

ยกระดับ ปัญญาทางจิตวิญญาณ! *สมุดบันทึกประสบการณ์*



HAROLD KLEMP
แฮโรลด์ เคลิมพ์



เรียน ท่านผู้อ่านที่รัก

ในฐานะดวงวิญญาณ
ท่านมีความรู้เกี่ยวกับพระผู้สร้างภายในตน
ภารกิจหลักของข้าพเจ้าคือการปลุกความรู้
และความรักอันศักดิ์สิทธิ์ที่สถิตอยู่ในดวงใจของท่าน

ท่านคือดวงวิญญาณผู้เป็นบุตรแห่งพระผู้สร้าง
จุดหมายปลายทางของท่านคือ
การเป็นผู้รับใช้แห่งพระองค์
เพื่อแผ่ขยายความรักอันศักดิ์สิทธิ์
ไปสู่ทุกชีวิตที่อยู่รอบกาย

แฮโรลด์



ECKANKAR
Minneapolis
Eckankar.org

Copyright © 2026 ECKANKAR

สงวนลิขสิทธิ์ คำว่า ECKANKAR, ECK, EK, MAHANTA, SOUL TRAVEL, และ VAIRAGI, รวมถึงคำ
อื่นๆ เป็นเครื่องหมายการค้าของ ECKANKAR, PO Box 2000, Chanhassen, MN 55317-2000 USA. TH260240

ฉบับภาษาอังกฤษ พิมพ์ใน USA. ISBN: 978-1-57043-564-5

ภาพประกอบจาก the ECKANKAR Graphics Kit และโดย Jane Burgess, Angela Burns, Marianne
Kenyon, Melony Mont-Eton, Terri O'Grady, Ed Parkinson, Diane Sterling, Kristy Walker

ได้รับอนุญาตให้จัดทำขึ้นในประเทศไทยภายใต้ลิขสิทธิ์ของ ECKANKAR

ขอขอบคุณจิตอาสาทุกท่านด้วยความซาบซึ้งใจ ที่ได้จัดทำแปลนี้ขึ้นเพื่อเป็นของขวัญแห่งความรัก
อันศักดิ์สิทธิ์

พบกับ Harold Klemp [แฮโรลด์ เคล็มพ์]



ECK Master Harold Klemp,
[เอ็คมาสเตอร์ แฮโรลด์ เคล็มพ์]
ดำรงตำแหน่งผู้นำทางจิตวิญญาณ
ของเอ็คแคนคาร์ [ECKANKAR]
ตั้งแต่วันที่ 22 ตุลาคม พ.ศ. 2524
จนถึงวันที่ 21 ตุลาคม พ.ศ. 2568

ในหนังสือเล่มนี้ ท่านได้นำเสนอเทคนิคเชิงสร้างสรรค์
และแนวทางปฏิบัติทางจิตวิญญาณ ซึ่งช่วยเสริมศักยภาพ
ให้ทุกคนมีประสบการณ์ตรงกับพระวิญญาณอันศักดิ์สิทธิ์ได้
ในชีวิตประจำวัน

ผู้นำทางจิตวิญญาณปัจจุบันคือ Sri Doug Kunin
[ศรีดัก คิวเนิน] มาฮานตา [MAHANTA] ปรมจารย์แห่งเอ็ค
ผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่ [Living ECK Master] ในฐานะผู้นำทาง
ทั้งภายในและภายนอก ท่านช่วยผู้แสวงหาสัจธรรม ความสงบ
ภายใน และอิสรภาพ ให้บรรลุศักยภาพทางจิตวิญญาณ
อย่างเต็มเปี่ยม

Sri Doug Kunin [ศรีดัก คิวเนิน] เป็นปรมจารย์ท่าน
ล่าสุดในสายสืบทอดอันยาวนานของเหล่าปรมจารย์ทาง
จิตวิญญาณ [Spiritual Adepts] ผู้อุทิศตนมาตลอด
ประวัติศาสตร์ในทุกวัฒนธรรมของโลก

คำว่า *เอ็คแคนคาร์* [ECKANKAR] หมายถึงผู้รับใช้
แห่งพระผู้สร้าง [Coworker with God]
นี่คือเป้าหมายของผู้ศึกษาทางเอ็ค [ECK] ทุกคน
นั่นคือการเรียนรู้ที่จะรักตั้งพระผู้สร้างทรงรัก



ค้นพบ ความมหัศจรรย์แห่งตน!

- วิธีเข้าถึงปัญญาญาณอันศักดิ์สิทธิ์
- ความช่วยเหลือในการตัดสินใจเพื่อประโยชน์สูงสุดของท่าน
- การเชื่อมโยงโดยตรงที่เป็นส่วนตัวกับกำเนิดแห่งชีวิต

สมุดบันทึกประสบการณ์อันพิเศษนี้นำเสนอวิธีการที่สร้างสรรค์เพื่อปลดล็อกความรู้แห่งพระผู้สร้างที่อยู่ภายในตัวท่านให้ตื่นรู้ศักยภาพทางจิตวิญญาณอันเต็มเปี่ยม!

ท่านทราบหรือไม่ว่า ท่านคือดวงวิญญาณ
อนาคตแห่งพระผู้สร้างอันเป็นนิรันดร์ สร้างสรรค์
และมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว?

