



Inima divizată

DAAJI

Mesaj cu ocazia celei de-a 153-a aniversări a nașterii lui

PUJYA SHRI LALAJI MAHARAJ

1, 2 și 3 februarie 2026, la Kanha Shanti Vanam





Inima divizată

Dragi prieteni,

Un bărbat în vârstă de cincizeci de ani stătea în fața mea. Era un om de succes din toate punctele de vedere, dar mâinile îi tremurau ușor când mi-a spus: „Știu ce vreau și știu ce ar trebui să fac. Și totuși, când vine momentul, mă trezesc făcând exact ceea ce mi-am promis că nu voi mai face niciodată. De fiecare dată când cad, pierd o parte din mine. Regretul este copleșitor, rușinea mă arde, și totuși, modelul se repetă.”

El nu se referea la violență, furt sau trădarea altuia. Se referea la ceva mai intim, mai persistent și, în felul său, mai devastator: războiul dintre dorință și aspirație care face ravagii în inima omului.

Această mărturisire se manifestă în multe forme: directorul de vârstă mijlocie care nu poate scăpa de tiparele compulsive; căutătorul spiritual care practică curățarea cu sânge, dar constată că aceleași tendințe revin; și familistul care știe că plăcerea trecătoare din punct de vedere intelectual este un schimb slab pentru o pace durabilă,

totuși se trezește luat de val atunci când apare ispita. Detaliile variază, dar structura rămâne constantă: o inimă divizată, o parte trăgând spre eliberare, alta spre robie.

Diviziunea interioară

Ce înseamnă când cineva spune: „O parte din mine vrea libertate, iar cealaltă vrea să-mi urmeze dorința”? Înseamnă că inima nu s-a hotărât încă, cel puțin nu cu toată puterea ei. Aspirația către libertate este sinceră, la fel și atracția dorinței. Ambele există simultan și, în absența unei mișcări interioare decisive, forța mai puternică câștigă în momentul confruntării.

Acesta este conflictul dintre Preya (*plăcerea imediată*) și Shreya (*binele durabil*), agreabilul și bunăstarea, un conflict care a fost evidențiat încă din timpurile vedice. Când mintea este scindată, strigătul interior nu are rezonanța necesară pentru a ajunge la Divinitate, deoarece jumătate din inimă încă se agață de țărni.

Mulți căutători se găsesc prinși aici. Ei practică meditația, efectuează seara procesul de curățire și urmează a zecea maximă, căindu-se la culcare pentru greșelile comise, cerând iertare, promițând să nu repete aceleași lucruri din nou și din nou. Și totuși, promisiunea continuă să fie încălcată. Fiecare promisiune încălcată are un preț, încrederea se erodează, voința slăbește și începe să se instaleze o disperare subtilă, un sentiment că poate libertatea este destinată altora, dar nu lor. Ce a mers prost?

Cei doi lupi

Există o veche învățătură, transmisă prin multe culturi, despre doi lupi care trăiesc în inima fiecărui om. Unul dintre ei reprezintă

natura noastră superioară, răbdarea, bunătatea, adevărul, disciplina și iubirea pentru ceea ce este etern. Celălalt reprezintă natura noastră inferioară, impulsivitatea, pofta, înșelăciunea, indulgența și atașamentul față de ceea ce este trecător.

Un tânăr îl întreabă pe bătrânul său: „Care lup câștigă?”

Bătrânul îi răspunde: „Cel pe care îl hrănești”.

Învățătura este simplă, dar aplicarea ei nu este. Căutătorul care se luptă cu dorința persistentă hrănește ambii lupi. În meditația de dimineață, lupul superior primește porția sa, iar în curățarea de seară, lupul superior este întărit. În momentele de claritate și hotărâre,



lupul superior crește.

