

# Nebo je granica

Kako poniznost probija plafon koji ego gradi



**DAAJI**

Poruka povodom Zlatnog jubileja

**YOGASHRAM SHAHJAHANPUR**

Grupa 3: 20-22. februar 2026



# Nebo je granica

## Kako poniznost probija plafon koji ego gradi

Dragi prijatelji,

Vratimo se poukama iz prve tri poruke ove Basant Bhandar-e:

- U *Podeljenom srcu* susreli smo tragaoca rastrzanog između želje i težnje, pitajući se koja će prevladati.
- U *Buđenju svrhe* susreli smo tragaoca čija je energija bila očuvana, ali je svrha nestala – plamen bez pravca.
- U *Izgradnji snažnog temelja* susreli smo tragaoca koji je redovno praktikovao i osetio unutrašnju promenu, ali nije mogao da veruje transformaciji koja se odvijala u njegovom sopstvenom srcu.

Sada susrećemo četvrtog tragaoca. Ovaj četvrti tragalac je odmakao nešto dalje na unutrašnjem putovanju. Izabrao je ispravno, pokreće ga svrha i ima snažno poverenje u put. Ipak, zaustavio je rast – ne zato što su mu kapaciteti iscrpljeni, već zato što su ga upravo dostignuća dovela do tamo i tiho postala njegov kavez.

Kao analogiju, zamislite drvo koje je izraslo visoko i dotaklo plafon staklenika. Ono se suočava sa neobičnim problemom: njegovi koreni su zdravi, listovi zeleni, po svim vidljivim merilima ono napreduje

a ipak je prestalo da raste. Ne zato što mu nedostaje sposobnost rasta, već zato što je naišlo na granicu kroz koju ne može da vidi.

Staklenik je ego, a plafon je priča koju ego priča sam sebi. Drvo ga zamenjuje za nebo pritiskajući plafon staklenika i veruje da je dostiglo svoju punu visinu.

## Ego: Varljivo suptilna prepreka

Ego je najsuptilnija prepreka na duhovnom putu jer se prurušava u sam put. Tragalac koji je najranjiviji na spletke ega jeste onaj koji je sakupio mnoge godine prakse, čitao tekstove, stekao poštovanje zajednice i ume tečno da govori o predaji i poniznosti. Sama po sebi, ta dostignuća nisu lažna, ali opasnost leži u tome što njihovo nagomilavanje postaje identitet. A identitet, ma koliko duhovno bio obučen, i dalje je ego.

U *Podeljenom srcu* govorili smo o dva vuka u srcu, jednom višem i jednom nižem. Želja je niži vuk i lako ju je prepoznati jer je njena glad očigledna. Ego je, međutim, lukaviji. On može obući krzno višeg vuka – što znači da se može prurušiti u nešto „plemenito“.



*Ego je najsuptilnija prepreka na duhovnom putu jer se prurušava u sam put. Tragalac koji je najranjiviji na spletke ega jeste onaj koji je sakupio mnoge godine prakse, čitao tekstove, stekao poštovanje zajednice i ume tečno da govori o predaji i poniznosti. Sama po sebi, ta dostignuća nisu lažna, ali opasnost leži u tome što njihovo nagomilavanje postaje identitet. A identitet, ma koliko duhovno bio obučen, i dalje je ego.*

Upravo to ga čini opasnim: skriva se unutar onoga što izgleda kao vrlina. Može se čak pojaviti kao posvećenost ili duhovni žar.

Chariji je jednom izneo zapažanje koje bi trebalo da zabrine svakog iskrenog praktikanta. Rekao je da je polje duhovnosti toliko meko i podatno da postaje plodno tlo za ispoljavanje ponosa i ukorenjivanje manipulacije. Pažljivo razmotrite šta to znači.

