

Ein ECKANKAR



Seelenabenteuer



Die Macht der Dankbarkeit

EIN GEHEIMNIS FÜR SPIRITUELLES LEBEN

» *Dankbarkeit beginnt, eine Reihe von Ereignissen zu unserem spirituellen Wohl zu schaffen.*

Sri Harold Klemp

DANKBARKEIT: EIN ECK-SEELENABENTEUER

Seelenabenteurer sind spirituelle Erfahrungen, die uns direkt im Innersten unseres Seins berühren.



Du bist Seele – ein ewiger, einzigartiger, heiliger Funke Gottes. **Als Seele hast du das Gottwissen in dir.**

Erlebe, wie die Macht der Dankbarkeit es vermag . . .

- ◇ dich für das Geheimnis der Liebe zu erwecken,
- ◇ Quellen der Kreativität offenzulegen,
- ◇ dein Herz in schwierigen Zeiten zu öffnen, sowie
- ◇ dir dreidimensionale Antworten zu vermitteln!

Das Wort *ECKANKAR* bedeutet Mitarbeiter Gottes. Es ist der Weg spiritueller Freiheit. ***ECK* bedeutet** Lebenskraft, Strom Gottes oder Heiliger Geist.

Dieses eBooklet bietet Inspiration, Geschichten, Tipps und spirituelle Übungen, um eine einzigartige Sichtweise hinsichtlich der Macht der Dankbarkeit zu erforschen.

LERNE SRI HAROLD KLEMP KENNEN

Ein spiritueller Lehrer, der dir auf deinem Weg zu spiritueller Selbstfindung helfen kann.

Sri Harold Klemp ist der spirituelle Führer von ECKANKAR – der MAHANTA, der Lebende ECK-Meister. Seine Aufgabe ist es, das Wissen und die Liebe für das Göttliche zu erwecken, die bereits in deinem Herzen sind.

Als der Innere und Äußere Meister gibt er spirituelle Unterstützung durch Vorträge und Schriften, im Traumzustand und in den spirituellen Welten.

» *Menschen, die Dankbarkeit zeigen können, kennen und erkennen die Liebe Gottes, wenn sie zu ihnen kommt.*

Sri Harold Klemp





DAS GESETZ DER DANKBARKEIT

von Sri Harold Klemp

*Wer für jede gute Sache dankbar ist,
findet den Reichtum des Himmels.*

Das Gesetz der Dankbarkeit besagt einfach, **dass Überfluss in einem dankbaren Herzen erblüht.**

Dankbarkeit zeigt sich auf subtile Weise. **Einmal ging ich in ein Klassenzimmer in den inneren spirituellen Ebenen,** um zu beobachten, wie Kinder im Rechnen unterrichtet wurden. Der Lehrer fragte einen Jungen mit leuchtenden Augen: »Wenn du eine Tomate hättest und bräuchtest zehn, wie viele müsstest du dann noch kaufen?«

Der Junge überlegte einen Moment und meinte dann: »Keine! Ich würde meine Tomate aufschneiden, die Samen einpflanzen und *viele* Tomaten wachsen lassen.« Der Lehrer, beeindruckt vom Einfallsreichtum des Jungen, akzeptierte die Antwort. **Der Junge schätzte das Leben auf eine Weise, die es ihm ermöglichte, es umfassender zu betrachten als andere.**

Der Punkt dabei ist, dass **kreative Menschen, die das Geschenk des Lebens zu schätzen wissen,** oft in die verborgenen Kammern des kreativen Verstandes schlüpfen. Ihre Lösungen

sind sinnvoller als die jener Menschen, die sich allein auf die Vernunft als ihre Hauptstütze verlassen.

Dankbarkeit setzt Quellen der Kreativität frei, weil ein dankbarer Mensch entspannt ist. Das ermöglicht es ihm, mit objektivem Verstand eine Bestandsaufnahme seiner Situation zu machen.

**VERSUCHE DIES:
HAST DU EIN
PROBLEM,
BRAUCHST DU
EINE ANTWORT?
KONZENTRIERE
DICH ZUERST AUF
ETWAS, WOFÜR
DU ZUTIEFST
DANKBAR BIST.
DANN HÖRE ZU.**

Wie der Junge in der Geschichte erhält ein kreativer Mensch oft dreidimensionale Antworten auf seine Probleme. Kreativität, Freigebigkeit und Dankbarkeit gehen somit Hand in Hand.

Der Göttliche Geist gibt uns alles, was wir brauchen.

