



РОЗДІЛЕНЕ СЕРЦЕ

ДААДЖІ

Послання з нагоди
153-ї річниці народження
ПУДЖ'Я ШРІ ЛАЛАДЖІ МАХАРАДЖА

1, 2 та 3 лютого 2026 року
у Канха Шанті Ванам





Розділене серце

Дорогі друзі,

Переді мною сидів чоловік близько п'ятдесяти років. За всіма зовнішніми ознаками він був успішним, але руки його трохи тремтіли, коли він сказав: «Я знаю, чого хочу, і знаю, що повинен робити. І все ж, коли настає момент, я виявляю, що роблю саме те, чого обіцяв собі ніколи більше не робити. Кожного разу, коли я падаю, я втрачаю частину себе. Жаль розчавлює, сором спалює, і знову я піддаюся своїй звичці».

Він не говорив про насильство, крадіжку чи зраду. Він говорив про щось більш інтимне, більш стійке і, у свій спосіб, більш руйнівне — війну між бажанням і прагненням, що палає у серці людини.

Це визнання проявляється у багатьох формах: керівник середнього віку, який не може звільнитися від повторюваних шаблонів поведінки; духовний шукач, який ретельно практикує очищення, але знаходить, що ті ж тенденції повертаються; і сім'янин, який знає, що миттєве задоволення розумом є поганою ціною за тривалий спокій, але все ж піддається спокусі, коли вона виникає. Деталі різняться, але структура залишається сталою: розділене серце, одна частина тягне до визволення, інша — до залежності.

Внутрішнє розділення

Що означає, коли хтось каже: «Частина мене хоче свободи, а інша хоче слідувати своїм бажанням»? Це означає, що серце ще не вирішило, принаймні воно не обрало повною мірою. Прагнення до свободи є щирим, так само як і потяг, створений бажанням. Обидва існують одночасно, і за відсутності вирішального внутрішнього руху сильніша сила перемагає в момент протистояння.

Це конфлікт між Прея та Шрея, приємним і добрим — конфлікт, який був підкреслений ще з ведичних часів. Коли розум розділений, внутрішній плач не має необхідного резонансу, щоб досягти Божественного, бо половина серця все ще тримається за берег.

Багато шукачів опиняються тут у пастці. Вони практикують медитацію, виконують вечірнє очищення та дотримуються десятої максими, каючись перед сном за неблагочинні дії, просячи прощення, обіцяючи не повторювати одне й те саме знову і знову. І все ж, обіцянка постійно порушується. Кожна порушена обіцянка накладає свій відбиток — впевненість руйнується, сила волі слабне, і їх починає огортати ледь помітний розпач, відчуття, що, можливо, свобода призначена для інших, але не для них.

Що пішло не так?

Два вовки

Існує стародавня мудрість, передане багатьма культурами, про двох вовків, що живуть у серці кожної людини. Один вовк уособлює нашу

вищу природу — терпіння, доброту, істину, дисципліну та любов до вічного. Інший вовк уособлює нашу нижчу природу — імпульсивність, жадобу, обман, потурання і прив'язаність до минулого.

Молодий чоловік запитує старшого: «Який вовк перемагає?»

Старший відповідає: «Той, якого ти годуєш».

Вчення просте, але його застосування — ні. Шукач, який бореться з наполегливим бажанням, годує обох вовків. Під час ранкової медитації вищий вовк отримує свою частку, а ввечері, під час очищення, він також зміцнюється. У моменти ясності та рішучості вищий вовк зростає.



Потім з'являється тригер, і нижчий вовк, який також був нагодований через потування, фантазії та таємне задоволення від очікування, піднімається зі своєю силою. І в момент протистояння перемагає той вовк, який сильніший. Проблема не в тому, що шукач має нижчу природу — її має кожен.

Проблема полягає в тому, що він рівною мірою годував обох вовків, тому обидва вовки залишилися живими та сильними. Війна триває, бо жодній зі сторін не дали можливості остаточно ослабнути.

Чому одного очищення може бути недостатньо

Практика очищення Heartfulness є глибокою. Вечір за вечором шукач сідає, уявляє, як складнощі та забруднення дня витікають ззаду, і отримує божественне світло спереду. Враження піднімаються, система полегшується. Свобода наближається. Однак деякі шукачі повідомляють, що незважаючи на роки сумлінного очищення, певні тенденції залишаються вперто вкоріненими. Їхні бажання повертаються, іноді з більшою силою, і патерн зберігається. Чому?