U materijalnom svetu ego se stalno dovodi u pitanje: tržište vas koriguje, konkurencija vas ponizuje, neuspeh vas uči. U duhovnom svetu ti spoljašnji korektivi uglavnom izostaju, možete izgraditi carstvo samovažnosti i nazvati ga posvećenošću. Možete sakupiti decenije prakse i pomešati to nagomilavanje sa ciljem. Niko vam ne daje kvartalni izveštaj o vašem unutrašnjem stanju da biste se suočili sa sopstvenim odrazom. Upravo ta blagost puta čini zamku tako delotvornom.

## Paradoks duhovnog nagomilavanja

Rast zahteva dve stvari: spremnost da primimo i prostor u kome to možemo da primimo. Šolja koja je već puna ne može se dodatno napuniti. To je precizan opis onoga što se dešava u svesti kada ego zauzme prostor u kome bi rast trebalo da se dogodi.

*Samskare* duhovnog ponosa među najtežima su za uklanjanje jer se osećaju kao vrline. Mogu zvučati ovako:

„Praktikujem već dvadeset godina.“

„Duboko razumem ova učenja.“

„Mnogo sam žrtvovao za ovaj put.“

Svaka od ovih izjava može biti činjenično tačna, ali kada se kristališe u identitet, postaje zid.

Drevne tradicije to nazivaju *abhimana* – suptilni ponos koji prodire čak i u najiskreniju praksu. Ne objavljuje se otvorenom arogancijom. Šapuće kroz poređenje: „Dalje sam od njih.“ Skriva se u lažnoj poniznosti: „Ja sam ništa“, izgovoreno sa potajnim zadovoljstvom što se vidi kao ponizan. Čak se prerušava u posvećenost: „Moja veza sa Učiteljem je posebna“, kao da beskonačno može imati miljenike.

U *Izgradnji snažnog temelja* opisali smo sumnju kao „strah obučen u mantil naučnika koji se pretvara da je objektivnost“. Sumnja kaže: „Ono što sam našao nije stvarno“ ili „Da li uopšte vredi?“

*Abhimana* to odražava na drugačiji način – kao „ego umotan u duhovni jezik koji se pretvara da je predaja“. Ego kaže: „Ono što sam našao...“ „...je moje“, dok potajno šapuće: „Ja sam ništa.“

Oboje sprečavaju sledeći korak: sumnja vas sprečava da vidite ono što već imate, dok ego ne ostavlja prostor da rast uopšte može da se dogodi.

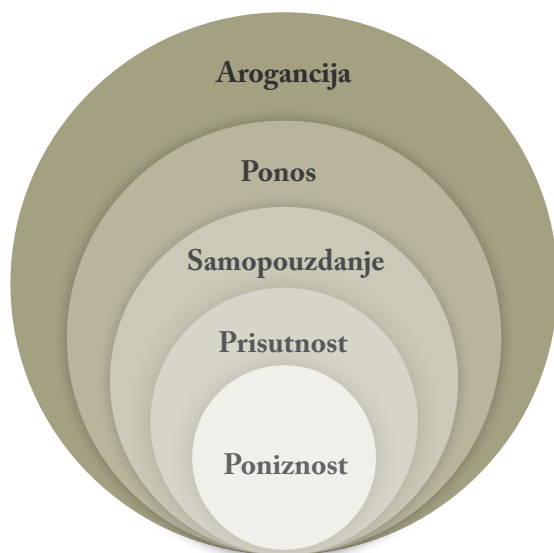


Rast zahteva dve stvari: spremnost da primimo i prostor u kome to možemo da primimo. Šolja koja je već puna ne može se dodatno napuniti. To je precizan opis onoga što se dešava u svesti kada ego zauzme prostor u kome bi rast trebalo da se dogodi.