ในฐานะดวงวิญญาณ ท่านมีความรู้แห่งพระผู้สร้าง
อยู่ใน **เอ็คแคนคาร์ [ECKANKAR]** สามารถปลุก
ความรู้และความรักอันศักดิ์สิทธิ์ ที่สถิตอยู่ในดวงใจ
ของท่าน

ท่านคือดวงวิญญาณ ผู้ซึ่งเป็นบุตรแห่งพระผู้สร้าง
จุดหมายปลายทางของท่านคือการเป็นผู้รับใช้แห่ง
พระผู้สร้าง และแผ่ขยายความรักอันศักดิ์สิทธิ์ไปสู่
ทุกชีวิตที่อยู่รอบกาย

**การปฏิบัติทางจิตวิญญาณคือกุญแจสู่ความ
มหัศจรรย์แห่งตน**

ท่านปรารถนาที่จะค้นพบสิ่งต่อไปนี้หรือไม่?

- วิธีจดจำความฝันของท่าน
- แนวทางการปฏิบัติเพื่อสุขภาพในมิติทางจิตวิญญาณ

สำรวจการเป็นจิตวิญญาณ
จากมุมมองใหม่!



เลือกประสบการณ์ อัศจรรย์แห่งดวงวิญญาณ

การไตร่ตรองและการปฏิบัติทางจิตวิญญาณที่ได้
นำเสนอไว้ ณ ที่นี้ ล้วนเปิดหน้าต่างสู่ความเป็น
จิตวิญญาณภายในตัวท่าน

ขอเชิญทดลองปฏิบัติและประยุกต์วิธีเหล่านี้
ให้เป็นวิธีของท่าน พร้อมทั้งบันทึกความประทับใจ
ความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง และประสบการณ์ต่างๆ
แม้จะละเอียดอ่อนเพียงใดก็ตาม

ฟังเผ่าดูชีวิตประจำวันของท่านที่เริ่ม
สอดคล้องกับเป้าหมายอันสูงสุดทางจิตวิญญาณ



การเชื่อมโยงกับกระแสแห่งพระผู้สร้าง
ฮิว [HU] คือสื่อกลางแห่งความรักระหว่าง
พระผู้สร้างและดวงวิญญาณ

1



ชมทรัพย์ภายใน

การไตร่ตรองเป็นการสนทนากับส่วนที่
เร้นลับที่สุด แท้จริงที่สุด และลึกซึ้งที่สุด
ภายในตัวท่าน

6



ถ้วยทองคำ

การฝึกเป็นธรรมชาติของดวงวิญญาณอมตะ

10



บนผืนแผ่นดินอันศักดิ์สิทธิ์

ความล้มเหลวตลอดกาลคือการที่เราแต่ละคน
ต่างเป็นผู้พิทักษ์ความรักอันศักดิ์สิทธิ์

14



บทเพลงแห่งดวงวิญญาณ

สัจธรรมอันสูงสุดมิได้จารึกอยู่ในคัมภีร์เล่มใด
หากแต่จารึกอยู่ในดวงใจของท่าน

18



ประตูลู่การตระหนักรู้ที่สูงขึ้น

ฟังคำว่าโอกาส คำว่าเวลา และคำว่าวันไว้
ฟังปิตินันท์ในความจริงที่ว่า ท่านคือ
ประกายแห่งความคิดสร้างสรรค์อันศักดิ์สิทธิ์

22



พจนานุกรมความฝัน

ประสบการณ์ในความฝันมีไว้เพื่อให้ท่าน
ได้มองเห็นชีวิตปัจจุบันในมุมมองที่ต่าง
ออกไป

26



สร้างโลกใบใหม่ให้สดใสกว่าเดิม

แสงสว่างและเสียงแห่งพระผู้สร้างช่วยให้
ท่านตระหนักถึงมรดกแห่งตนในฐานะที่
เป็นจิตวิญญาณ

30



ภาพสะท้อนที่แท้จริง

ฮิว [HU] จะเตรียมความพร้อมให้ท่านยอมรับ
ความรักอันสมบูรณ์จากพระผู้สร้างในชาตินี้
ท่านดำรงอยู่ได้เพราะพระผู้สร้างทรงรักท่าน

34



มิติใหม่แห่งการดูแลสุขภาพ

ฮิว [HU] ทำหน้าที่เสมือนส้อมเสียง เพื่อปรับ
ดวงวิญญาณให้สอดคล้องกับสภาวะที่สูงขึ้น
ในด้านความรัก ความคิดสร้างสรรค์
การเยียวยา และการตระหนักรู้

38

เชื่อมโยงกับ กระแสน้ำแห่งพระเจ้าผู้สร้าง

ฮิว [HU] คือเสียงศักดิ์สิทธิ์และมนตราโบราณ อันเป็นเสียงที่อยู่เบื้องหลังของเสียงต่างๆทั้งปวง ซึ่งสอดประสานอยู่ในภาษาแห่งชีวิต ฮิวเป็นสื่อกลางแห่งความรักระหว่างพระเจ้าผู้สร้างและดวงวิญญาณ

เมื่อสวดในใจหรือเปล่งเสียง ฮิวจะปลุกพลังแห่งความรักนิรันดร์อันศักดิ์สิทธิ์ที่สถิตอยู่ในดวงใจของท่าน

เสียงของฮิวอยู่ในคลื่นทะเล เสียงลมพัดใบไม้ไหว เสียงสายฝนโปรยปราย เสียงนกร้องขับขาน เสียงหัวเราะร่าเริง และเสียงพลุกพล่านของรถราในเมือง อันเป็นเสียงกระซิบแห่งความรักของพระเจ้าผู้สร้างที่สั่นสะเทือนอยู่ในทุกอณูของท่าน

แม้ในยามที่ผู้คนร้องไห้ เสียงร้องไห้นั้นคือเสียงของฮิว

ท่านอาจมองเห็นแสงสว่างแห่งพระเจ้าผู้สร้าง ซึ่งอาจปรากฏเป็นแสงสีฟ้า แสงสีขาว แสงสีเหลือง หรือแสงสีเขียวนั้นจะนำมาซึ่งความรู้สึกที่เปี่ยมล้นด้วยพร