Apoi vine un declanșator, iar lupul inferior, care a fost hrănit și el prin indulgență, fantezie și plăcerea secretă a anticipării, se ridică cu propria sa forță. Și în acel moment de confruntare, lupul care este mai puternic prevalează. Problema nu este că căutătorul are o natură inferioară, toată lumea are. Problema este că hrănirea a fost prea echilibrată, astfel încât ambii lupi au fost menținuți în viață și viguroși. Războiul continuă deoarece niciunei părți nu i s-a permis să slăbească în mod decisiv.

De ce doar procesul de curățare poate fi insuficient?

Practica Heartfulness a curățării este profundă. Seară de seară, căutătorul stă, vizualizează complexitățile și impuritățile zilei care se scurg prin partea din spate și primește lumina divină care pătrunde prin partea din față. Impresiile se ridică și sistemul se ușurează. Libertatea se apropie. Cu toate acestea, unii căutători raportează că, în ciuda anilor de curățare asiduă, anumite tendințe rămân încăpățănate. Dorințele lor revin, uneori cu o forță mai mare decât înainte, și astfel modelul persistă. De ce?

Acest lucru se datorează faptului că prin curățare se îndepărtează ceea ce inima este dispusă să elibereze. Când o tendință este prețuită în secret, când o parte a psihicului se agață de ea cu afecțiune ascunsă, curățarea întâmpină rezistență. Tehnica continuă să funcționeze la propriul nivel. Rădăcina mai profundă rămâne protejată de însăși identitatea pe care o servește.

Gândiți-vă ce se întâmplă când curățarea se face seara, după o zi

în care ați cedat din nou aceluiasi tipar. Minte se căiește, inima simte remușcări, se roagă pentru iertare și se face o promisiune. Întrebarea este: cât de sinceră este acea promisiune?

Rugăciunea fără convingere

Există o diferență uriașă între a dori să vrei ceva și a dori cu adevărat acel lucru. Un căutător care se luptă cu o dorință persistentă poate dori cu adevărat libertatea. În momentul regretului, dorința este intensă. În momentul rugăciunii, aspirația pare reală. În liniștea meditației, eliberarea pare aproape.

Apoi apare declanșatorul. Apare o situație, iar vechea cale se aprinde în sistemul nervos, ducând adesea la reacții îngropate adânc în subconștient.

Brusc, toată acea aspirație către ceva mai înalt se evaporă. Ce rămâne este atracția brută a dorinței, iar în acel moment, căutătorul descoperă cât de superficiale erau de fapt rădăcinile aspirației.

Nu este vorba de ipocrizie, ci de condiția umană. Problema nu este că mințim când spunem că ne dorim libertatea. Problema este că nu am cultivat încă o aspirație suficient de profundă pentru a supraviețui confruntării. Rugăciunea este reală, dar este făcută fără



Există o diferență uriașă între a dori să vrei ceva și a dori cu adevărat acel lucru. Un căutător care se luptă cu o dorință persistentă poate dori cu adevărat libertatea. În momentul regretului, dorința este intensă. În momentul rugăciunii, aspirația pare reală. În liniștea meditației, eliberarea pare aproape.

tragere de inimă.

Negustorul și călugărul

O poveste din tradiție ilustrează bine acest lucru. Un negustor a venit la un călugăr, tulburat de incapacitatea sa de a înceta să-și înșele clienții.

„Știu că este greșit”, a spus el. „În fiecare seară jur să fiu cinstit, dar în fiecare dimineață mă trezesc că mint din nou. Ce este în neregulă cu mine?”

Călugărul l-a întrebat: *„Când îți faci jurământul seara, vrei cu adevărat să fii cinstit?”* „Da, absolut”, a răspuns negustorul.

„Și când vine dimineața și un client stă în fața ta, mai vrei să fii cinstit?”

Negustorul a făcut o pauză și a răspuns: *„În acel moment, vreau mai mult să vând.”*

„Atunci jurământul tău de seară este făcut de un bărbat, iar alegerea ta de dimineață este făcută de altul. Până când nu vor deveni același bărbat, jurământul tău va continua să fie încălcat.”

Negustorul a întrebat cum să îi facă să fie același.

