

Dobrodružství  
Duše

v ECKANKARU



# Duchovní úleva od stresu

Techniky a inspirace, jak přežít  
a prospívat

„Účelem božské lásky je podpořit  
vaši nezávislost a schopnost  
přežít a prospívat.“

**Sri Harold Klemp**

# CO JE DOBRODRUŽSTVÍ DUŠE V ECKU?

**Duchovní zážitky se nás dotýkají** v samotném jádru našeho bytí. Jste Duše – věčná, jedinečná, božská jiskra Boha.



**Jako Duše v sobě máte poznání Boha.**

**Dobrodružství Duše ve vás může probudit** více lásky, moudrosti a tvůrčích sil, které už ve vás jsou. A to těmi nejpřirozenějšími a nejpozoruhodnějšími způsoby.

**Slovo ECKANKAR znamená** „spolupracovník Boha“. Je to cesta duchovní svobody.

**Tato e-kniha nabízí** inspiraci, příběhy, tipy a duchovní cvičení pro zkoumání jedinečného pohledu na duchovní úlevu od stresu.

# SEZNAMTE SE SE SRI HAROLDEM KLEMPEM

**Sri Harold Klemp je duchovní vůdce ECKANKARU** – MAHANTA, Žijící ECK Mistr. Jeho rolí je probudit poznání a lásku k božským věcem, které jsou již ve vašem srdci.

**Poskytuje duchovní pomoc prostřednictvím rozhovorů a písemností, ve stavu snění a v duchovních světech.**

” *Ušlechtilé žití znamená uvědomit si, že vše, co přichází do vašeho života, je pro dobro.*

**Sri Harold  
Klemp**





# NAPĚTÍ ŽIVOTA

**Sri Harold Klemp**

Byl jednou jeden zenový mistr. Měl malou skupinu následovníků, kteří k němu vzhlíželi pro vedení. Jeden z nich měl malého syna. Tento syn si velmi přál mít koně. Po nějaké době se tedy rodičům podařilo sehnat peníze a koupili mu koně.

Jeho přátelé řekli: „To je moc dobré!“ Ale zenový mistr řekl: „Uvidíme.“

O několik let později, když mu bylo patnáct let, jel onen mladík na koni. Při jízdě spadl a zlomil si nohu. Špatně se to zahojilo, takže pak už vždycky kulhal.

Jeho přátelé řekli: „To je moc špatné.“ Zenový mistr řekl: „Uvidíme.“

Pak vypukla válka. Každý, kdo byl způsobilý být povolán, byl povolán. Všichni mladíci ze sousedství museli jít, s výjimkou tohoto mladého muže, který se zranil při pádu z koně.

Takže když sousedé a přátelé slyšeli, že byl ten mladý muž osvobozen kvůli své noze, řekli: „To je úžasné!“ Zenový mistr řekl: „Uvidíme.“

Napětí. Co tím tento zenový mistr mínil? Zdálo se, že to nevěstí nic dobrého. Ale to je život.

Onehdy jsem v rádiu slyšel někoho mluvit o jednom spisovateli. Řekl, že napětí v životě je velmi reálné, protože nikdo neví, co se stane v příštích třech hodinách. Tak tomu je, když nevíte, co se stane, co přijde. Život je lahodné sousto, protože nikdy opravdu nevíte, co se stane.

V určitých obdobích vašeho života visí víc věcí ve vzduchu než jindy. Když tomu tak je, žijete na hraně. Vaše nervy jsou vybičované nebo jste někdy pod příliš velkým nátlakem na to, co dokážete stihnout udělat. Pokud to nezvládnete, říkáte si, co potom? Protože nevíte.

Toto jsou napětí života.



K tomu existuje svět. Je to místo plné takových napětí. Proč? Protože to je povaha karmy. Tohle je učebna. Je to zahrada, opravdu. Je to zahrada, kde každý může duchovně růst podle svých schopností.