เริ่มต้นวันนี้

พระนามลับอันศักดิ์สิทธิ์ที่สืบทอดมาแต่โบราณนี้ สามารถยกระดับจิตใจของผู้คนได้ทุกศาสนา วัฒนธรรม และวิถีชีวิต ฮิวมิได้เปลี่ยนศาสนาที่ท่านนับถือ หากแต่จะเสริมคุณค่าให้แก่ศาสนานั้น

พึงเริ่มต้นวันนี้ ณ สถานที่อันสงบ หลับตา และปล่อยให้ความรักที่ท่านมีต่อสิ่งอันเป็นที่รัก เข้าสู่ดวงใจของท่าน สวดมนต์ฮิวเบาๆ จากนั้นให้สวดในใจอย่างต่อเนื่อง เป็นเวลา 10 ถึง 20 นาที

คอยสังเกตและสดับฟังความรักที่หวนคืนมาสู่ท่าน 





ฮิวเป็นสื่อกลาง
แห่งความรักระหว่าง
พระผู้สร้างและดวงวิญญาณ



ขุมทรัพย์ภายใน

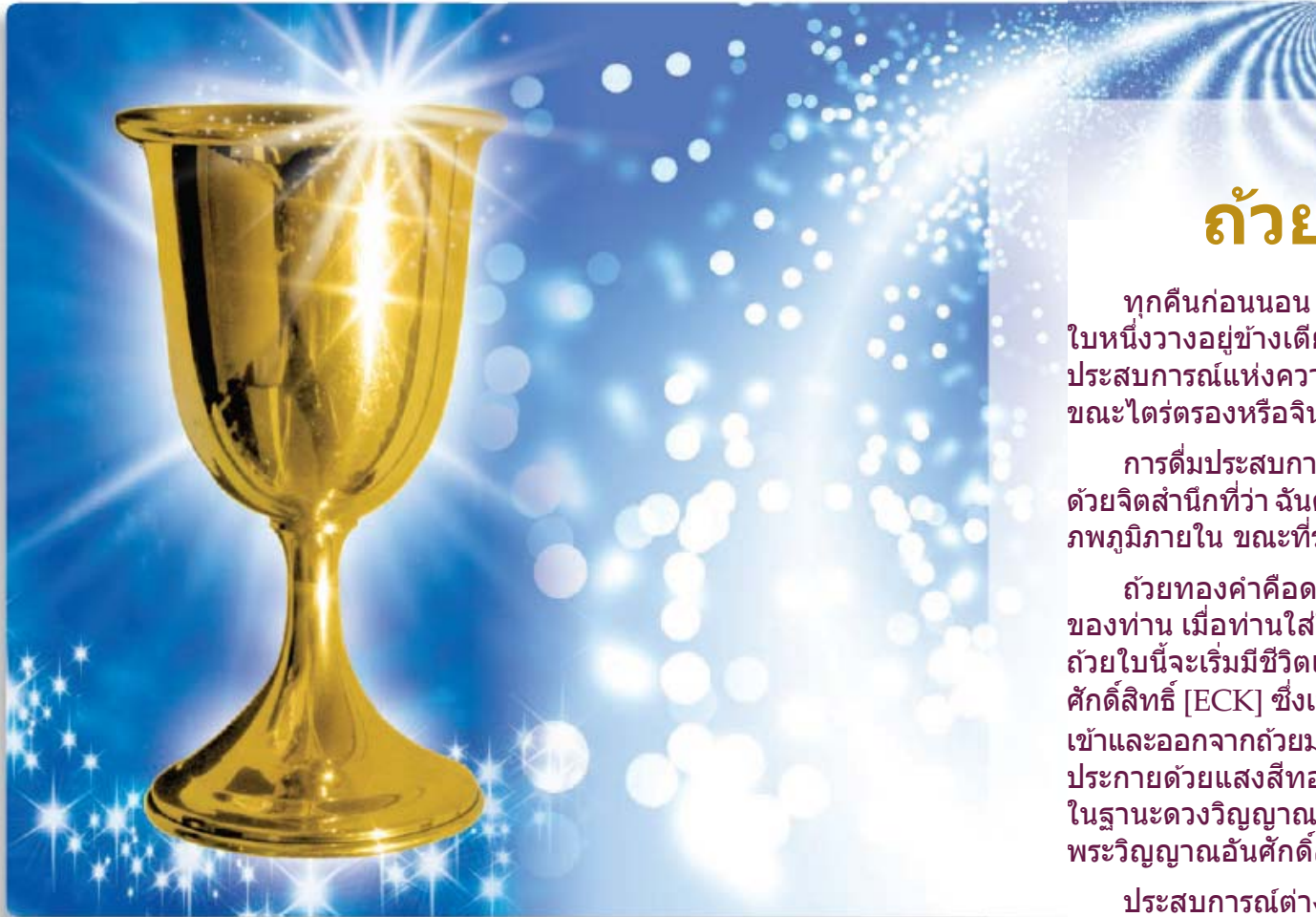
ในขณะที่สวามนตร์ ฮิว [HU] ให้จินตนาการถึงเสียงศักดิ์สิทธิ์แห่งพระผู้สร้างที่หลังไหลมาสู่ท่าน ดุจดั่งสายน้ำตกอันบริสุทธิ์ที่เป็นประกาย ซึ่งกำลังชำระล้างมลทินในจิตใจ