Тому що очищення видаляє те, що серце готове відпустити. Коли схильність таємно цінується, коли якась частина психіки тримається за неї з прихованою прихильністю, очищення зустрічає опір. Техніка продовжує працювати на своєму рівні. Глибше коріння захищене тією ідентичністю, яку воно обслуговує.

Уявіть, що відбувається, коли очищення проводиться ввечері після дня, коли знову піддалися тому ж патерну. Розум кається, серце відчуває жаль, промовляється молитва про прощення і дається обіцянка. Питання: наскільки широю є ця обіцянка?

Неповна молитва

Існує величезна різниця між «хочу хотіти щось» і «справді хотіти це». Шукач, який бореться з наполегливим бажанням, може щиро хотіти свободи. У момент каяття бажання інтенсивне. У момент молитви прагнення здається реальним. У тиші медитації звільнення здається близьким.

Потім з'являється тригер. Виникає ситуація, і стара доріжка активується в нервовій системі, часто викликаючи реакції, що закопані глибоко в підсвідомості. Раптом усе це прагнення до чогось вищого випаровується. Залишається лише сирий потяг бажання, і в той момент шукач виявляє, наскільки неглибокими насправді були коріння прагнень.

Це не лицемірство, це людський стан. Проблема не в тому, що ми брешемо, коли говоримо про бажання свободи. Проблема полягає в тому, що ми ще не виробили в собі достатньо глибокого прагнення, щоб витримати цю конфронтацію. Молитва справжня, але водночас неповна.

Торговець і монах

Історія з традиції добре ілюструє це. Торговець прийшов до монаха,



Існує величезна різниця між «хочу хотіти щось» і «справді хотіти це». Шукач, який бореться з наполегливим бажанням, може щиро хотіти свободи. У момент каяття бажання інтенсивне. У момент молитви прагнення здається реальним. У тиші медитації звільнення здається близьким.

турбуючись через свою нездатність перестати обманювати клієнтів.

— Я знаю, що це неправильно, — сказав він. — Щоночі я клянуся бути чесним, а щоранку знову брешу. Що зі мною не так?

Монах запитав:

— Коли ти даєш вечірню обіцянку, ти справді хочеш бути чесним?

— Так, абсолютно, — відповів торговець.

— А коли настане ранок і перед тобою стоїть клієнт, чи все ще хочеш бути чесним?

Торговець замислився і відповів:

— У той момент я більше хочу продати товар.

— Тоді твоя вечірня обіцянка робиться однією людиною, а ранковий вибір — іншою. Поки вони не стануть однією особою, твоя клятва буде продовжувати порушуватися.

Торговець запитав, як зробити їх одним цілим.

Монах відповів:

— Ти повинен знайти те, чого хочеш більше за продаж. Коли знайдеш, брехня припиниться сама собою.

Ерозія волі

У повторюваних поразках діє механічний принцип. З кожним падінням структура стає слабшою для наступної перевірки. Міст, розрахований на певне навантаження, може одноразово витримати трохи більше, але якщо це відбувається повторно, з'являються мікротріщини. Міст може виглядати міцним, але пошкодження накопичується всередині. Зрештою, те, що здавалося незначним перевантаженням, спричиняє катастрофічну поломку.

Сила волі працює аналогічно. Кожного разу, коли її ігнорують, кожного разу, коли чітке рішення вищого розуму відкидається хвилиною бажання, щось руйнується. Руйнування може бути невидимим, поки пошкодження накопичується.

Саме тому шукач, який часто зазнавав падінь, часто відчуває себе слабшим, ніж на початку. Він очікував, що практика зробить його сильнішим, але повторювані поразки підірвали ту здатність, яку він намагався зміцнити. Рішення не в тому, щоб уникати перевірки волі; рішення в тому, щоб припинити ставити її на шлях поразки.

Чесна оцінка

Трансформація починається з безжальної чесності щодо реального стану серця. Більшість із нас переоцінює нашу відданість свободі і недооцінює нашу прив'язаність до власних шаблонів. Ця неправильна оцінка призводить до обіцянок, які не можна виконати, що, у свою чергу, призводять до ерозії, описаної вище.

Як виглядала б чесна оцінка? Це означало б визнати, без сорому чи захисту, точну пропорцію бажання всередині. На шкалі від одного до десяти, наскільки ви насправді прагнете звільнення? І за тією ж шкалою, наскільки ви прагнете задоволення, яке надає ваш шаблон?