Călugărul a răspuns: *„Trebuie să descoperi ce îți dorești mai mult decât vânzarea. Când vei găsi, minciuna va înceta de la sine.”*

Eroziunea voinței

Există un principiu mecanic care acționează în cazul eșecurilor repetate. Fiecare prăbușire slăbește structura pentru următorul test. Un pod proiectat să suporte o anumită sarcină poate suporta o sarcină puțin mai grea o singură dată, dar dacă acest lucru se repetă, apar microfracturi. Podul poate părea încă solid, dar deteriorarea este internă. În cele din urmă, ceea ce părea o suprasarcină minoră provoacă o defecțiune catastrofală.

Voința funcționează în mod similar. De fiecare dată când este ignorată, de fiecare dată când decizia clară a minții superioare este dată la o parte de valul dorinței, ceva se fracturează. Fractura poate fi invizibilă în timp ce daunele se acumulează.

De aceea, căutătorul care a căzut de multe ori raportează adesea că se simte mai slab decât atunci când a început. Se aștepta ca practica să-l facă mai puternic, dar eșecurile repetate i-au erodat chiar capacitatea pe care încerca să o construiască. Soluția nu este să eviți testarea voinței; soluția este să încetezi să o pregătești pentru eșec.

Evaluarea sinceră

Transformarea începe cu o sinceritate nemiloasă cu privire la starea reală a inimii. Cei mai mulți dintre noi supraestimăm angajamentul nostru față de libertate și subestimăm atașamentul nostru față de tiparele noastre. Această evaluare greșită duce la promisiuni care nu pot fi respectate, erodând astfel încrederea descrisă mai sus.

Cum ar arăta o evaluare sinceră? Ar însemna să recunoaștem, fără rușine sau apărare, proporția exactă a dorinței din interiorul nostru.

Pe o scară de la unu la zece, cât de mult doriți de fapt eliberarea? Și, pe aceeași scară, cât de mult doriți plăcerea pe care v-o oferă tiparul vostru?

Pentru mulți, răspunsul sincer este umilitor. Aspirația către libertate poate fi evaluată cu un cinci sau șase, în timp ce atracția modelului poate fi evaluată cu un opt sau nouă. Având în vedere aceste proporții, rezultatul oricărei confruntări este previzibil. Totuși, acesta nu este un motiv de disperare, ci un motiv pentru a elabora o strategie. Dacă aspirația ta este mai slabă decât atracția dorinței, lucrează la aspirație. Nu continua să faci promisiuni pe care proporția actuală nu le poate susține. În schimb, concentrează-te pe schimbarea proporției în sine.

Ce sporește dorul?

Dorul pentru Divin nu crește prin forța voinței; el crește prin expunere și prin osmoza care rezultă din expunere.

Când petrecem timp în meditație, se întâmplă ceva dincolo de experiența noastră conștientă. Sistemul primește transmisia, iar inima absoarbe ceva din starea care se transmite. În timp, expunerea repetată creează o nouă bază, o nouă normalitate și un nou sens al ceea ce este posibil.

De aceea se pune accentul pe satsang (*adunare spirituală*), comuniunea cu adevărul. În prezența unui Maestru sau a unui instructor devotat, a cărui dorință a devenit totală, ceva se mișcă în inimile noastre. Se produce o rezonanță cu frecvența dorinței superioare, iar propria noastră frecvență începe să se schimbe.



Când petrecem timp în meditație, se întâmplă ceva dincolo de experiența noastră conștientă. Sistemul primește transmisia, iar inima absoarbe ceva din starea care se transmite. În timp, expunerea repetată creează o nouă bază, o nouă normalitate și un nou sens al ceea ce este posibil.

În mod similar, timpul petrecut citind cuvintele celor care au făcut călătoria, timpul petrecut contemplând ceea ce se află dincolo de tiparele și tendințele noastre, timpul petrecut în slujba altora, care ne distrage atenția de la sine, toate acestea hrănesc lupul superior, în timp ce lupul inferior primește mai puțină atenție.

