

Ein ECKANKAR



Seelenabenteuer

HU

**Dein Schlüssel
für ein
spirituelles Leben**

Heiliger Ton – Uraltes Mantra

» *HU ist ein Überbringer der Liebe
zwischen Gott und der Seele.*

HAROLD KLEMP

DAS GESCHENK DES HU: EIN ECK-SEELENABENTEUER

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



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

Geschichten • Inspiration • Spirituelle Übungen



Entdecke den Schlüssel für ein spirituelles Leben.

Erfahre, wie HU, der Ton hinter allen Tönen, es vermag,

- ◇ dir Frieden zu bringen, deine Träume zu beleuchten, eine liebevollere Haltung herbeizuführen,
- ◇ dir in herausfordernden Situationen zu helfen und
- ◇ dich auf ein höheres Bewusstsein einzustimmen!

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

WAS IST HU?

*Hast du jemals das Universum um Liebe,
Antworten oder ein Zeichen gebeten?*

HU zu chanten oder zu singen ist, als würdest du einen tiefen, spirituellen Atemzug nehmen und dich dabei mit der Lebenskraft Selbst verbinden. Auf Seine heilende, lebensbejahende, läuternde und kreative Weise ist HU ein Überbringer der Liebe zwischen Gott und der Seele.

Und du – Seele – existierst, weil Gott dich liebt.

HU ist ein uralter, universeller Name für Gott. Es kann laut oder leise gesungen werden, bei der Arbeit oder zu Hause, wann immer du das Bedürfnis verspürst, eine höhere Sichtweise einzunehmen.

Du könntest versuchen, damit zu experimentieren, wenn du einer herausfordernden Situation gegenüberstehst oder dich für eine liebevollere Haltung öffnen willst.

Täglich HU zu singen kann zu einem besseren Verständnis deiner Selbst führen und warum alles so geschieht, wie es das tut.

Es öffnet dich für ein **höheres Bewusstsein**.

Jeder kann mit dem HU arbeiten, unabhängig vom Alter, von der Herkunft oder Religion. Es dient allen.

HU ist der Ton hinter allen Tönen, verwoben mit der Sprache des Lebens. **Singe Es von ganzem Herzen** und du wirst unzählige Möglichkeiten finden, damit dir Sein Segen zugeht.

Dein Wille geschehe

Eine ECK-Studierende namens Heidi hat einen vierjährigen Neffen. Sie bekam ihn selten zu Gesicht, da sie in unterschiedlichen Regionen des Landes lebten. Heidi erhielt die Nachricht, dass **der kleine Junge etwas verschluckt hatte und im Koma lag**. Die Ärzte taten alles, was sie konnten, doch das Kind blieb auch am zweiten Tag im komaartigen Zustand. Die Familie war verzweifelt.

Da **Heidi** nicht tatenlos zusehen wollte, **sprach sie mit ihrem inneren, spirituellen Führer**, dem MAHANTA. Sie sagte: »Ich werde die Eltern und meinen Neffen im Inneren einladen, um zusammen mit mir in den inneren Ebenen **HU** zu singen, wenn sie möchten.«

**ENTDECKE MEHR
ÜBER DEN
MAHANTA →**

Die inneren Ebenen sind die Traumwelten sowie andere höhere Bewusstseinsbereiche.

Also setzte sich Heidi zur Kontemplation hin und begann *HU* zu singen. Sie war sorgfältig darauf bedacht, die spirituellen Gesetze zu beachten und keine Bedingungen mit dem Gebet zu verknüpfen, wie: »Bitte lieber Gott, mach dieses Kind gesund« oder »Lass dieses Kind aufwachen«.

**HAST DU JE
HILFE VON EINER
HÖHEREN MACHT
BEKOMMEN?**

Wir sagen Gott nie, was er tun soll. Stattdessen hören wir mit offenem Herzen zu und sagen: »Möge Segen sein« oder »Dein Wille geschehe«.

Ihr Gebet war wahrhaft spirituell.

Kurz danach, etliche Meilen entfernt, öffnete ihr Neffe plötzlich die Augen und sah seine Krankenschwester.

Er fragte: »Bist du Heidi?«

Er und seine Eltern hatten in den inneren Ebenen gemeinsam mit der ECKistin das *HU* gesungen. Und das Kind erinnerte sich an diese Erfahrung. Es war wach und es ging ihm gut.