ความรักแห่งพระผู้สร้างนั้นไหลรินมาสู่ท่าน ตลอดกาล ดุจดั่งสายธารอันเจียบสงบจากขุนเขา ความรักอันศักดิ์สิทธิ์นี้ปราศจากเงื่อนไข ซึ่งเป็นความรักอันบริสุทธิ์ ดังนั้น พึงเข้าสู่พระวิหารภายใน และพบกับพระผู้สร้าง ณ ผืนแผ่นดินอันศักดิ์สิทธิ์แห่งนี้





การไตร่ตรองเป็นการสนทนา
กับส่วนที่เร้นลับที่สุด แท้จริงที่สุด
และลึกกลับที่สุดภายในตัวท่าน



ถ้วยทองคำ

ทุกคืนก่อนนอน ให้จินตนาการถึงถ้วยทองคำ ใบหนึ่งวางอยู่ข้างเตียง ซึ่งเป็นถ้วยที่จะเติมเต็มไปด้วยประสบการณ์แห่งความฝันของท่าน เมื่อตื่นนอนตอนเช้า ขณะไต่รตรองหรือจินตนาการ ฟังดื่มจากถ้วยใบนี้

การดื่มประสบการณ์เหล่านี้เป็นวิธีการแสดงออก ด้วยจิตสำนึกที่ว่า ฉันต้องการจดจำสิ่งที่เกิดขึ้นใน ภพภูมิภายใน ขณะที่ร่างกายกำลังหลับไหล

ถ้วยทองคำคือดวงวิญญาณ อันเป็นตัวตนที่แท้จริงของท่าน เมื่อท่านใส่ใจกับการดื่มจากถ้วยใบนี้อย่างมีสติ ถ้วยใบนี้จะเริ่มมีชีวิตเป็นของตนเอง ยิ่งพระวิญญาณอัน ศักดิ์สิทธิ์ [ECK] ซึ่งเป็นกระแสแห่งพระเจ้าสร้าง ไหลเวียน เข้าและออกจากถ้วยมากเท่าใด ดวงวิญญาณก็ยิ่งเปล่ง ประกายด้วยแสงสีทองแห่งตนเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น ในฐานะดวงวิญญาณ ท่านจะกลายเป็นสื่อกลางแห่ง พระวิญญาณอันศักดิ์สิทธิ์ที่สว่างไสวมากยิ่งขึ้น

ประสบการณ์ต่างๆที่ท่านได้รับ จะช่วยให้ท่าน ตระหนักรู้ถึงชีวิตของตน และความหมายอันศักดิ์สิทธิ์ แห่งชีวิตได้อย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น 



การฝึกเป็นธรรมชาติ
ของดวงวิญญาณอมตะ



บนพื้นแผ่นดิน อันศักดิ์สิทธิ์

ในแต่ละวัน พึงกระทำสิ่งเล็กๆน้อยๆสักหนึ่งอย่าง
ด้วยความรัก และเพื่อความรักเพียงเท่านั้น โดยไม่หวัง
สิ่งใดตอบแทน การอุทิศตนเพื่อผู้อื่นและเพื่อชีวิต
เป็นกุญแจสู่สรวงสวรรค์

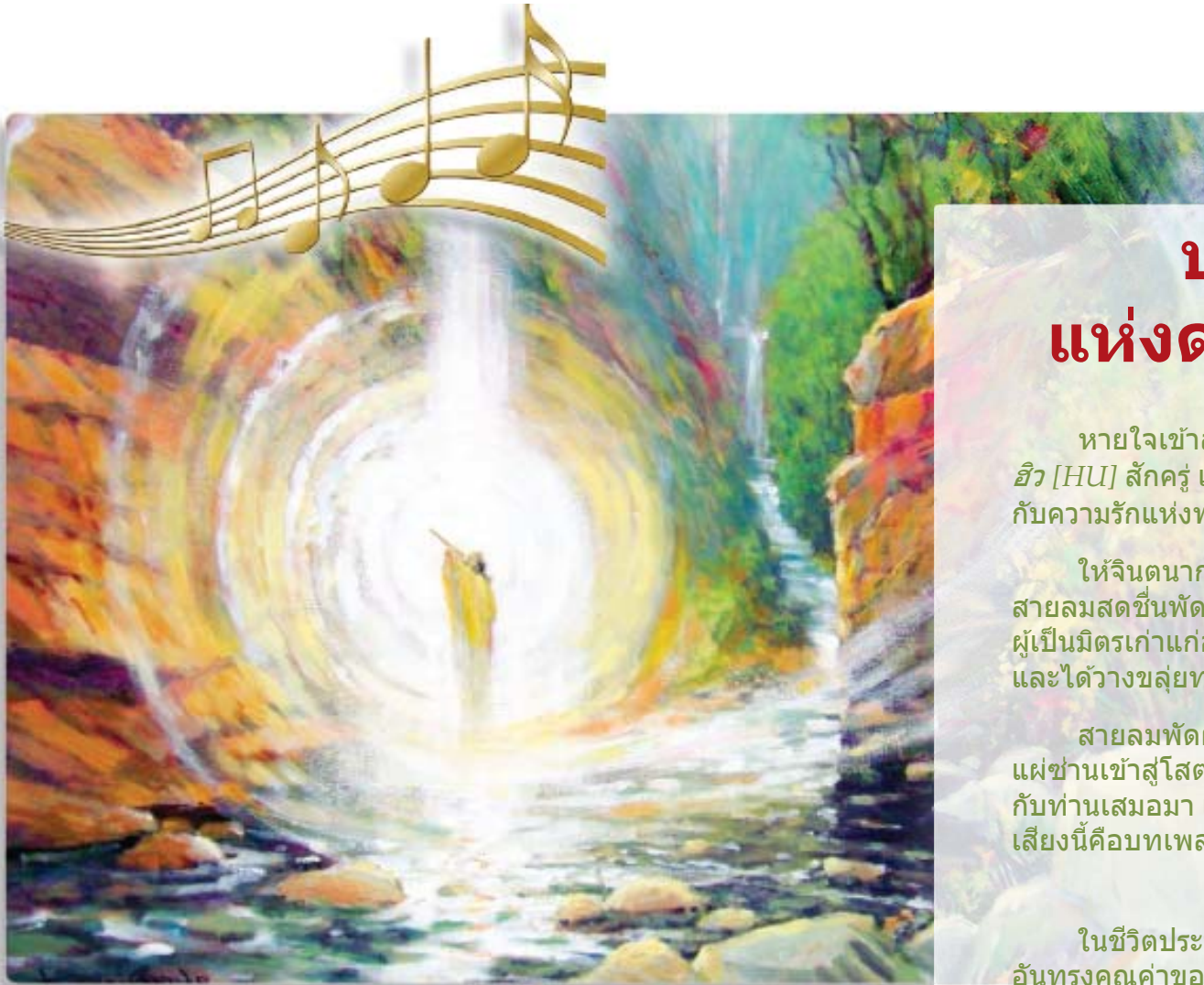
พึงอัญเชิญพระวิญญาณอันศักดิ์สิทธิ์ [ECK]
กระแสนแห่งพระเจ้าสร้าง ให้ส่องแสงสว่างนำทางสู่วาระ
อันประเสริฐ เพื่อรับใช้ชีวิตร่วมกับพระองค์