**JAKÁ VÝZVA VE  
VAŠEM ŽIVOTĚ  
VÁM VE SKU-  
TEČNOSTI  
PŘINESLA  
POŽEHNÁNÍ?**

Každý z nás roste – správněji řečeno **rozvíjí se** – svým vlastním duchovním tempem. Půjdu dokonce tak daleko, že řeknu, že Duch svatý řídí život každého z nás. Povede vás a zavedl vás přesně do takového života a okolností, které potřebujete – do těch, které jsou pro vás velmi dobré. Možná si to nemyslíte, ale jsou pro vás velmi dobré. Možná ne materiálně, emocionálně nebo mentálně, ale duchovně jsou pro vás velmi dobré. 🌿



## ZKUSTE DUCHOVNÍ CVIČENÍ

# UVOLNĚTE SE A OBNOVTE SÍLY

**Sri Harold Klemp**

**Mysl může přehnaně reagovat** na spěch každodenního života, což nás nechává na hraně a rozladěného. Zapomeneme, že pomoc je tak blízko jako pár okamžiků v kontemplaci.

**Alespoň jednou denně** nechte Zvuk a Světlo Boha, aby vás oživily duchovními impulsy. Jemně zpívejte *HU* a tichý vítr Boha vstoupí do posvátného chrámu vědomí ve vašem srdci.

### Jak zpívat *HU*

**S otevřenýma nebo zavřenýma očima** se několikrát zhluboka nadechněte, abyste se uvolnili. Poté začněte zpívat *HU* (vyslovujte *hju*) dlouhým, táhlým zvukem: HU-U-U-U. Znovu se nadechněte a zpívejte znovu *HU*.

Můžete pokračovat až po dobu dvaceti minut.

**Zpívejte HU s citem lásky** a postupně to otevře vaše srdce Bohu.

**Jakmile se napětí uvolní**, je to jen okamžik, než vás léčivý proud Ducha začne obnovovat.

” *HU představuje obrovskou lásku, kterou Stvořitel chová ke své tvorbě.*

**Sri Harold Klemp**

# HU

Posvátný Zvuk – pradávna mantra





# NEMOŽNO JÍT JINAM NEŽ NAHORU

**David Simon**

Moje práce jako pilot vrtulníku pro ministerstvo přírodních zdrojů ve státě Washington byla docela rutinní – pokud nedošlo k lesnímu požáru. Jednoho odpoledne mě zavolali, abych pomohl uhasit zuřící požár, který se vymkl kontrole.

Všechno šlo dobře. Ale najednou, během mého třetího vzletu do vzdáleného kaňonu, abych vylil bambi vak se stovkami litrů vody, se vítr změnil.

Když jsem vylil vodu do ohně a prudce zatáhl za páku, abych vystoupil z kaňonu, vrtulník se zablokoval. Zatáhl jsem silněji, abych získal všechnu sílu, kterou bylo možno, s vědomím strmých stěn kaňonu a ohně dole. Vrtulník nereagoval, lopatky bezmocně vířily. Pod sebou jsem viděl oheň.

Jak jsem sklouzl blíže ke stěně kaňonu

a nevyhnutelné havárii, uvědomil jsem si, že šance, že se z toho dostanu živý, prakticky neexistuje.

Vrtulník byl nyní několik decimetrů od stěny.

**Dobře, MAHANTO**, pomyslel jsem si a zaměřil jsem se na božskou lásku mého duchovního průvodce.

***Pokud nastal můj čas, alespoň odejdu dělaje něco, co miluji.***

Jak jsem pronášel tato slova sebeodevzdání, helikoptéry se zmocnila síla. Najednou byla sebrána jakoby obří rukou, jako když dítě zvedne hračku. Vrtulník se zvedl přes okraj kaňonu, pryč od ohně a strmých skalních stěn. Báł jsem se, že se rotory zachytí v korunách stromů, ale také jsem je s lehkostí minul. Dokonce i můj bambi vak na vodu, zavěšený na konci šestimetrového lana, který se mohl snadno zachytit o jeden ze stromů a vtáhnout mě zpět do kaňonu, se vyhoupl a dokonale proklouzl mezi dvěma stromy.

Přistál jsem s vrtulníkem, otřesen a ohromen tím, co se právě stalo. Nikdo z ostat-

**ZKUSILI JSTE  
NĚKDY PUSTIT  
SITUACI  
A NECHAT  
LÁSKU, ABY  
SE TOHO  
CHOPILA?**

ních pilotů by mi nevěřil, kdybych jim to řekl! Taková událost popírala zákony fyziky.