Для багатьох чесна відповідь є дуже неприємною. Прагнення до свободи може оцінюватися як п'ять або шість, тоді як вплив шаблону може оцінюватися як вісім або дев'ять. Враховуючи ці пропорції, результат будь-якої конфронтації передбачуваний. Проте це не причина для відчаю; це причина для стратегії. Якщо ваше

прагнення слабше за потяг бажання, працюйте над прагненням. Не продовжуйте давати обіцянок, які не можна виконати за нинішніх умов. Замість цього зосередьтеся на зміні самої пропорції.

Що збільшує прагнення?

Прагнення до Божественного не зростає через силу волі; воно зростає внаслідок взаємодії та того осмосу, що виникає внаслідок цього.

Коли ми проводимо час у медитації, відбувається щось, що виходить за межі нашого свідомого досвіду. Система отримує передачу, і серце вбирає щось із стану, що передається. З часом повторювана взаємодія створює нову базову лінію, нову норму і нове відчуття того, що є можливим.

Ось чому наголошується, що сатсанг – це спілкування з істиною. У присутності Майстра або відданого наставника, чие прагнення стало повним, щось пробуджується в наших серцях. Виникає резонанс із частотою вищого бажання, і наша власна частота починає змінюватися.

Подібним чином, час, проведений за читанням слів тих, хто пройшов цей шлях, час, проведений у роздумах про те, що лежить за межами наших шаблонів і тенденцій, час, проведений у служінні, яке відволікає увагу від себе, усе це підготовує вищого вовка, тоді як нижчий вовк отримує менше уваги.

Зсув відбувається поступово, так що одного дня ми помічаємо, що ранкова конфронтація з іншими відчувається інакше. Реактивний



Коли ми проводимо час у медитації, відбувається щось, що виходить за межі нашого свідомого досвіду. Система отримує передачу, і серце вбирає щось із стану, що передається. З часом повторювана взаємодія створює нову базову лінію, нову норму і нове відчуття того, що є можливим.

потяг може все ще бути, але щось інше також присутнє — щось, чого раніше не було, або що було присутнє, але слабше. Пропорція змінилася.

Якість внутрішнього плачу

Бабуджі Махарадж одного разу зауважив, що якби прагнення до Бога було таким же сильним, як прагнення до мирських речей, реалізація відбулася б миттєво.

Розглянемо, що це означає. Коли виникає потужне бажання, воно охоплює всю нашу систему. Думки, почуття, тіло і воля — все спрямоване на його досягнення. Опір зникає, тому що немає нічого, що могло б протистояти йому з такою ж силою. Що б сталося, якби бажання звільнення було настільки ж всепоглинаючим? Йому не довелося б боротися з меншим бажанням, оскільки воно просто поглинуло б його. Так само, як велика річка поглинає малий струмок, більший потік поніс би всі води в одному напрямку.

Ось чому половинчата молитва не може нас трансформувати. Ось чому поверхнєве каяття відскакує від глибших шаблонів і тенденцій. Інтенсивність не збігається: прагнення до свободи — це свічка, тоді як потяг звички — це багаття. Поки пропорції не змінилися, результат передбачуваний.

Кокон і метелик

Існує історія про чоловіка, який одного дня натрапив на кокон і спостерігав, як метелик насилу намагається з нього вибратись. Прохід був маленьким, і метелик тиснув і напружувався годинами. Відчуваючи співчуття, чоловік взяв ножиці і обрізав кокон, щоб зробити отвір більшим. Метелик легко виліз, але його тіло було набрякле, а крила зморщені, так що він ніколи не зміг літати.

Чоловік не розумів, що зусилля, докладені для проходження через маленький отвір, були природним способом витіснення рідини з тіла метелика в його крила. Так звана складність, яка здавалася жорстокою, була необхідною для розвитку метеликом здатності до польоту. Подібно до цього, шукач, який хоче, щоб Бог прибрав боротьбу з його шляху, може просити вийти зі зморщеними крилами.

Багато шукачів моляться про звільнення від своїх тенденцій. Вони просять Бога позбавити їх бажань, зміцнити їхню волю та полегшити шлях, але часто здається, що нічого не відбувається. Бажання залишається, воля залишається слабкою, і шлях продовжує бути складним. Це призводить деяких шукачів до сумнівів і втрати віри. Вони думають, що Бог не чує, Богу байдуже або Бога не існує... але є інша можливість.