Der HU-Gesang **stimmt dich auf eine höhere Schwingungsebene ein**. Er ist eine Stimmgabel, die perfekt im Einklang ist mit deinem höchsten Potenzial, ein Mitarbeiter Gottes zu werden.



HU kann dich mit Frieden erfüllen, deine Träume wieder zum Leuchten bringen und dich zu der wunderbaren höheren Wahrheit erwecken.

Streckst du für Liebe und Weisheit die Hand nach dem Universum aus? Versuche es mit den Spirituellen Übungen von ECK. **Singe HU – und die Liebe Gottes wird dich finden.** 🌿

ERWARTE EIN GESCHENK

Singe für ein paar Augenblicke *HU* und stelle dir dann vor, dass du aus vollem Herzen und mit deinem ganzen Sein **Ja zu allem sagst, was das Leben dir heute beschert**. Wie ein Kind, das zu einem neuen Tag voll unbekannter Freuden erwacht, erwarte ein Geschenk in jeder Situation.

Sei dir bei all deinen Begegnungen im Laufe des Tages bewusst, dass du **sogar mehr Liebe zu verschenken hast als erforderlich ist**.





PROBIERE EINE SPIRITUELLE
ÜBUNG

DER TON DER SEELE



HU ist der Ton hinter allen Tönen, verwoben mit der Sprache des Lebens.

Es ist der Wind in den Blättern, der fallende Regen, das Donnern der Düsenflugzeuge, das Singen der Vögel, das furchtbare Tosen eines Tornados. Sein Klang ist im Lachen, im Weinen, im Lärm des Großstadtverkehrs, in den Wellen des Ozeans und im leisen Plätschern eines Bergbachs zu hören.

Es ist ein Wort, das Menschen überall verwenden können, um sich an den **Schöpfer des Lebens** zu wenden.

Mit der Zeit kannst du es als das hörbare Flüstern der Liebe Gottes kennenlernen, das sich in deinen eigenen Atomen regt. Ein Beweis, dass **Seele existiert, weil Gott sie liebt**.

**ALSO SINGE
JEDEN TAG HU,
EIN LIEBESLIED
AN GOTT.**

HU wird dich darauf vorbereiten, Gottes ganze Liebe in diesem Leben anzunehmen.

Beginne heute. Singe *HU*, halte Ausschau und horche nach der Liebe, die zu dir zurückkehrt.

Das ist ein Gesetz des Universums. **Liebe gibt Liebe zurück.** 

Wie man *HU* singt

Du kannst die Augen offen oder geschlossen halten.

- ◇ **Atme ein paarmal tief durch** zur Entspannung.
- ◇ Dann beginne *HU* zu **singen** in einem langgezogenen Ton: HU-U-U-U.
- ◇ **Atme nochmals tief durch und singe wieder *HU*.** Du kannst damit bis zu zwanzig Minuten fortfahren.
- ◇ **Singe *HU* mit einem Gefühl der Liebe,** und Es wird nach und nach dein Herz für Gott öffnen.

Erfahre den Ton des HU →

HU

Heiliger Ton – Uraltes Mantra

WIEDERHERSTELLUNG DES SELBSTWERTGEFÜHLS

Wusstest du, dass du aus dem Licht und der Liebe Gottes geschaffen bist? Hier wird geschildert, wie eine Frau ihren spirituellen Körper entdeckte.

Lange bevor ich ECKANKAR kannte, unterrichtete ich einen Kurs zum Herstellen von Schmuck und begann ein Gespräch mit einer meiner Schülerinnen. Wir stellten fest, dass wir viel gemeinsam hatten. Im Laufe des Kurses wurden wir Freundinnen.

Eines Tages **sprachen wir über Meditation**. Meine Freundin schien sehr interessiert an dem Thema.

»Meditierst du?«, fragte sie. Ich bejahte dies.

»Ich meditiere auch«, antwortete sie. Einen Moment später fragte sie: »**Singst du jemals HU?**«

Ich hatte nie zuvor davon gehört, *HU* zu singen, und fragte sie, was sie damit meinte.

