

Een ECKANKAR

Avontuur  
van Ziel 



HU

Uw sleutel tot  
spiritueel leven

Heilig Geluid – Eeuwenoude Mantra

“ HU laat de liefde stromen  
tussen God en Ziel.

HAROLD KLEMP

# HET GESCHENK VAN HU: EEN ECK AVONTUUR VAN ZIEL

*Avonturen van Ziel zijn spirituele ervaringen die ons raken in de diepste kern van ons wezen.*



U bent Ziel – een eeuwige, unieke vonk van God. Als Ziel heeft u de Goddelijke kennis in U.

**Verhalen • Inspiratie • Spirituele oefeningen**



Ontdek de sleutel tot spiritueel leven.

Ervaar hoe HU, het Geluid achter alle geluiden, u

- ◇ vult met vrede, laat dromen met hernieuwd inzicht, een liefdevollere houding geeft,
- ◇ helpt met moeilijke situaties, en
- ◇ afstemt op een hoger bewustzijn!

Het woord **ECKANKAR** betekent medewerker met God. Het is het Pad van Spirituele Vrijheid. **ECK** betekent Levenskracht, **Goddelijke Stroom**, of Heilige Geest.

# WAT IS HU?

*Heeft u ooit uw hand uitgestoken naar het universum voor liefde, antwoorden of een teken?*

Het zingen van *HU* is als het nemen van een spirituele diepe ademteug en het verbinden met de Levenskracht Zelf. Helend, levensbevestigend, zuiverend en creatief, *HU* laat de liefde stromen tussen God en Ziel.

En u – Ziel – bestaat omdat God u liefheeft.

*HU* is een eeuwenoude, universele naam voor God. Het kan hardop of in stilte gezongen worden op het werk of thuis, op elke moment dat u de behoefte voelt om af te stemmen op een hoger gezichtspunt.

U zou ermee kunnen experimenteren wanneer u voor een uitdagende situatie staat, of uzelf wilt openstellen voor een meer liefdevolle houding.

Elke dag *HU* zingen kan leiden tot een dieper begrip van uzelf en waarom de dingen gebeuren zoals ze gebeuren.

Het opent u voor een **groter bewustzijn**.

Iedereen kan met de HU werken, ongeacht leeftijd, achtergrond of religie. Het dient iedereen.

HU is het geluid achter alle geluiden, verweven in de taal van het leven. **Zing het vanuit uw hart** en u zult oneindig veel manieren vinden om baat te hebben bij de zegeningen van de HU.

### **Uw wil geschiede**

Een studente van ECK, Heidi, had een neefje van vier jaar oud. Ze zag hem zelden omdat zij in verschillende delen van het land woonden. Heidi ontving een bericht dat **het jongetje iets had doorgeslikt en in een coma lag**. De dokters deden alles wat ze konden, maar het kind bleef voor een tweede dag in coma. De familie was radeloos.

**Heidi** wilde iets doen en **sprak met haar innerlijke spirituele gids**, de MAHANTA. Ze zei, "Innerlijk ga ik de ouders en mijn neefje uitnodigen om **HU** te zingen op de innerlijke vlakken, als zij dat willen."

**ONTDEK  
MEER OVER  
DE MAHANTA →**

De innerlijke vlakken zijn de droomwerelden en andere gebieden van hoger bewustzijn.

Heidi ging dus zitten in contemplatie en begon *HU* te zingen. Ze was zorgvuldig om de spirituele wet na te leven en

het geen gericht gebed te maken zoals “Alstublieft, God, genees dit kind” of “Zorg dat dit kind wakker wordt.”

**HEEFT U HULP  
GEKREGEN  
VAN EEN  
HOGERE MACHT?**

We vertellen God nooit wat te doen. In plaats daarvan luisteren we met een open hart en zeggen, “Moge de zegeningen zijn” of “Uw wil geschiede.”

Haar gebed was een echt spiritueel gebed.

Kort daarna, vele kilometers verderop, opende haar neefje plotseling zijn ogen en zag zijn verpleegster.

“Ben jij Heidi?” vroeg hij.

Hij en zijn ouders hadden op de innerlijke vlakken samen met de ECKiste de *HU* gezongen. En het kind herinnerde zich de ervaring. Hij was wakker en hij was gezond.

Het lied van **HU stemt u af op een hoger trillingscentrum**. Het is een stemvork, perfect afgestemd op uw hoogste potentieel om een Medewerker met God te worden.



HU kan u vullen met vrede, uw dromen doen herleven, en u voor glorieuze diepere waarheden doen ontwaken.

Wilt u contact maken met het universum van liefde en wijsheid? Probeer de Spirituele Oefeningen van ECK. **Zing HU - en de liefde van God zal u vinden.** 🌿

## **VERWACHT EEN GESCHENK**

Zing *HU* gedurende enkele momenten en stel u dan voor dat u met heel uw hart en wezen **ja zegt tegen alles dat het leven u vandaag brengt**. Net als een kind dat wakker wordt op een nieuwe dag vol onbekende vreugdes, verwacht een geschenk in elke situatie.