А що як відповідь Бога полягає в тому, щоб використовувати самі труднощі для трансформації? А що як боротьба є засобом, за допомогою якого шукач розвиває ту саму силу, яка потрібна для звільнення? Подумайте про альтернативу. Якби Бог просто усував кожну проблемну схильність на прохання, шукач залишався б духовно немовлям. Він ніколи не розвинув би внутрішню мускулатуру,



БОРОТЬБА
(необхідність страждань)

КОКОН І МЕТЕЛИК **Призначення труднощів**

*Зусилля проштовхнуло рідину
у крила, що забезпечило політ*

СКОРОЧЕНИЙ ШЛЯХ
(Зморщені крила)



*Труднощі усунуті.
Можливості не реалізовані.*

яку вимагає справжня свобода. Його б звільнили без того, щоб він став вільним. Боротьба не є доказом божественної байдужості, це навчальна програма.

Момент істинного каяття

Існує різниця між жалем і покаяттям. Жаль говорить: «Я шкодую, що зробив це. Мені прикро, і я сподіваюся, що наступного разу вчиню краще». Покаяття говорить: «Я бачу, що я робив, я бачу, яка ціна цього, і я бачу, що не можу продовжувати так далі. Щось в мені змінюється, зараз, в цю мить, в іншому напрямку».

Жаль є емоційним і часто асоціюється з дедалі важчим тягарем провини та сорому, тоді як покаяття є екзистенційним. Жаль з'являється і зникає на свідомому рівні, продовжуючи впливати на

наші підсвідомі шаблони, тоді як покаяння позначає чітку межу «до» і «після», вимагаючи дій для руйнування цих шаблонів.

Десята максима Бабуджі Махараджа закликає до покаяння, а не просто до жалю. Покірний настрій, описаний Бабуджі, це не настрій саможалю чи смутку, а настрій дитячої чесності перед Божественним, що нічого не приховує, нічого не захищає, а просто показує справжній стан серця і просить про допомогу.

Коли покаяння є щирим, воно не дає обіцянок, яких не може виконати. Натомість воно каже: «Ось хто я є. Ось що я робив. Я не знаю, чи зможу зупинитися, але я знаю, що хочу зупинитися. Будь ласка, допоможи мені». Такий вид молитви сягає глибше, ніж наші звички та схильності. Така чесність відкриває шлях для благодаті там, де зусилля зазнали невдачі.

ЖАЛЬ ТА КАЯТТЯ: анатомія повороту

ЖАЛЬ
(погляд у минуле)



Фіксація еґо. «Мені шкода, що я так вчинив.»
Спіраль сорому. Емоційне коло.

ПОКАЯННЯ
(екзистенційний поворот)



Повна чесність. «Я більше не можу продовжувати так. Допоможи мені.»
«До і після». Поворот вперед.

Чого насправді прагнуть наші патерни

Є таємниця, яка миттєво змінює стосунки із бажаннями: наші патерни не хочуть того, що здається, що вони хочуть, а насправді вказують на щось глибше. Потяг до фізичного задоволення в своїй основі є потягом до єдності. Невгамовне прагнення миттєвого задоволення в основі своєї суті є прагненням до постійного насичення. Прив'язаність до того, що минає, в основі своєї суті є спробою втримати те, що вічне. Патерни не помиляються у тому, чого прагнуть; вони помиляються в тому, де шукають це.

Коли це стає зрозумілим, наші патерни зустрічаються з співчуттям, а не війною: «Я бачу, що ти намагаєшся знайти. Тут цього немає, але я знаю, де це є. Йди зі мною».

Ця відповідь відрізняється від боротьби з патерном або придушення чи заперечення його існування. Боротьба лише зміцнює обидві сторони, а заперечення дозволяє патерну залишатися у підсвідомості, де його все ще можна активувати. З іншого боку, коли ми проливаємо світло - ми розчиняємо непорозуміння в самому корені.

Поворот, що змінює все

На певному етапі подорожі відбувається зсув. Це не драматичний зсув і немає урочистостей. Часто ми не помічаємо його відразу, але наш центр тяжіння змінюється. Раніше серце було орієнтоване на задоволення, кидаючи випадкові погляди на свободу. Зараз серце налаштоване на свободу, хоча іноді все ще відчувається тяжіння

¹ Рам Чандра, 2019. *Коментарі до Десяти Максим Сахадж Марг*. Місія Шрі Рам Чандри. Індія

старих звичок. Це тяжіння продовжується, але орієнтація змінилася.