## Ego koji služi naspram ega koji guši

Evo nečega važnog: ego nije neprijatelj. U knjizi *Spiritual Anatomy* posmatrali smo ego kao spektar sa pet izraza: arogancija, ponos, samopouzdanje, prisutnost i poniznost. Arogancija je najgrublji izraz — ego toliko naduvan da iskrivljuje svaki odnos i svaku percepciju. Na drugom kraju spektra stoji poniznost, koja nije odsustvo ega već njegov najuzvišeniji izraz — stanje potpunog poverenja u nešto daleko veće od sopstvenog ja.

Ego je kao mišić: mora biti dovoljno snažan da funkcioniše, dovoljno fleksibilan da popusti, a i dovoljno mudar da zna kada da istupi napred, a kada da se povuče. Na primer, čoveku koji drži govor potrebna je određena mera ega da bi govorio ubedljivo, sa sigurnošću. Ista osoba, kada sedne u meditaciju, treba da dozvoli egu da se



Ego spektar: od arogancije do poniznosti



Arogancija je najgrublji izraz – ego toliko naduvan da iskrivljuje svaki odnos i svaku percepciju. Na drugom kraju spektra stoji poniznost, koja nije odsustvo ega već njegov najuzvišeniji izraz – stanje potpunog poverenja u nešto daleko veće od sopstvenog ja.

povuče gotovo do ništa, kako bi *pranahuti* mogla da nađe otvoren prostor. Dakle, problem nikada nije ego sam po sebi, već kruti ego koji se „zaleedio“ na jednom podešavanju i odbija da se pomeri.

U *Buđenju svrbe* rekli smo da lenjost nije nedostatak energije, već energija bez cilja. U istom duhu, ego — u svom zaleđenom obliku — jeste energija sa ciljem, ali sa pogrešnim ciljem. Plamen lenjog čoveka spava, dok kod čoveka vezanog za ego plamen gori — ali greje staklenik umesto da se uzdiže ka otvorenom nebu. Ova analogija pokazuje da se tragaočeva duhovna energija, iskrenost i plodovi nagomilane prakse preusmeravaju na održavanje, odbranu i poliranje slike o sebi, umesto na rast iznad te slike.

U *Podeljenom srcu* opisali smo kako ponavljani padovi stvaraju mikro-pukotine u volji, nevidljivu štetu koja se gomila sve dok najmanje opterećenje ne izazove katastrofalan slom. To znači: svaki put kada ne upotrebiš svoju volju, ona slabi, i na kraju se urušava.

Ego deluje obrnuto - kada se ponavljani duhovni uspesi prisvoje kao lično postignuće, stvaraju mikro-naduvavanja. Svako takvo mikro-naduvavanje je nevidljivo i doživljava se kao napredak, ali njihov zbirni efekat je krutost koja na kraju sprečava upravo onaj rast koji je praksa bila namenjena da proizvede.

## Šta hrani rast

Ako je ego plafon, poniznost je otvoreno nebo.

Poniznost se često pogrešno razume; ona nije ni samoponižavanje, niti predstava „umanjivanja sebe“. Ona je zapravo tačna percepcija sopstvenog mesta u ogromnom poretku postojanja. Himalajski vrh je ponizan ne zato što se saginje, već zato što zna da je deo planinskog venca koji se proteže daleko izvan onoga što bilo koji pojedinačni vrh može da vidi.

Istinska poniznost je ono što ostane kada se rastopi potreba da budemo posebni. Duboko razmisli o ovome. Mnogi pretpostavljaju da će nešto vredno biti izgubljeno ako potreba da budemo posebni oslabi. Ego se plaši da će se smanjiti, postati nevidljiv, i izgubiti snagu i sliku o sebi. To je najveće nerazumevanje.

Kada se potreba da budemo posebni rastvori, ono što ostaje jeste prisutnost bez performansa, snaga bez samopokazivanja i samopouzdanje bez poređenja. Niste ni na koji način umanjeni ili oslabljeni; naprotiv, oslobođeni ste tereta održavanja slike o sebi. I



*Humility is widely misunderstood; it is neither self-deprecation nor a performance of smallness. It is, in fact, the accurate perception of one's place in the vast order of existence. The Himalayan peak is humble not because it stoops but because it knows it is part of a range that extends beyond what any single peak can see.*

dalje imate svoje jedinstvene veštine, snage i ideje, ali vaš identitet i sopstvena vrednost nisu ograničeni njima.