Gedurende de dag, in alles dat u tegenkomt, **weet dat u zelfs meer liefde te geven heeft dan nodig is.**





PROBEER EEN SPIRITUELE OEFENING

## HET GELUID VAN ZIEL




HU is het Geluid achter alle geluiden, verweven in de taal van het leven.

Het is de wind in de bladeren, het vallen van regen, de donder van straaljagers, het zingen van vogels, het vreselijke gerommel van een tornado. Het geluid van HU is te horen in gelach, gehuil, het lawaai van stadsverkeer, golven van de oceaan, en het rustige kabbelen van een bergbeek.

Het is een woord mensen waar dan ook kunnen gebruiken om de **Schepper van het Leven** aan te spreken.

Mettertijd zult u het misschien leren kennen als het hoorbare gefluister van Gods liefde die zich in uw atomen roert. Een bewijs dat **Ziel bestaat omdat God Het liefheeft.**

**ZING DUS HU,**  
**EEN LIEFDESLIED**  
**VOOR GOD,**  
**ELKE DAG.**



HU zal u voorbereiden om in dit leven de volle liefde van God te accepteren.

Begin vandaag. Zing *HU*, en kijk en luister naar de liefde die naar u terugkeert.

Het is een wet van het universum. **Liefde geeft liefde terug.** 

## Hoe *HU* te zingen

Met uw ogen open of gesloten.

- ◇ Haal een paar keer diep adem om te ontspannen.
- ◇ Begin dan *HU* (uitgesproken als *hjoë*) te zingen in een lange, langgerekte klank: HU-U-U-U.
- ◇ Haal weer adem en zing *HU* opnieuw. U kunt hier tot twintig minuten mee doorgaan.
- ◇ Zing *HU* met een gevoel van liefde en het zal geleidelijk uw hart openen voor God.

Ervaar het Geluid van HU →

# HU

Heilig Geluid – Eeuwenoude Mantra.



# HET GEVOEL VAN EIGENWAARDE HERSTELLEN

*Wist u dat u gemaakt bent van het Licht en de liefde van God? Hier is hoe een vrouw haar spirituele lichaam ontdekte.*

Lang voordat ik ECKANKAR leerde kennen, gaf ik les in sieraden maken en raakte ik in gesprek met een van mijn leerlingen. Wij ontdekten dat wij veel gemeen hadden. In de loop van de cursus werden we vrienden.

Op een dag **begonnen we te praten over meditatie**. Mijn vriendin leek erg geïnteresseerd in het onderwerp.

“Mediteer jij?” vroeg ze. Ik zei haar dat ik dat deed.

“Ik mediteer ook,” antwoordde ze. Even later vroeg ze: **“Zing je wel eens HU?”**


Ik had nog nooit gehoord over het zingen van *HU* en vroeg haar wat zij bedoelde.

“HU is een oud liefdeslied aan God,” zei ze.  
“Heb je problemen in je leven?”

“Ja. Dat heb ik,” antwoordde ik. “Ik heb altijd een probleem met een laag gevoel van eigenwaarde.”

“Nou, je kunt bidden,” zei ze. “Je kunt God vragen om hulp bij het helen van een laag gevoel van eigenwaarde, en zing dan *HU*.”

**HEEFT U EEN  
PROBLEEM WAARBIJ  
U GODS HULP  
ZOU WILLEN?**



Die nacht besloot ik om te proberen *HU* te zingen. Ik sloot mijn ogen en vroeg God **me te helpen om een manier te vinden mijn lage gevoel van eigenwaarde te helen**. Vervolgens zong ik herhaaldelijk het woord *HU*.

Plotseling zag ik **een bol van Blauw Licht** in mijn geestesoog. Toen, innerlijk, verscheen er een man met een bril.

“Heb je mij geroepen?” vroeg hij.

Verbaasd antwoordde ik, “Ik weet het niet. Deed ik dat?” Ik was een beetje in de war en wist niet wat ik van deze ervaring moest denken.

“Nou, ja.” zei hij. “Je zong *HU*.”

“Ik vermoed dat ik u wel geroepen hebt,” zei ik.

“Is er een probleem waarmee ik je kan helpen?” vroeg hij.

Ik vertelde hem over mijn probleem met een laag gevoel van eigenwaarde en vroeg hem of hij iets kon suggereren.

Als antwoord **toonde hij me mijn spirituele lichaam**. Het was gemaakt van prachtig Licht.

“Alle mensen zijn het Licht van God,” zei hij. **“Jij bent het Licht van God en God houdt van je.”**

“Ik ben het Licht van God, en God houdt van mij?” Ik herhaalde het terwijl ik nadacht over zijn woorden.

“Ja,” antwoordde hij. Na enkele ogenblikken vroeg hij, “Is er nog iets anders?”

“Nee, ik denk dat dat het is,” zei ik.



“Welnu,” vervolgde hij, “moge de zegeningen zijn!”

“Moge de zegeningen ook voor u zijn. Dank u!”

Toen was hij weg.