- ◇ **Zuerst müssen wir lernen, das Beste im Leben zu erwarten**, und bereit sein, dafür zu planen und uns dafür einzusetzen.
- ◇ **Zweitens brauchen wir eine klare Vorstellung von dem, was wir uns wünschen.**
- ◇ **Drittens muss dieses Bild ständig aufrechterhalten werden** in der Gewissheit, dass der Göttliche Geist jeden rechtmäßigen Wunsch erfüllt.

- ◇ **Viertens muss Dankbarkeit vorhanden sein** für all das Gute, was man erhalten hat.

Dankbarkeit für Geschenke, die wir bereits erhalten haben, setzt neue Kräfte in Bewegung, die ein Leben in Fülle aufrechterhalten. Ein dankbarer Mensch stellt im Allgemeinen fest, dass ihm Türen spiritueller Möglichkeiten offenstehen.

Wer für alles Gute dankbar ist, findet den Reichtum des Himmels in den kleinsten Kleinigkeiten seines spirituellen Lebens.

Das Fenster der Dankbarkeit öffnet uns für die Himmel Gottes. 🌿

➤ *Überfluss blüht in einem dankbaren Herzen. Dankbarkeit ist das Geheimnis der Liebe.*

Sri Harold Klemp



PROBIERE EINE SPIRITUELLE ÜBUNG

ANMUT, GLEICHGEWICHT, DANKBARKEIT

von Sri Harold Klemp

Alles im richtigen Maß führt zu einem erfüllten Leben und Zufriedenheit. Alles stimmt, wenn es weder ein Zuviel noch ein Zuwenig für die Zeit und den Ort gibt.

Das gilt auch für dein spirituelles Leben.

Nimm dir Zeit zur Erholung und Kontemplation. Nimm Nahrung zu dir, die gut für dich ist, denn sie baut auf und erneuert den Tempel, in dem die Seele wohnt.

Akzeptiere deine Gefühle. Erlaube deinem Verstand zu studieren, zu forschen und zu wachsen.

Liebe Gott. Bedanke dich für das Leben, denn es segnet dich mit Offenbarungen.

Das Leben gibt und nimmt, doch immer wieder gibt es. **Sei dankbar für die Weisheit, sei dankbar für das Sein.** Diese Welt und die Dinge darin dienen dem Erforschen, dem Studium

und der Freude. Es gibt einen Plan für das Leben; es gibt eine Ordnung.

Liebe, und lass Gott dich lieben.

Singe sanft HU und lass deine Dankbarkeit für alles, was dir jemals Liebe geschenkt hat, in deinem Herzen blühen. 🌿

Wie man HU singt

Atme mit offenen oder geschlossenen Augen ein paar Mal tief durch, um dich zu entspannen. Dann beginne **HU** (wie *hju* ausgesprochen) **in einem langgezogenen Ton zu singen:** HU-U-U-U. Nimm einen weiteren Atemzug und singe wieder **HU**. So kannst du bis zu zwanzig Minuten lang fortfahren.

Singe HU mit einem Gefühl der Liebe und Es wird nach und nach dein Herz für Gott öffnen.

HU

Heiliger Ton – Uraltes Mantra

Wusstest du schon?



➤ *Aufrichtige Dankbarkeit ist eine Form des Gottesdienstes.*

Achte im Laufe deines Tages bewusst auf mindestens drei Dinge, für die du noch nie Dankbarkeit zum Ausdruck gebracht hast.

Halte inne und schenke, was auch immer oder wer auch immer es ist, deine volle Aufmerksamkeit und Wertschätzung.

Indem du dies tust, akzeptierst du mehr von Gottes Liebe.

Sri Harold Klemp



»GERN GESCHEHEN«

Geben und Nehmen sind zwei Seiten ein und derselben Medaille.

von Deena Wolfson

Vor einigen Jahren nahm ich eine andere Studierende von ECKANKAR bei mir zu Hause auf. Sie war nach Chicago gekommen, um sich einer größeren Operation zu unterziehen. Da ich bei mir Platz hatte, lud ich sie ein, für die Dauer ihrer Genesung bei mir zu wohnen. Wir wurden enge Freundinnen.

Wann immer wir uns seither wiedersehen, versucht sie sich mit den Worten zu bedanken: »Ich kann es nicht glauben, dass diese fremde Frau mich bei sich zu Hause aufgenommen hat.«

Es ist mir schon immer schwergefallen, Worte der Dankbarkeit anzunehmen, weil es so aussieht, als würde ich mir selbst auf die Schulter klopfen. Also schob ich ihre Kommentare beiseite: »Nein, nein, das geht schon in Ordnung. Ich würde es jederzeit wieder tun.«

Dadurch wies ich die Dankbarkeit meiner Freundin einfach ab.