เมื่อสิ้นสุดวัน ให้สวดมนต์ฮิว [HU] สักครู่
และทบทวนสิ่งที่กระทำด้วยความรัก และเพื่อความรัก
เพียงเท่านั้น ท่านจะตระหนักถึงสิ่งถึงเหตุปัจจัย
ที่ส่งผลให้การกระทำเหล่านั้นมีคุณค่าประดุจทองคำ





ความล้มเหลว
คือการที่เราแต่ละคนต่างเป็น
ผู้พิทักษ์ความรักอันศักดิ์สิทธิ์



บทเพลง แห่งดวงวิญญาณ

หายใจเข้าลึกๆ สักพัก แล้วหลับตาลง สวดมนต์
ฮิว [HU] สักครู่ และเตรียมพร้อมที่จะสัมผัส
กับความรักแห่งพระเจ้าผู้สร้างในมิติใหม่

ให้จินตนาการว่า ท่านอยู่ในพนาลัยอันงดงาม
สายลมสดชื่นพัดผ่านแมกไม้ ผู้นำทางแห่งจิตวิญญาณ
ผู้เป็นมิตรเก่าแก่อันเป็นที่รัก ปรากฏกายอยู่เคียงข้าง
และได้วางขลุ่ยทองคำลงในมือของท่านที่ยื่นออกไป

สายลมพัดผ่านขลุ่ย ก่อให้เกิดเสียงศักดิ์สิทธิ์
แผ่ซ่านเข้าสู่โสตประสาทและดวงใจ เสียงนี้สถิตอยู่
กับท่านเสมอมา และเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตของท่าน
เสียงนี้คือบทเพลงแห่งดวงวิญญาณ

ในชีวิตประจำวัน ท่านสามารถรำลึกถึงเสียง
อันทรงคุณค่าของฮิวนี้ได้ ในยามที่ท่าน
ประสบกับความตึงเครียด หรือเพียงเพื่อเป็นการ
ย้ำเตือนถึงความงดงามและความรักที่อยู่ใน
เสียงนี้ 



สัจธรรมอันสูงสุด
มิได้จารึกอยู่ในคัมภีร์เล่มใด
หากแต่จารึกอยู่ในดวงใจของท่าน



ประตูสู่ การตระหนักรู้ที่สูงขึ้น

ทุกครั้งที่ท่านก้าวผ่านประตูในวันนี้ ไม่ว่าจะเป็นที่ทำงาน หรือที่บ้าน เพียงรับรู้ว่ามีมิติแห่งจิตวิญญาณ ท่านกำลังก้าวผ่านประตูสู่การตระหนักรู้ที่สูงขึ้น และทุกประตูล้วนเป็นเช่นนั้น ตราบเท่าที่ท่านรับรู้ได้ในจิตสำนึกแห่งตน

ยกตัวอย่างเช่น สมมติว่า ท่านมีการประชุมที่ท้าทายกับหัวหน้า หรือผู้ร่วมงาน ขณะที่ท่านก้าวผ่านประตูเข้าสู่ห้องประชุม เพียงรับรู้ว่ามีมิติแห่งจิตสำนึกใหม่ที่สูงขึ้น

เมื่อเข้าไปในห้องแล้ว ให้หยุดสักครู่และถามตนเองว่า การตระหนักรู้ที่สูงขึ้นนี้จะส่งผลต่อฉันอย่างไร? ฉันจะผ่อนคลายมากขึ้นหรือไม่? ฉันจะมีความอดทนและอดกลั้นมากขึ้นหรือไม่? ฉันจะวางใจให้พระวิญญาณอันศักดิ์สิทธิ์ทรงประทานคำตอบ และการชี้นำที่ฉันต้องการได้หรือไม่?