**U KUNT  
UITKIJKEN NAAR  
HET BLAUWE  
LICHT WANNEER  
U HU ZINGT.**




Zijn woorden klonken na in mij. Ik ben gemaakt van het Licht van God, en God houdt van mij! Ik had werkelijk mijn spirituele lichaam gezien dat gevuld was met Licht.

Na die ervaring begon mijn probleem met eigenwaarde te verminderen. Al snel was het slechts een verre herinnering.

Jaren later ontdekte ik de leer van ECKANKAR en herkende onmiddellijk Sri Harold Klemp, de MAHANTA, de Levende ECK Meester van onze tijd. Hij was de man met de bril die naar mij toe kwam in een bol van Blauw Licht, al die jaren geleden.

Hij was gekomen om mij te helpen met het probleem van een laag gevoel van eigenwaarde, lang voordat ik me bewust was van de ECK Meesters.

Ik moest weer denken aan wat hij die avond tegen me had gezegd: “**Alle mensen zijn het Licht van God.**”

Wat een prachtige bevestiging van Gods liefde! 

“ *U kunt tot het meest geheime deel van uzelf komen door contemplatie, door de Spirituele Oefeningen van ECK, door het heilige geluid van HU.*

*Contemplatie is een gesprek met het meest geheime, meest authentieke en meest mysterieuze deel van uzelf.*



# ANTWOORDEN OP UW VRAGEN OVER HU

*Kunt u uitleggen waarom het hebben van een gevoel van liefde deel uitmaakt van de HU oefening?*

*Wat of wie moet ik liefhebben?*



Liefde opent u voor begeleiding en vrede, voor genezing van lichaam, geest en ziel, en voor de hoogste vorm van creativiteit.

Dus, van wie houdt u?

God, de Schepper, Goddelijke Intelligentie, de Heilige Geest, het ECK, de Levenskracht, het Al in Al, de Ene.

Of houd gewoon van uw familie, huisdieren, uw buurman als uzelf, de bloemen die u vandaag water hebt gegeven.

Liefde is liefde.  
En u bent dat.

**WAT HEEFT  
VANDAAG  
UW HART  
GEOPEND?**

HU is het Geluid van Ziel. 

*Hoelang duurt het voordat ik resultaten zie van het gebruik van de HU song?*

Een spirituele oefening is als een lichamelijke oefening in die zin dat alle spieren tijd nodig hebben om te reageren. **Succes komt met ijver.**


Als u een paar weken deze oefening doet, zult u wellicht verbaasd zijn over uw nieuw spiritueel perspectief.

Hetzelfde soort discipline is van toepassing op zowel lichamelijke als spirituele oefeningen.

**WELKE  
POSITIEVE  
INNERLIJKE  
VERANDERING  
WENST U?**

Het enige doel van de Spirituele Oefeningen van ECK is om een kanaal te openen tussen u en de Heilige Geest, de Hoorbare Levensstroom.

De oorsprong van deze golf is het hart van God.

Op het moment dat u *HU* begint te zingen en op deze bijzondere manier naar waarheid begint te zoeken, ontwaken er veranderingen van positieve aard in u. 



# ONTMOET SRI HAROLD KLEMP

*Een spirituele leraar die u kan helpen op uw pad van spirituele zelfontdekking.*

Sri Harold Klemp is de spirituele leider van ECKANKAR – de MAHANTA, de Levende ECK Meester. Zijn rol is om de kennis en liefde voor de goddelijke dingen, die al in uw hart aanwezig zijn, te doen ontwaken.

Als de Innerlijke en Uiterlijke Meester geeft hij spirituele hulp via gesprekken en geschriften, in de droomstaat en in de spirituele werelden.

“ De HU song werkt zuiverend. Het zal u verheffen en versterken in wijsheid en bewustzijn.





ECK INSCHRIJVING

## ECKANKAR'S CURSUSSEN VOOR SPIRITUEEL LEVEN

*Ga hoger, verder, dieper  
op uw pad van  
spirituele zelfontdekking!*



### WAT ZULT U ERVAREN?

Dit steeds groter wordend avontuur kan u persoonlijke transformatie brengen vanaf het moment dat u begint. Dit omvat

- ◇ maandelijkse cursussen voor zelfontdekking met geavanceerde spirituele technieken voor privéstudie;
- ◇ mogelijkheden om de cursussen te verkennen in kleine discussieklussen;
- ◇ driemaandelijke brief en updates geschreven door een Godgerealiseerde leraar met actuele perspectieven;
- ◇ spirituele inwijdingen – fundamentele stappen van verlichting;

- ◇ een **gemeenschap van gelijkgestemde mensen** die spirituele vrijheid respecteren en liefde hebben voor de waarheid;
- ◇ mogelijkheden voor verdere **spirituele training en dienstbaarheid**.

## Begin uw ECK avontuur



[AdvancedSpiritualLiving.org](https://AdvancedSpiritualLiving.org)



Student Services  
+1 952 380 2222



**ECKANKAR**  
Het pad van spirituele vrijheid

[Eckankar.org](https://Eckankar.org)