Schimbarea se produce treptat, astfel încât într-o zi observăm cum confruntarea de dimineață cu o altă persoană pare diferită. Atracția reactivă poate fi încă prezentă, dar mai este și altceva, ceva ce nu era prezent înainte sau era prezent, dar mai slab. Proporția s-a schimbat.

Calitatea strigătului interior

Babuji Maharaj a remarcat odată că, dacă dorul pentru Dumnezeu ar fi la fel de puternic precum dorința pentru obiectele lumesti, realizarea ar fi instantanee.

Să analizăm ce înseamnă acest lucru. Când apare o dorință puternică, ea ne cuprinde întregul sistem. Gândurile, sentimentele, corpul și voința se aliniază toate în direcția împlinirii ei. Rezistența se prăbușește, deoarece nu există nimic de o forță comparabilă care să i se opună. Ce s-ar întâmpla dacă dorința de eliberare ar fi la fel de cuprinzătoare? Nu ar fi nevoie să lupte împotriva dorinței mai mici, deoarece pur și simplu ar subordona-o. Așa cum un râu

mare absoarbe un pârau mic, curentul mai mare ar transporta toate apele într-o singură direcție. De aceea rugăciunea fără convingere nu ne poate transforma. De aceea pocăința superficială se lovește de tiparele și tendințele mai profunde. Intensitatea este nepotrivită: dorința de libertate este ca o lumânare, în timp ce atracția unui obicei este un foc de tabără. Până când proporțiile nu se schimbă, rezultatul este predeterminat.

Coconul și fluturele

Există o poveste despre un om care a găsit într-o zi un cocon și a observat cum fluturele se chinuia să iasă din el. Deschiderea era foarte mică, iar fluturele a împins și s-a străduit ore în șir. Simțind compasiune, omul a luat o foarfecă și a tăiat coconul pentru a mări deschizătura. Fluturele a ieșit cu ușurință, dar corpul său era umflat și aripile îi erau zbârcite, astfel încât nu putea zbura.

Ceea ce omul nu a înțeles era că lupta prin deschizătura mică era modul în care natura forța fluidul din corpul fluturului să intre în aripile sale.

Așa-zisa dificultate care părea crudă era esențială pentru ca fluturele să-și dezvolte capacitatea de zbor. În mod similar, căutătorul care dorește ca Dumnezeu să înlăture lupta din călătorie ar putea cere să iasă din ea cu aripile ofilite.

Mulți căutători se roagă pentru eliberarea de tendințele lor. Ei îi cer lui Dumnezeu să le îndepărteze dorințele, să le întărească voința și să le ușureze calea, dar de multe ori pare că nu se întâmplă nimic.



LUPTA
(Creștere esențială)

Eforturile împing fluidul în aripi.
Permite zborul.

COCONUL ȘI FLUTURELE:
Scopul dificultăților



SCURTĂTURA
(Aripile ofilite)

Dificultate eliminată.
Capacitate împiedicată.

Dorința rămâne, voința rămâne slabă, iar calea rămâne dificilă. Acest lucru îi conduce pe unii căutători la îndoială și la pierderea credinței. Ei cred că Dumnezeu nu îi ascultă, că lui Dumnezeu nu îi pasă sau că Dumnezeu nu există... dar există și o altă posibilitate.

Ce se întâmplă dacă răspunsul lui Dumnezeu este să folosească dificultatea în sine pentru transformare? Ce se întâmplă dacă lupta este mijlocul prin care căutătorul dezvoltă chiar puterea necesară pentru eliberare? Luați în considerare alternativa. Dacă Dumnezeu ar elimina pur și simplu fiecare tendință problematică la cerere, căutătorul ar rămâne infantil din punct de vedere spiritual. Nu ar dezvolta niciodată musculatura interioară pe care o cere adevărata libertate. Ar fi eliberat fără a deveni liber. Lupta nu este o dovadă

a indiferenței divine; este programul de învățare.