หากท่านทดลองด้วยเทคนิคนี้ ท่านจะพบว่า การปฏิบัติดังกล่าวสามารถปรับเปลี่ยนมุมมอง และยกระดับการตระหนักรู้ที่สูงขึ้นได้ตลอดทั้งวัน





พึงคว้าโอกาส คว้าเวลา และคว้าวันไว้
พึงซาบซึ้งใจในความจริงที่ว่า ท่านคือประกาย
แห่งความคิดสร้างสรรค์อันศักดิ์สิทธิ์



พจนานุกรมความฝัน

พจนานุกรมความฝันส่วนบุคคลสามารถช่วยให้ท่านค้นเคยกับสัญลักษณ์ในความฝันของท่านได้

ไม่ว่าจะเป็นหมี่ นกอินทรี ห้องเรียน หรือสิ่งอื่นใด ท่านจะสามารถเข้าใจถึงความหมายเฉพาะของสัญลักษณ์นั้นสำหรับตัวท่านเอง

แต่ละสัญลักษณ์จะมีความหมายเฉพาะตัวสำหรับผู้ฝันแต่ละคน หนังสือหลายเล่มที่เกี่ยวกับสัญลักษณ์ในความฝันพยายามสร้างชุดสัญลักษณ์ทั่วไปให้เหมาะสมกับทุกคนในทุกสถานการณ์ แต่ในความเป็นจริง ไม่ได้เป็นเช่นนั้น ด้วยเหตุที่ท่านเป็นผู้ที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว

เมื่อท่านได้มีการพัฒนาทางจิตวิญญาณ สัญลักษณ์ต่างๆในความฝันของท่านจะมีความหมายที่เปลี่ยนแปลงไป ฟังบันทึกวันที่ควบคู่ไปกับความหมายของสัญลักษณ์แต่ละประเภท เพื่อติดตามการเปลี่ยนแปลงต่างๆที่เกิดขึ้น 



ประสบการณ์ในความฝัน
ช่วยให้คุณมองชีวิตปัจจุบัน
ในมุมมองที่แตกต่างออกไป



สร้างโลกใบใหม่ ให้สดใสกว่าเดิม

หากท่านมีประสบการณ์ หรือความฝันที่ทำให้ท่านไม่สบายใจ หรือมีสิ่งที่ท่านไม่เข้าใจ ให้นำสิ่งนั้นมาไตร่ตรอง โดยเริ่มด้วยการสวดมนต์ ฮิว [HU] สักครู่ จากนั้น ให้ย้อนกลับไปยังความฝันหรือประสบการณ์นั้น แล้วนำมาคิดทบทวนในใจ ลำดับต่อไป ให้จินตนาการถึงประตูบานหนึ่ง ที่เปิดเข้าสู่แสงอาทิตย์สีทอง นี่คือแสงสว่างแห่งพระเจ้าผู้สร้าง

บัดนี้ ให้นำประสบการณ์ที่ไม่สบายใจออกมาจากความมืด ความเจ็บ และความโดดเดี่ยว ผ่านประตูที่เปิดอยู่ ณ ที่นั้น ประสบการณ์ดังกล่าวจะสลายหายไปแสงสว่างและเสียงแห่งพระเจ้าผู้สร้าง [Light and Sound of God]

การปฏิบัติเช่นนี้จะช่วยให้คุณสร้างนิสัยในการแสวงหาโลกที่สดใสและเปี่ยมด้วยความคิดสร้างสรรค์มากยิ่งขึ้น ซึ่งท่านจะพบความพึงพอใจได้มากขึ้นด้วยความช่วยเหลือจากปรมาจารย์ภายใน [Inner Master] หรือมาฮานตา [MAHANTA] ท่านกำลังเรียนรู้ที่จะดูแลชีวิตของท่าน และพัฒนาสู่การเป็นดวงวิญญาณที่ตื่นรู้เป็นผู้สร้างโลกแห่งตน





แสงสว่างและเสียงแห่งพระเจ้าผู้สร้าง
ช่วยให้ท่านตระหนักถึงมรดกแห่งตน
ในฐานะที่เป็นจิตวิญญาณ



ภาพสะท้อนที่แท้จริง

ในห้วงแห่งความนึกคิด ให้จินตนาการว่า ท่านอยู่ ณ ริมแม่น้ำที่ส่องแสงระยิบระยับ โดยมีผู้นำทาง แห่งจิตวิญญาณอยู่เคียงข้าง

ท่านอาจนึกถึงใครก็ได้ที่ท่านศรัทธา ไม่ว่าจะเป็น พระเยซู หนึ่งในบรรดาปรมาจารย์แห่งเอ็ค [ECK Masters] หรืออริยบุคคลท่านอื่น แล้วสวดมนต์ ฮิว [HU] ด้วยความรักอันเต็มเปี่ยมต่อผู้ศักดิ์สิทธิ์ท่านนี้

พึงเฝ้าดูขณะที่ผู้นำทางของท่านเอื้อมมือลงไปในน้ำ และหยิบกระจกเงาอันเปล่งประกายขึ้นมา แสงระยิบระยับสะท้อนจากผิวกระจกที่ปรมาจารย์ถือไว้ ตรงหน้าท่าน และในนั้น ท่านจะเห็นภาพสะท้อนที่ แท้จริงของธรรมชาติอันศักดิ์สิทธิ์แห่งตน