Das blieb so, bis wir beide uns vor kurzem unterhielten. Plötzlich wurde mir bewusst, dass ich, **indem ich ihr Geschenk mir Dankbarkeit zu zeigen abwies**, ihr damit wohl das Gefühl gegeben hatte, bei mir in einer Schuld zu stehen, die sie nicht begleichen konnte. Ich bat sie, mir zu verzeihen, und sagte ihr ganz einfach: »Gern geschehen.«

**WIE LEICHT FÄLLT
ES DIR LIEBE
ANZUNEHMEN?**

Ich erinnere mich an ihr sanftes und liebevolles Lächeln. Wir erkannten beide die Rolle des ECK in all dem. Ich bin für diese Lektion dankbarer als Worte es ausdrücken können.

Geben und Nehmen sind zwei Seiten ein und derselben Medaille. 

»» *Liebe zu empfangen, klingt einfach, doch vielen Menschen fällt es schwer, sie von anderen anzunehmen.*

Sri Harold Klemp



SEELENABENTEUER – FRAGEN AN SRI HAROLD



Wie kann ich mein Herz offenhalten, wenn das Leben so schwer erscheint? Ich möchte mehr Liebe spüren, weniger Stress und Sorgen. Das ist eine aufrichtige Bitte.

Die Macht der Dankbarkeit öffnet das Herz, damit die Liebe eintreten kann. Doch sobald die Liebe eintritt und wir die Geschenke des Heiligen Geistes und des Lebens empfangen, besteht die Möglichkeit, die Geschenke im Fluss zu halten, in einer immerwährenden Haltung der Dankbarkeit.

Die Menschen sind für gewöhnlich zu sehr damit beschäftigt, ihr Augenmerk auf das zu richten, was sie nicht haben. Sie bemerken, wie viel mehr Geld ihr Nachbar hat, wie viel weiter jemand in der spirituellen Entfaltung ist, und so weiter.

Doch wenn wir **innehalten, um unsere Segnungen zu zählen,** um zu erkennen, wie viel wir tatsächlich haben, und dafür dankbar sind, dann **bleibt das Herz offen für die Liebe** und all die Geschenke, welche die Liebe mit sich bringt.

**GIBT ES ETWAS
IN DEINEM
LEBEN,
WOFÜR DU
DANKBAR SEIN
KANNST?**

Ich wünschte, es gäbe eine einfache Technik, die ich dir zeigen könnte, um Dankbarkeit zu empfinden. Es gibt Zeiten, in denen es schwierig erscheinen mag, doch es ist wirklich so einfach, wie das wertzuschätzen, was du in deinem Leben hast.

**LASS JEMANDEN
DIE LIEBE IN
DEINEM
HERZEN
SPÜREN.**

Wenn es jemanden gibt, den du liebst, lass diese Person wissen, wie du fühlst. Bedanke dich bei deinem Partner oder deinem Kind, auch wenn es dir nicht gut geht.

Wenn du einfach innehalten und dankbar sein kannst für die Segnungen direkt vor dir, wird sich dein Herz für die Liebe öffnen. Dann können die Segnungen weiterhin erscheinen. 🌿



ECK-ANMELDUNG

KURSE VON ECKANKAR ZUM SPIRITUELLEN LEBEN

*Gehe höher, weiter, tiefer
auf deinem Weg der
spirituellen Selbstfindung!*



WAS WIRD DICH ERWARTEN?

Dieses sich ständig erweiternde Abenteuer kann dir vom ersten Moment an persönliche Veränderungen bringen. Dazu gehören:

- ◇ monatliche **Kurse zur Selbstfindung** mit fortgeschrittenen, **spirituellen Techniken** zum persönlichen Studium;
- ◇ Möglichkeiten, die Kurse in **kleinen Gesprächsrunden zu erforschen**;
- ◇ vierteljährliche Artikel und Informationen von einem **gottrealisierten Lehrer** aus einer zeitgemäßen Sicht;
- ◇ **spirituelle Initiationen** – tiefgehende Stufen der Erleuchtung;

- ◇ eine **Gemeinschaft von Gleichgesinnten**, die spirituelle Freiheit schätzen und Wahrheit lieben;
- ◇ Möglichkeiten zu weiterem **spirituellem Training und Dienen**.

*Beginne dein
ECK-Abenteuer*



AdvancedSpiritualLiving.org



Dienste für den Schüler
+1 952 380 2222



ECKANKAR
Der Weg spiritueller Freiheit

Eckankar.org