Momentul pocăinței adevărate

Există o diferență între regret și pocăință. Regretul spune: *„Aș fi vrut să nu fi făcut asta. Mă simt rău pentru asta și sper să fac mai bine data viitoare”*. Pocăința spune: *„Văd ce am făcut, văd ce costuri are și văd că nu pot continua așa. Ceva în mine se schimbă, acum, în acest moment, într-o direcție diferită”*.

Regretul este emoțional și adesea asociat cu o povară din ce în ce mai grea a vinovăției și rușinii, în timp ce pocăința este existențială. Regretul vine și pleacă la nivel conștient și continuă să se manifeste în tiparele noastre subconștiente, în timp ce pocăința marchează o schimbare clară înainte și după, cerând acțiuni pentru a rupe tiparele.

A zecea maximă a lui Babuji Maharaj îndeamnă la pocăință, nu doar la regret. Starea de rugăciune descrisă de Babuji nu este una

REGRET VS. POCĂINȚĂ: ANATOMIA SCHIMBĂRII

REGRET

(Privirea înapoi)



Fixarea ego-ului. „Aș fi vrut să nu fi făcut asta.”
O spirală a rușinii. Buclă emoțională.

POCĂINȚA

(Pivotul existențial)



Sinceritate totală. „Nu pot continua așa. Ajută-mă.”
„Înainte și după”. Întoarcere înainte

de autocompătimire sau tristețe, ci una de sinceritate copilărească în fața Divinității, fără a ascunde nimic, fără a apăra nimic, prezentând pur și simplu starea reală a inimii și cerând ajutor¹.

Când pocăința este sinceră, ea nu face promisiuni pe care nu le poate ține. În schimb, ea spune: *„Asta sunt eu. Asta am făcut. Nu știu dacă pot să mă opresc, dar știu că vreau să mă opresc. Te rog, ajută-mă.”* Acest tip de rugăciune ajunge mai adânc decât tiparele și tendințele noastre. O astfel de sinceritate deschide calea pentru ca harul să acționeze acolo unde efortul a eșuat.

Ceea ce își doresc de fapt tiparele noastre comportamentale

Există un secret care schimbă instantaneu relația noastră cu dorințele: tiparele noastre nu doresc ceea ce par să dorească, ci indică de fapt ceva mai profund. Dorința de plăcere fizică este, la bază, o dorință de unire. Căutarea neliniștită a satisfacției momentane este, la bază, o căutare a împlinirii permanente. Atașamentul față de ceea ce trece este, la bază, o încercare de a păstra ceea ce este etern. Tiparele nu greșesc în ceea ce caută; greșesc în locul în care caută.

Când vom înțelege acest lucru, tiparele noastre comportamentale vor fi întâmpinate cu compasiune, mai degrabă decât cu ostilitate: *„Înțeleg ce încerci să găsești. Nu este aici, dar știu unde se află. Vino cu mine.”*

¹ Chandra, Ram., 2019. *Commentary on the Ten Maxims of Sabaj Marg*. Shri Ram Chandra Mission, India.

Acest răspuns este diferit de lupta împotriva unui tipar, de suprimarea sau negarea existenței sale. Lupta nu face decât să întărească ambele părți, iar negarea îl menține în subconștient, unde poate fi declanșat în continuare. Pe de altă parte, a face lumină dizolvă neînțelegerea de la rădăcină.

Schimbarea care transformă totul

La un moment dat în călătorie, ceva se schimbă. Nu este o schimbare dramatică și nu este însoțită de fanfare. Adesea, nu o observăm imediat, dar centrul nostru de greutate se schimbă. Anterior, inima era orientată spre plăcere, cu priviri ocazionale spre libertate. Acum, inima este orientată spre libertate, cu ocazionale încercări de a reveni la vechiul model. Încercările continuă, dar orientarea s-a schimbat.

Această schimbare nu poate fi forțată, dar ne putem pregăti pentru ea. O persoană care învață să navigheze cu barca se va răsturna în vânturi puternice și valuri înspumate; totuși, în cele din urmă, prin practică constantă, va deveni pricepută în navigarea în toate condițiile meteorologice. În mod similar, practica noastră, curățarea zilnică, meditația zilnică, autoevaluarea sinceră, consecințele acumulate ale căderilor și familiarizarea crescândă cu ceea ce se află dincolo de tiparele noastre ne pregătesc pentru călătoria care urmează. Apoi, schimbarea în sine se produce prin har, la momentul potrivit, când inima este pregătită.