Таку зміну не можна викликати силою, але ми можемо до неї підготуватися. Людина, яка вчиться керувати човном, перевернеться під час сильного вітру та бурхливих хвиль; проте з часом, через послідовну практику, вона стане вправною у керуванні за будь-якої погоди. Подібно до цього, наша практика — щоденне очищення, щоденна медитація, чесна самооцінка, накопичені наслідки падінь та зростаюче знайомство з тим, що лежить за межами наших звичок — готує нас до подальшої подорожі. Тоді сам зсув відбувається завдяки благодаті, у свій час, коли серце готове.

Для того, хто продовжує падати

Якщо ви читаєте це і впізнаєте свою власну боротьбу, знайте: падіння не було марним. Кожен крах залишив у вас щось, кожен взлет щось побудував. Сам факт того, що ви відчуваєте цю вагу, свідчить про те, що щось у вас всередині не здалося.

Зараз потрібно не продовжувати ті ж самі зусилля, а змінити якість бажання. Ось деякі поради:

Припиніть давати обіцянки, які не можете виконати. Замість цього зробіть чесну оцінку: наскільки ви насправді прагнете свободи? Оцініть це, зважаючи на те, наскільки вас тягне ваша модель бажань. Будьте точні, будьте непохитні і усвідомлюйте тягу відносних бажань.

Потім запитайте себе: «Як можна змінити пропорції?» Це не

відбудеться завдяки силі волі чи моральним зусиллям; це відбудеться завдяки тому, що ви будете втамовувати більший голод, а менший голод будете залишати голодним. Це стане результатом того, що ви будете відкриті для передачі, яка пробуджує глибше прагнення, і будете перебувати в компанії тих, чия спрямованість нагадує вам про ваші найвищі можливості.

Обіцянка, якої варто дотримуватись

ТЄ одна обіцянка, яку варто тримати — обіцянка не припиняти своїх спроб. Не має сенсу обіцяти завжди досягати успіху, адже це поза межами людських можливостей. Продовжувати намагатися, продовжувати підніматися, продовжувати повертати серце до найвищого — усе це в межах наших можливостей.

Божественне не вимірює прогрес відсутністю невдач; Божественне вимірює прогрес наполегливістю прагнення. Шукач, який падає тисячу разів і піднімається тисячу один раз, демонструє те, що має значення — він відмовився залишити шлях. Ця відмова сама по собі є перемогою, а наполегливість сама по собі є трансформацією. З часом те, що починалося як вперте і іноді механічне зусилля, дозріває у природну спрямованість. Те, що було боротьбою, стає потоком, а те, що було розділене, стає цілим.

Розділене серце не залишається розділеним назавжди.

Одного дня, без зайвого галасу, воно просто знаходить свій напрямок.

І коли це відбувається, воно дивується, чому колись йшло іншим шляхом.



Війна всередині реальна. Шлях через неї — чесне прагнення. Результат вже записаний у самій природі свідомості — те, що є істинним, залишається, а те, що є хибним, зникає. Ваше завдання — знову і знову узгоджуватися з істиною, доки це узгодження не стане постійним.

Це узгодження називається свободою.

І свобода кличе вас додому.

Ом Шанті, Шанті, Шанті.

З любов'ю та повагою,

Камлеш

День народження Пудж'я Шрі Лаладжі Махараджа, 2 лютого 2026 року



*Послання з нагоди 153-ї річниці народження Пудж'я Шрі Лаладжі Махараджа
1, 2 та 3 лютого 2026 року
у Канха Шанті Ванам*



Майстер-класи з Дааджі

Ви можете почати практикувати медитацію Heartfulness у будь-який час! Приєднуйтеся до Дааджі у серії трьох майстер-класів, де він ділиться перевагами методу Heartfulness і пояснює, як додати релаксацію, медитацію, очищення та єднання із своїм Вищим 'Я' до вашої щоденної рутини. Усі майстер-класи є безкоштовними.



<https://heartfulness.org/ua>
Heartfulness Українською

https://hfn.li/ukr_mc1

1-й Майстер-Клас: "Релаксація та Медитація"



https://hfn.li/ukr_mc2

2-й Майстер-Клас: "Практика Очищення"

https://hfn.li/ukr_mc3

3-й Майстер-Клас: "Молитва"



heartfulness

purity | weaves destiny