Ista energija koja je bila korišćena za održavanje, odbranu i projektovanje slike o sebi sada postaje dostupna za rast. Dakle, poniznost vas ne umanjuje. Ona vas oslobađa.

U praksi Heartfulness-a, *pranahuti* najmoćnije deluje u srcu koje je napravilo prostor za nju. Transmisija ne probija silom. Ona ispunjava ono što je prazno i stoji na pragu onoga što je puno. Zato se najveće transformacije često dešavaju ne kod iskusnog praktikanta, već kod sirovog početnika koji sedi bez očekivanja, bez okvira, bez duhovnog „rezimea“. Oni nemaju šta da brane. Šolja je prazna. Milost je ispunjava bez otpora.

Razmislite o tome ovako – u *Buđenju svrhe* istraživali smo paradoks sladoleda: dečaku nije potrebna snaga volje da poželi sladoled. Kada postoji istinsko interesovanje, energija prirodno teče. Isti princip važi i ovde. Poniznost ne zahteva napor kada postoji istinsko strahopoštovanje.

Osoba koja je zaista sagledala prostranstvo ne mora da vežba poniznost. Ona dolazi prirodno, uz istrajnu praksu i otvorenost. Na dubljem nivou, nama ne nedostaje poniznost; problem je u tome



*U praksi Heartfulness-a, pranahuti najmoćnije deluje u srcu koje je napravilo prostor za nju. Transmisija ne probija silom. Ona ispunjava ono što je prazno i stoji na pragu onoga što je puno.*

što se varljivi ego postavio između nas i prostranstva, odražavajući sopstvenu sliku i zaklanjajući nebo iza nje.

## Neprekidni početnik

Japanci koriste reč *shoshin* da opišu ono što nazivaju „umom početnika“. U umu početnika mogućnosti su brojne; u umu eksperta one su malobrojne. To ne znači glumiti neznanje. To znači pristupati svakom trenutku, svakoj meditaciji, svakom susretu sa svežom pažnjom, kao da se odvija prvi put — jer, u istini, tako i jeste.

Meditator koji danas sedne očekujući ponavljanje onoga što se dogodilo juče već je postavio plafon nad onim što je moguće. Tragalac koji pristupa Učitelju „znajući“ šta će Učitelj reći već je odlučio da čuje samo ono što se uklapa u postojeći okvir. Rast se dešava u prostoru između onoga što znamo i onoga što tek treba da otkrijemo. Ego taj prostor ispunjava izvesnošću, dok ga poniznost ostavlja otvorenim.

U *Buđenju svrhe* podsetili smo se praznog svitka iz filma Kung Fu Panda. Kada je svitak konačno otvoren, ispostavilo se da je ogledalo. Nije bilo tajnog sastojka; moć je oduvek bila unutra. Ipak, ta istina može biti primljena na dva načina. Ego kaže: „Da, ja sam ta moć!“ Poniznost prepoznaje: „Moć deluje kroz mene.“ Prva izjava gradi plafon, dok druga otvara put ka nebu — ista istina, ali sa suprotnim posledicama.

Babuđijeva treća максима kaže: „Postavi sebi cilj, a to treba da bude potpuno jedinstvo sa Bogom. Ne odmaraj dok se ideal ne ostvari.“



*Rast se dešava u prostoru između onoga što znamo i onoga što tek treba da otkrijemo. Ego taj prostor ispunjava izvesnošću, dok ga poniznost ostavlja otvorenim.*

Govorili smo o „Ne odmaraj“ u kontekstu lenjosti, ali i ovde ima jednaku snagu. „Ne odmaraj“ takođe znači: „Nemoj da stigneš.“ U trenutku kada poveruješ da si stigao, ili da je putovanje završeno, plafon se pojavljuje. Zapamti, uvek ima još da se pređe, jer nebo je otvoreno i bezgranično.