Ale uvědomil jsem si, že ne zákony Božího Ducha. S vděčností jsem poděkoval MAHANTOVI za to, že mě i mé letadlo toho dne zachránil.

**Zázraky jsou možné, kdykoli se můžeme odevzdat duchu lásky.** 🌿

” *Každá zkušenost je učitelem. Dodržujte provádění svých duchovních cvičení. Otevírají vaše srdce božské lásce.*

**Sri Harold Klemp**



# OTÁZKY PRO SRI HAROLDA O DOBRODRUŽSTVÍ DUŠE

*Jak mohu zlepšit svou intuici,  
zvláště v těchto matoucích  
a náročných dobách?*



Můžeme se tak rozrušit společenskými, politickými, duchovními a náboženskými problémy, že ztratíme rovnováhu.

Naši političtí vůdci mohou říkat: „Co je nahoře, je dole, a co je dole, je nahoře.“ Zpíváním *HU* si zachováte perspektivu. Říkáte: „Toto je popelnice vesmíru, ale jsme tu, abychom dělali to nejlepší, co můžeme, abychom z toho udělali pokud možno zahradu.“

Zpívejte *HU*. Může to poskytnout – prostřednictvím snových zážitků, intuice nebo jiných prostředků – způsob, jak k vám Vnitřní Mistr pronikne. Vnitřní Mistr vám může dát vědět, která cesta vede nahoru a která dolů – doopravdy.

**SVÉ DUCHOVNÍ  
IQ MŮŽETE  
ZVÝŠIT POMOCÍ  
HU –  
PÍSNÍ LÁSKY K  
BOHU.**

Mistr často řekne: „Hej, tohle se děje již po staletí. A bude se to dít dál po staletí.“

Pokud rozpoznáte, že je to součást lidského stavu a dokážete to přijmout, pokud to dokážete a udržíte si rozum, když ostatní kolem ztrácejí jejich, pak jste v tomto životě duchovně získali.

**PRO ZAMYŠLENÍ:**

**POMOHLA VÁM  
SÍLA INTUICE V  
DOBĚ KRIZÍ?**

Tyto věci jsou realitou každodenního života. Toto jsou věci, které testují Duši. Toto jsou věci, které testují vás.

HU může chránit. HU může dávat lásku. HU může léčit. Může dát klid a mír myslí. To neznamena navždy. Znamená to jen, že pokud čelíte krizi toho či onoho druhu, vzpomeňte si zpívat *HU*.

# HU

Posvátný Zvuk – pradávna mantra

PŘIHLÁŠKA DO ECKU

## ECKANKAR: KURZY DUCHOVNÍHO ŽIVOTA

*Jděte výš, dále, hlouběji  
na své cestě duchovního  
sebeobjevování!*



### CO ZAŽIJETE?

Toto neustále se rozpínající dobrodružství vám může přinést osobní transformaci od okamžiku, kdy začnete. Zahrnuje to:

- měsíční **sebepoznávací kurzy** s pokročilými **duchovními technikami** pro soukromé studium;
- příležitosti prozkoumat kurzy v **malých diskuzních skupinách**;
- čtvrtletní dopis a aktualizace s perspektivou současné doby od **učitele, který dosáhl Realizace Boha**;
- **duchovní zasvěcení** – hluboké kroky osvícení;

- **společenství lidí stejného srdce**, kteří respektují duchovní svobodu a milují pravdu;
- příležitosti k dalšímu **duchovnímu učení a službě**.

*Začněte své  
dobrodružství  
v ECKu*



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



Studentské služby  
+1 952 380 2222



**ECKANKAR**  
Cesta duchovní svobody

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

Fotografie: Bruce Fuller, Gabriele Kerber, Kristy Walker.

Termíny ECKANKAR, ECK, EK, MAHANTA, CESTOVÁNÍ DUŠE a SOUL TRAVEL jsou, mezi jinými, ochrannými známkami ECKANKARu. Copyright © 2024 ECKANKAR. Tato e-kniha je překladem *Spiritual Stress Relief*, copyright © 2020 ECKANKAR. CZ240713