoras (*Ahli Matematika/Filsuf Yunani*), Zoroaster (*Pendiri Ajaran Zarathustra, Iran*), Muhammad Rahaime Bawa Muhaiyadeen (*Orang Suci Sufi dan pengarang Islam, Sri Lanka*), dll.

**Penulis, Seniman dan Pelukis** Leonardo Da Vinci (*Pelukis Italia*), Ralph Waldo Emerson (*Penulis Esai dan Penyair AS*), George Bernard Shaw (*Penulis Irlandia*), John Robbins (*Penulis AS*), Mark Twain (*Penulis AS*), Albert Schweitzer (*Filsuf, Dokter, dan Musisi Jerman*), Voltaire (*Penulis Prancis*), Sadegh Hedayat (*Novelis Iran*), dll.

**Ilmuwan, Penemu, dan Insinyur** Charles Darwin (*Ahli Flora dan Fauna dari Inggris*), Albert Einstein (*Ilmuwan Jerman*), Thomas Edison (*Ilmuwan/Penemu AS*), Sir Isaac Newton (*Ilmuwan Inggris*), Nikola Tesla (*Ilmuwan/Penemu Amerika keturunan Serbia*), Henry Ford (*Pendiri Ford Motors AS*), dll.

**Politisi, Negarawan, dan Aktifis** Susan B. Anthony (*Pemimpin Pergerakan Hak Pilih Wanita AS*), Mahatma Gandhi (*Pemimpin Hak Warga Sipil India*), Coretta Scott King (*Pemimpin dan Aktifis Hak Warga Sipil AS, istri dari Dr. Martin Luther King Jr.*), Dr. Janez Drnovsek (*Presiden kedua Slovenia*), Dr. Manmohan Singh (*Perdana Menteri India*), Dennis J. Kucinich (*Anggota Kongres AS*), dll.

**Aktor, Aktris & Model** Pamela Anderson (*Aktris AS*), Ashley Judd (*Aktris AS*), Brigitte Bardot (*Aktris Prancis*), John Cleese (*Aktor Inggris*), David Duchovny (*Aktor AS*), Danny Devito (*Aktor AS*), Richard Gere (*Aktor AS*), Daryl Hannah (*Aktris AS*), Dustin Hoffman (*Aktor AS*), Steve Martin (*Aktor AS*), Ian McKellen (*Aktor Inggris*), Tobey Maguire (*Aktor AS*), Paul Newman (*Aktor AS*), Joaquin Phoenix (*Aktor AS*), Steven Seagal (*Aktor AS*), Jerry Seinfeld (*Aktor AS*), Naomi Watts (*Aktris AS*), Kate Winslet (*Aktris Inggris*), Christie Brinkley (*Supermodel AS*), Christy Turlington (*Supermodel AS*), dll.

**Bintang Pop dan Musisi** Joan Baez (*Penyanyi Lagu Rakyat AS*), George Harrison (*Musisi Inggris, Anggota The Beatles*), Paul McCartney (*Musisi Inggris, Anggota The Beatles*), Ringo Starr (*Musisi Inggris, Anggota The Beatles*), Bob Dylan (*Musisi AS*), Morrissey (*Penyanyi Inggris*), Olivia Newton John (*Penyanyi Inggris - Australia*), Sinead O'Connor (*Penyanyi Irlandia*), Pink (*Penyanyi AS*), Prince (*Bintang Pop AS*), Justin Timberlake (*Penyanyi Pop AS*), Tina Turner (*Bintang Pop AS*), Shania Twain (*Penyanyi Kanada*), Vanessa Williams (*Penyanyi Pop AS*), dll.

**Athlet Olahraga** Billie Jean King (*Juara Tennis AS*), Carl Lewis (*Peraih Medali Emas 9-kali pada Olimpiade Cabang Atletik, AS*), Edwin C. Moses (*Peraih Medali Emas 2-kali dalam Cabang Atletik, AS*), Alexander Dargatz (*Athlet, Juara Binaraga, Dokter Jerman*), dll.

Dan daftar ini akan terus bertambah, kunjungi... <http://AL.Godsdirectcontact.org.tw/vq-vg>



UNTUK LEBIH BANYAK INFO PENTING, KUNJUNGI: [www.SupremeMasterTV.com](http://www.SupremeMasterTV.com)