»HU ist ein uraltes Liebeslied an Gott«, erklärte sie. »Hast du irgendwelche Probleme in deinem Leben?«

»Ja, das habe ich tatsächlich«, antwortete ich. »Ich hatte immer ein Problem mit meinem geringen Selbstwertgefühl.«

»Nun, du kannst ein Gebet sagen«, meinte sie. »Du kannst Gott um Hilfe bitten für die Heilung deines geringen Selbstwertgefühls, und dann singe *HU*.«

**HAST DU EIN
PROBLEM, BEI
DEM DU GERNE
HILFE VON GOTT
HÄTTEST?**

An jenem Abend beschloss ich, das Singen des *HU* auszuprobieren. Ich schloss die Augen und bat Gott **mir zu helfen, einen Weg zu finden, um mein geringes Selbstwertgefühl zu überwinden.** Dann sang ich mehrfach das Wort *HU*.

Plötzlich **erblickte ich eine Kugel aus Blauem Licht** in meinem geistigen Auge. Dann erschien innerlich ein Mann mit Brille.

»Haben Sie mich gerufen?«, fragte er.

Überrascht antwortete ich: »Ich weiß es nicht. Habe ich das?« Ich war ein wenig verwirrt und wusste nicht, was ich mit dieser Erfahrung anfangen sollte.

»Na ja«, meinte er. »Sie haben *HU* gesungen.«

»Dann habe ich Sie wohl sicher gerufen«, sagte ich.

»Gibt es ein Problem, bei dem ich Ihnen behilflich sein kann?«, fragte er.

Ich erzählte ihm von meinem Problem mit dem geringen Selbstwertgefühl und fragte ihn, ob er etwas vorschlagen könnte.

Als Antwort zeigte er mir meinen spirituellen Körper. Er war aus wunderschönem Licht.

»Alle Menschen sind das Licht Gottes«, meinte er. »Du bist das Licht Gottes und Gott liebt dich.«

»Ich bin das Licht Gottes und Gott liebt mich?«, wiederholte ich, als ich über seine Worte nachdachte.

»Ja«, antwortete er. Ein paar Augenblicke später fragte er: »Gibt es sonst noch etwas?«

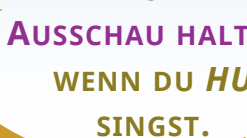
»Nein, ich denke, das war's«, sagte ich.



»Also dann«, fuhr er fort, »Möge Segen sein!«

»Möge Segen sein auch für Sie. Danke!«

Dann war er weg.



**DU KANNST NACH
DEM BLAUEN LICHT
AUSSCHAU HALTEN,
WENN DU *HU*
SINGST.**

Seine Worte klangen in mir nach. Ich bin geschaffen aus dem Licht Gottes und Gott liebt mich! Ich hatte tatsächlich meinen spirituellen Lichtkörper gesehen.

Nach dieser Erfahrung **verschwand nach und nach das Problem mit meinem Selbstwertgefühl**. Bald war es nur noch eine in weiter Ferne liegende Erinnerung.

Jahre später traf ich auf die Lehre von ECKANKAR und **erkannte sofort Sri Harold Klemp**, den MAHANTA, den Lebenden ECK-Meister unserer Zeit. Er war der Mann mit Brille, der vor all den zurückliegenden Jahren in einer Kugel aus Blauem Licht zu mir kam.

Er war gekommen, um mir bei meinem Problem mit dem geringen Selbstwertgefühl zu helfen, lange bevor ich die ECK-Meister bewusst kannte.

Ich erinnerte mich wieder an das, was er an jenem Abend zu mir gesagt hatte: »**Alle Menschen sind das Licht Gottes.**«

Was für eine wunderbare Bestätigung der Liebe Gottes! 🌿

➤ *Du kannst durch Kontemplation, durch die Spirituellen Übungen von ECK, durch den heiligen Ton HU zum verborgensten Teil in dir selbst gelangen.*

Kontemplation ist ein Austausch mit dem verborgensten, ursprünglichsten und geheimnisvollsten Teil deiner selbst.



ANTWORTEN AUF DEINE FRAGEN ÜBER DAS HU

Kannst du mir erklären, weshalb es zur HU-Übung gehört, ein Gefühl der Liebe zu spüren?

Was oder wen soll ich lieben?



Liebe öffnet dich für Führung und Frieden, für die Heilung von Körper, Verstand und Geist, sowie für die höchste Form der Kreativität.


Also, wen liebst du?

Gott, den Schöpfer, die Göttliche Intelligenz, den Heiligen Geist, das ECK, die Lebenskraft, das Alles in Allem, den Einen.

Oder liebe einfach deine Familie, Haustiere, deinen Nachbarn wie dich selbst, die Blumen, die du heute gegossen hast.