Pentru cel care continuă să cadă

Dacă citești acest text și recunoști propria ta luptă, să știi că nu în zadar au fost căderile. Fiecare cădere a lăsat ceva în tine, iar fiecare recuperare a construit ceva. Faptul că simți greutatea acestui lucru sugerează că ceva în tine nu a renunțat.

Ceea ce este necesar acum nu este mai mult efort de același fel, ci o schimbare în calitatea dorinței. Iată câteva sugestii:

Nu mai face promisiuni pe care nu le poți ține. În schimb, fă o evaluare sinceră: cât de mult îți dorești de fapt libertatea? Măsoară-o în raport cu cât de mult ești atras de tiparele dorințelor tale. Fii precis, fii neclintit și conștientizează atracțiile relative.

Apoi întrebați-vă: „*Cum se pot schimba proporțiile?*” Acest lucru nu se va întâmpla prin voință sau efort moral, ci prin satisfacerea foamei mai mari și înfometarea celei mai mici. Acest lucru va rezulta din expunerea la transmisia care trezește dorința mai profundă și din compania celor a căror orientare vă amintește de propria posibilitate supremă.

Promisiunea care merită respectată

Există o promisiune care merită respectată, și anume promisiunea de a continua să încerci. Nu are rost să promiți că vei reuși de fiecare dată, deoarece acest lucru depășește garanția umană. A continua să încerci, a continua să te ridici, a continua să-ți îndrepti inima către ceea ce este mai înalt se află toate la îndemâna noastră.

Divinitatea nu măsoară progresul prin absența eșecului; Divinitatea măsoară progresul prin persistența aspirației. Căutătorul care cade de o mie de ori și se ridică de o mie și una a demonstrat ceva important; a refuzat să abandoneze calea. Acest refuz este în sine o victorie, iar persistența este în sine o transformare. În timp, ceea ce începe ca un efort încăpățânat și uneori mecanic se transformă într-o orientare naturală. Ceea ce era luptă devine flux, iar ceea ce era divizat devine întreg.

Inima divizată nu rămâne divizată pentru totdeauna. Într-o zi, fără fanfare, își găsește pur și simplu direcția.

Și când o face, se întreabă de ce s-a îndreptat vreodată în altă direcție.



Războiul interior este real. Calea prin el este aspirația sinceră. Rezultatul este deja scris în natura conștiinței înseși; ceea ce este adevărat persistă, iar ceea ce este fals se ofilește. Munca ta este să te aliniezi cu ceea ce este adevărat, iar și iar, până când alinierea devine permanentă.

Această aliniere se numește libertate. Și libertatea te cheamă acasă.

Om Shanti, Shanti, Shanti.

Cu iubire și respect,

Kamlesh

Aniversarea nașterii lui Pujya Shri Lalaji Maharaj, 2 februarie 2026

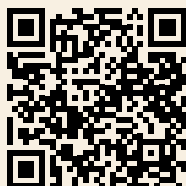


Mesaj cu ocazia celei de-a 153-a aniversări a nașterii lui Pujya Shri Lalaji Maharaj, 1, 2 și 3 februarie 2026, la Kanha Shanti Vanam



Masterclasses with Daaji

You can start Heartfulness meditation at any time! Join Daaji for a three-part masterclass series, where he shares the benefits of the Heartfulness way and explains how to add Heartfulness relaxation, meditation, cleaning and prayer to your daily routine. All masterclasses are free of charge.



<https://heartfulness.org/global/masterclass/>

Heartfulness Practices

Discover Heartfulness practices-learn to relax, meditate, clean and pray.



<https://heartfulness.org/in-en/heartfulness-practices/>

heartfulness

purity | weaves destiny

