

ENTSPANNUNG *und* ERHOLUNG

» Der Verstand kann auf die Hektik des Alltags überreagieren und uns nervös und unkonzentriert machen. Wir vergessen, dass Hilfe so nah ist wie ein paar Momente der Kontemplation.

Lass dich mindestens einmal am Tag vom Ton und Licht Gottes mit spirituellen Impulsen beleben. Singe sanft *HU*, und der stille Wind Gottes wird in den heiligen Tempel des Bewusstseins im Herzen eindringen.

Wenn sich die Spannungen lösen, dauert es nur wenige Augenblicke, bis der heilende Strom des Geistes beginnt, dich zu beleben.

– Sri Harold Klemp

Der MAHANTA, der Lebende ECK-Meister



ECKANKAR

Der Weg spiritueller Freiheit

Eckankar.org **Eckankar.ch**
Eckankar.at **Eckankar.de**

HU Heiliger Klang
Uraltes Mantra



HU (gesprochen hjuu) ist ein uralter Name für Gott, der seit Tausenden von Jahren in vielen Ländern gesungen wird, um sich spirituell zu entfalten. Besuche **HearHU.org**, um mehr über seine transformierende und heilende Kraft zu erfahren.