Ova unutrašnja obuka nije jednokratani čin, već svakodnevna praksa. Ego se može ponovo izgraditi preko noći, pa se plafon svakog jutra mora ponovo ukloniti. U svakoj meditaciji šolja mora ponovo da se isprazni. To je ritam rasta — neprekidno otpuštanje nagomilanog kako bismo postajali sve više ono što već jesmo.

## Bezgranično nebo

Babuđi je jednom opisao najponizniju osobu kao nekoga ko je sposoban da vodi bogatiji život od kralja, sa srcem koje u sebi skriva „čudo nad čudima“, a da to niko i ne primeti. To je portret duše koja je probila plafon. Ona ne reklamira svoju uzvišenost. Nema potrebu da bude viđena kao uzvišena. Ona jednostavno raste, poput drveta koje se pruža ka nebu.

Drvo koje probije krov staklenika ne prestaje da bude drvo. Ono postaje slobodno da izrazi svoju pravu prirodu sada kada je izloženo stvarnom suncu, stvarnoj kiši i stvarnom vetru. Uz novu perspektivu prepoznaje da plafon nikada nije bio nebo — i da može nastaviti da raste.

Ukratko:

- U *Podeljenom srcu*, želja nas razdvaja dok ne naučimo da biramo mudro.
- U *Buđenju svrhe*, inercija nas zaustavlja dok ne zapalimo vatru i pronađemo svoju svrhu.
- U *Izgradnji snažnog temelja*, sumnja nas nagrizava dok ne prozremo kroz nju i naučimo da verujemo sopstvenom iskustvu.
- U *Posezanju ka nebu*, vidimo da nas ego zatvara — tako blago i tako postepeno da zatvorenost zamenimo za cilj. Sada učimo da poniznost može probiti plafon koji ego stvara.

Ali od ove četiri prepreke, želja bar ima poštenja da se predstavi kao glad. Lenjost je teška, a sumnja je neprijatno opipljiva. Samo varljivi ego nam čestita što stojimo u mestu. On čini da stagnacija izgleda kao dostignuće. Upravo to ga čini najopasnijom preprekom od svih.



*Babuđi je jednom opisao najponizniju osobu kao nekoga ko je sposoban da vodi bogatiji život od kralja, sa srcem koje u sebi skriva „čudo nad čudima“, a da to niko i ne primeti. To je portret duše koja je probila plafon. Ona ne reklamira svoju uzvišenost. Nema potrebu da bude viđena kao uzvišena. Ona jednostavno raste, poput drveta koje se pruža ka nebu.*

Bezgranično nebo je oduvek bilo tu. Jedino što stoji između tebe i neba jeste staklo koje si postavio/la da bi se zaštitio/la od vremenskih nepogoda.

Znaj da si oduvek bio dovoljno snažan/na da izdržiš vreme.

Sada probij plafon i posegni ka nebu.

With love and prayers,

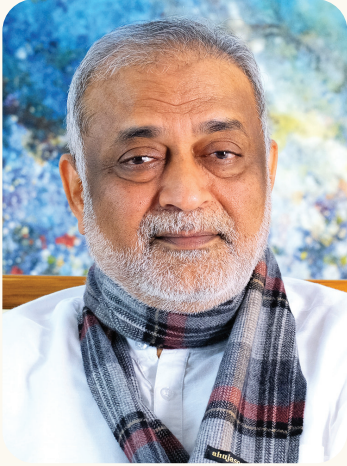
**Kamlesh**



*Poruka povodom proslave Zlatnog jubileja*

*Yogashram Shahjahanpur*

*Grupa 3: 20–22. februar 2026.*



## 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