Liebe ist Liebe.
Und das bist du.

**WAS HAT
HEUTE DEIN
HERZ GEÖFFNET?**

HU ist der Ton der Seele. 

Wie lange wird es dauern, bis ich Erfolge erkenne, wenn ich den HU-Gesang anwende?

Eine spirituelle Übung gleicht einer körperlichen Übung, wo alle Muskeln Zeit brauchen, um zu reagieren. **Erfolg stellt sich ein durch Fleiß.**


Wenn du eine Übung routinemäßig ein paar Wochen lang anwendest, wirst du möglicherweise überrascht sein über deine neue spirituelle Sichtweise.

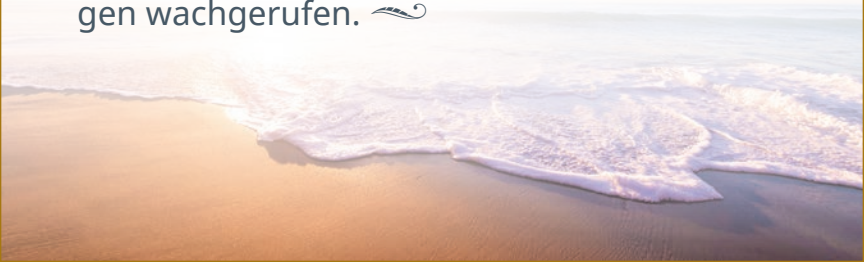
Dieselbe Art von Disziplin betrifft beide Formen von Übungen, die körperlichen und die spirituellen.

**WELCHE
POSITIVE, INNERE
VERÄNDERUNG
WÜNSCHST
DU DIR?**

Der einzige Sinn der Spirituellen Übungen von ECK ist es, **eine Verbindung oder einen Kanal zwischen dir und dem Heiligen Geist, dem Hörbaren Lebensstrom, zu öffnen.**

Der Ursprung dieser Welle ist das Herz Gottes.

Sobald du beginnst *HU* zu singen und nach Wahrheit auf diese besondere Weise zu suchen, werden in dir positive Veränderungen wachgerufen. 



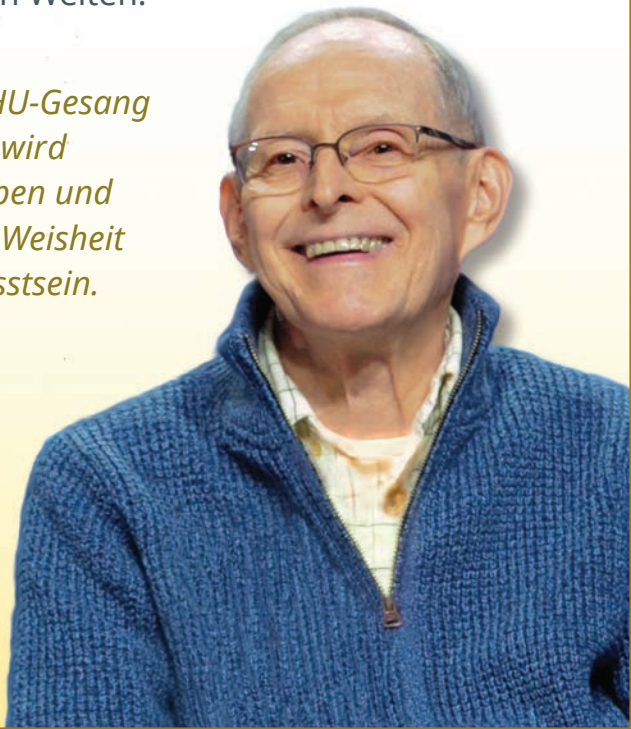
LERNE SRI HAROLD KLEMP KENNEN

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

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

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

»» *Der HU-Gesang läutert. Er wird dich anheben und stärken in Weisheit und Bewusstsein.*



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** für das persönliche Studium;
- ◇ Gelegenheiten, die Kurse **in kleinen Gesprächsgruppen** genauer zu **erforschen**;
- ◇ vierteljährliche Artikel und Informationen von einem **gottrealisierten Lehrer** aus zeitgemäßer Perspektive;
- ◇ **spirituelle Initiationen** – tiefgreifende Schritte Stufen der Erleuchtung;

- ◇ eine Gemeinschaft von Gleichgesinnten, die spirituelle Freiheit respektieren und Wahrheit lieben;
- ◇ Gelegenheiten 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