สวดมนต์ ฮิว ต่อไปในใจ หรือเปล่งเสียง ขณะที่ท่านได้ตรองถึงสิ่งที่ได้เห็น

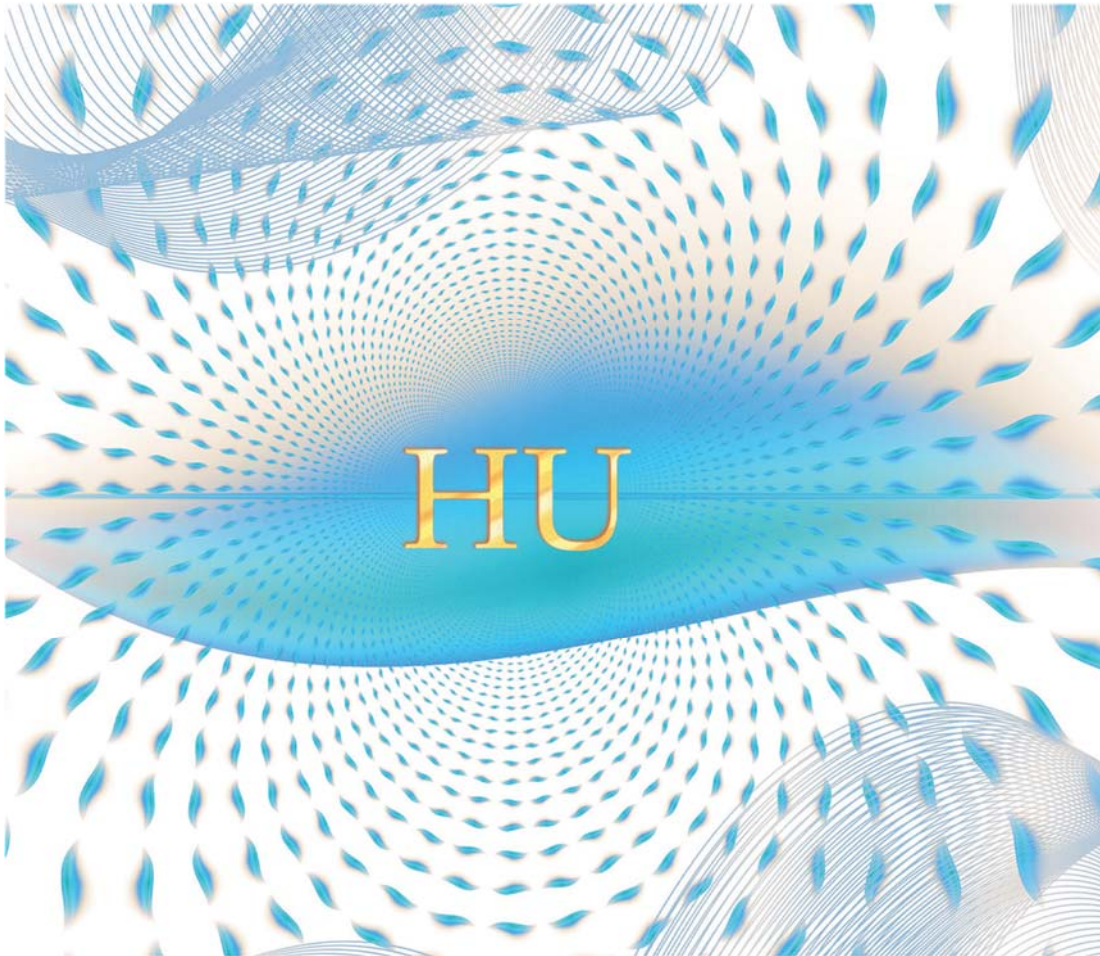
* * *

ท่านอาจมิได้ตระหนักอย่างเต็มที่ ถึงการพบพาน ของดวงวิญญาณ ณ ริมแม่น้ำ แต่ในระหว่างวันจะมี บางสิ่งที่บ่งบอกถึงตัวตนอันสูงส่งของท่าน ซึ่งอาจ เป็นการกระทำที่แสดงถึงความอดทนอดกลั้น ความเมตตากรุณา ความไม่เห็นแก่ตัว หรือแม้แต่ ความรื่นรมย์ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นที่ไม่คุ้นเคย

บันทึกประสบการณ์ไว้ การตระหนักรู้ทาง จิตวิญญาณจะเพิ่มพูนขึ้น ด้วยความใส่ใจของท่าน 



ฮิว จะเตรียมความพร้อมให้ท่านน้อมรับ
ความรักอันเปี่ยมล้นจากพระผู้สร้างใน
ชาตินี้ ท่านดำรงอยู่ได้เพราะพระองค์
ทรงรักท่าน



แนวทางพิเศษ เพื่อสุขภาพ

การสวดมนต์ ฮิว [HU] อันเป็นพระนามลับแห่ง
พระผู้สร้างจะเปิดพลังในตัวท่านให้เป็นช่องทางเพื่อ
การเยียวยาอันยิ่งใหญ่จากพระวิญญาณอันศักดิ์สิทธิ์

ทุกความคิด คำพูด และการกระทำ ล้วนส่งผลต่อ
การชำระล้าง หรือสร้างมลทินให้แก่ร่างกาย หลักการนี้
มีความสำคัญและทรงพลังเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากเป็น
ปัจจัยที่ส่งผลโดยตรงต่อสภาวะแห่งจิตสำนึกของท่าน

เมื่อถึงจุดหนึ่ง หากท่านต้องการเสริมพลังเพื่อ
สุขภาพ หรือความสงบทางจิตใจ พึงพิจารณาถึงสิ่งที่
หลังไหลเข้ามาสู่โลกส่วนตัวของท่าน ในรูปแบบของ
ดนตรี และข่าวสาร พร้อมทั้งให้ตระหนักถึงทุกช่องทาง
ที่ท่านเปิดรับ ให้โลกภายนอกเข้ามาสู่โลกภายใน
แห่งตน

สิ่งใดเข้ามา สิ่งนั้นย่อมกลับออกไป แล้วหวนคืน
สู่ท่านดังเสียงสะท้อนที่ก้องกังวาล กระแสนั้นจะสั่งสม
และเพิ่มพูน จนก่อให้เกิดอิทธิพลอันทรงพลังต่อชีวิต
ของท่าน อิทธิพลดังกล่าว อาจส่งผลในเชิง
คุณประโยชน์หรือโทษภัย ดังนั้น ทางเลือกจึงขึ้นอยู่กับ
วิจารณญาณของท่าน

ทุกความคิด คำพูด และการกระทำ ล้วนส่งผลต่อ
การชำระล้าง หรือสร้างมลทินให้แก่ร่างกาย





ฮิว ทำหน้าที่เสมือนส้อมเสียง
เพื่อปรับดวงวิญญาณให้สอดคล้องกับ
สถานะที่สูงขึ้นในด้านความรัก ความคิด
สร้างสรรค์ การเยียวยา และการตระหนักรู้

หลักสูตรการดำเนินชีวิต ทางจิตวิญญาณแห่งเอ็คแคน์คาร์

ก้าวสู่ประสบการณ์ทางจิตวิญญาณ ที่สูงขึ้น ไกลขึ้น และลึกซึ้งยิ่งขึ้น!

