

హఝ్యా

భగవంతునికి ఒక ప్రేమ పాట

హఝ్యా పాడడం

మీ అవగాహనను విస్తరిస్తుంది
గాయపడిన హృదయాన్ని స్వస్థపరుస్తుంది
దైవికమైన ప్రేమను అనుభవించేందుకు మీకు తోడ్పడుతుంది
ప్రశాంతతను మరియు నెమ్మదిని తెస్తుంది

HearHU.org

హఝ్యా పాడడం ఒకరిని

భగవంతునికి దగ్గర చేస్తుంది.

కళ్ళు తెరచి లేదా మూసి, సేదతీరుటకు కొన్ని సార్లు దీర్ఘ శ్వాస తీసుకోండి. పిమ్మట, హఝ్యా - ఊ - ఊ - ఊ అను సుదీర్ఘమైన ధ్వనిలో హఝ్యా పాడడం ప్రారంభించండి. మరో శ్వాస తీసుకొని మరలా హఝ్యా పాడండి. ఇలా ఇరవై నిమిషాలపాటు కొనసాగించండి. ప్రేమ భావనతో హఝ్యా పాడండి, ఇది మీ హృదయాన్ని క్రమంగా భగవంతుని వైపుకు బహిరంగపరుస్తుంది.



“మీ రోజు కఠినంగా వున్నప్పుడు,
హఝ్యా పాడడం గుర్తుంచుకోండి. ఇది తిరిగి మిమ్మల్ని
పవిత్రమైన భగవత్ శక్తికి అనుగుణంగా వుంచుతుంది”

— హారాల్డ్ క్లెంప్ (Harold Klemp),
The Slow Burning Love of God, p. 25

హఝ్యా గురించి మరియు ఎకాంకర్ బోధనల గురించి
మరింత సమాచారం కొరకు, సంప్రదించగల జాలస్థలం,
దూరవాణి సంఖ్య మరియు విలాసము:

HearHU.org, call 1-800-LOVE GOD
(in USA, or 952-380-2200), or write ECKANKAR,
PO Box 2000, Chanhassen, MN 55317-2000 USA.

ప్రాంతీయ సమాచారం కొరకు:

www.Eckankar.in

Copyright © 2023 ECKANKAR. All rights reserved. TE230310