

# *Sii un esercizio spirituale*

In ogni momento della vita devi essere lo HU. È ben di più che cantare semplicemente HU. È essere lo HU. Il Suono dev'essere sempre nei tuoi atomi. Dev'essere con te quando guidi, quando sei al lavoro, quando sei a casa a mangiare con la tua famiglia. Tu e lo HU dovete essere la stessa identica cosa. E se diventi sempre più lo HU, scoprirai che la vita è un luogo più gioioso.

Ho usato molte parole per cercare di mostrarti qualcosa. Non posso darti la verità a parole. Posso darti idee; posso darti immagini. Ti lascio questa immagine:

Vivi la vita come se fossi un tutt'uno con lo HU, in modo che ogni momento della vita sia un esercizio spirituale. Quando parli con un estraneo, quando sei con i tuoi cari, sei un esercizio spirituale. Vivi e ti muovi nel corpo dell'ECK.

E in quanto atomo nel corpo dell'ECK, c'è un suono che proviene da te. Questo suono è HU. Questo suono non solo viene da te, ma sei tu. Devi sapere che questo corpo che hai è solo uno scudo, una barriera: uno scudo grezzo e pesante e una barriera che cerca di impedirti di sentire e vedere la tua vera identità di Anima.

E l'Anima? Cos'è l'Anima? L'Anima è una parte divina di Dio e tu sei questo. Hai solo da riconoscere te stesso. E per riconoscerti come una parte divina di Dio, devi prima – e più di ogni altra cosa – riconoscere anche ogni essere vivente come parte di Dio. Siamo in questo Oceano di Amore e Misericordia.

Se nella vita non c'è altro che amore, ce n'è più che abbastanza per tutti. Quindi prendi questo amore che ho per te e dallo agli altri. Dallo al mondo.

– Sri Harold Klemp,  
*Be the HU*



**Volantino per il seminario di ECKANKAR – Satsang intensivo**