เอ็คแคน์คาร์ [ECKANKAR] เปิดรับลงทะเบียน
หลักสูตรการดำเนินชีวิตทางจิตวิญญาณ [Spiritual Living
Courses] เพื่อการค้นพบตนเองและพระผู้สร้าง



โปรแกรมการศึกษาเชิงพลวัต
ทั้งภายในและภายนอก
จะปลดล็อกความรัก
อันศักดิ์สิทธิ์และปัญญาญาณ
ภายในตัวท่าน หลักสูตรนี้มอบ
ความก้าวหน้าสู่การรู้แจ้งเป็น
ลำดับขั้น โดยผ่านการเข้าสู่สัจธรรม
ทางจิตวิญญาณ

ตั้งแต่วันแรก ท่านสามารถ
สัมผัสได้ถึงพลังอันศักดิ์สิทธิ์แห่งพระผู้สร้างได้โดยตรง
และเริ่มเผชิญกับความท้าทายในชีวิตด้วยวิถีทาง
อันประเสริฐ

ท่านจะได้รับบทเรียนรายเดือน (สามารถศึกษาได้ทาง
ออนไลน์) เกี่ยวกับแนวทางปฏิบัติทางจิตวิญญาณที่
สร้างสรรค์ในชีวิตประจำวัน และวารสารทางจิตวิญญาณ
The Mystic World รายไตรมาส นอกจากนี้ ยังมีคลาส
เสริมเพื่อให้ท่านได้ศึกษาร่วมกับผู้แสวงหาสัจธรรม
ที่มีจิตใจตรงกันในหลายพื้นที่

วิธีการเริ่มต้น

สำหรับหนังสือฟรีและข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับ
เอ็คแคน์คาร์ กรุณาติดต่อเราได้ที่นี่:



เยี่ยมชม ECKANKAR.org



โทรศัพท์ 1-800-LOVE GOD
(1-800-568-3463)

(เฉพาะในประเทศสหรัฐอเมริกาและแคนาดา)



เขียนถึง ECKANKAR, Dept. BK 170,
PO Box 2000, Chanhassen,
MN 55317-2000 USA

สำหรับการสั่งซื้อหนังสือเอ็คแคน์คาร์ออนไลน์
ท่านสามารถเข้าเยี่ยมชมได้ที่ ECKBooks.org

**หากท่านประสงค์ที่จะรับหลักสูตรการดำเนินชีวิต
ทางจิตวิญญาณ** พร้อมสิทธิประโยชน์อื่นๆสำหรับผู้ศึกษา
กรุณาเข้าเยี่ยมชมเว็บไซต์ Eckankar.org (เลือกที่เมนู
"ENGAGE" และ "Spiritual Living Courses")
หรือติดต่อเอ็คแคน์คาร์ได้ที่หมายเลขโทรศัพท์
1-952-380-2222 เพื่อลงทะเบียน นอกจากนี้
ท่านสามารถส่งจดหมายมายังที่อยู่ข้างต้น
โดยระบุผู้รับ: ฝ่ายบริการผู้ศึกษา

หากท่านสนใจเข้าร่วมกิจกรรมออนไลน์ หรือกิจกรรม
แบบพบกันโดยตรง กรุณาศึกษารายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่
เว็บไซต์ eckankarthailand.org หรือติดต่อทางเราได้ที่นี่
eckankarinthailand@gmail.com

ยกระดับ ปัญญาทางจิตวิญญาณ! *สมุดบันทึกประสบการณ์*



มีสิ่งหนึ่งที่สถิตอยู่ในดวงใจ
ของทุกคน นั่นคือการตระหนักรู้
อย่างลึกซึ้งว่า ชีวิตนี้ยังมีสิ่งล้ำค่า
อีกมากมาย ทั้งความรัก จุดมุ่งหมาย
ความปิติ และความสงบภายในจิตใจ
คำถามคือ ท่านจะเปิดประตูสู่การ

ตระหนักรู้ทางจิตวิญญาณที่สูงขึ้นได้อย่างไร?

สมุดบันทึกเล่มนี้ มีแนวทางปฏิบัติอันเรียบง่ายแต่ทรงพลัง
เพื่อช่วยให้ท่านค้นพบขุมทรัพย์ภายใน

ท่านปรารถนาที่จะเริ่มต้นประสบการณ์อันน่าอัศจรรย์ในความฝัน
หรือไม่? ฝึกฝนการเป็นผู้สร้างโลกแห่งตนหรือไม่? เรียนรู้การเยียวยา
จากมุมมองแห่งจิตวิญญาณหรือไม่? ทางเลือกเป็นของท่าน!

ขอเชิญท่านใช้เทคนิคเหล่านี้เพื่อขยายการตระหนักรู้
และค้นพบจุดมุ่งหมายอันศักดิ์สิทธิ์ในทุกช่วงขณะแห่งชีวิตของท่าน

ECKANKAR

The Path of Spiritual Freedom

