



Parfumul iubirii spirituale

Când inima înțelege de ce există

Cu ocazia celei de a 71-a aniversări a lui

PUJYA DAAJI

28 septembrie 2026, Kanha Shanti Vanam



Parfumul iubirii spirituale

Când inima înțelege de ce există

Dragi prieteni,

Fiecare tradiție spirituală ne spune că iubirea se află în centrul călătoriei. Dăm din cap și presupunem că înțelegem, dar oare chiar așa este? În acest mesaj, vom urmări evoluția care se desfășoară pe măsură ce iubirea înflorește și își eliberează parfumul. Dar mai întâi, care este natura parfumului? Oare o floare alege să fie parfumată? Nu, parfumul radiază în mod natural atunci când floarea devine ceea ce este menită să fie. Parfumul este o revărsare. Iubirea, în sens spiritual, este, de asemenea, o revărsare.

În cele nouă mesaje anterioare, am început cu „Inima divizată”, apoi am descris obstacolele care împiedicau integritatea și înflorirea, precum și modul de a le depăși. Aceste obstacole erau inerția care amorteșea scopul, îndoiala care slăbea temelia, mândria care ridica un plafon, gelozia care ne abătea privirea în altă parte, prejudecata care ne colora percepția și frica ce încuiase ușa din interior. Când ușa s-a deschis în „Râul își află numele”, frica s-a transformat în încredere.

Apoi, în „Pământul înaintea seminței”, credința a pregătit solul interior. Acest al zecelea mesaj reprezintă următoarea mișcare firească. Aici explorăm modul în care o inimă făcută receptivă de credință permite Harului să pătrundă. Orice umple Harul devine iubire. Iar iubirea care își recunoaște Sursa devine bhakti.

„Iubirea” se numără printre cele mai folosite și mai greșit înțelese cuvinte. Ea descrie sentimentul unei mame când își ridică nou-născutul, sentimentul unui tânăr în entuziasmul primei atracții, sentimentul unui patriot față de țara sa, sentimentul unui credincios față de divinitate și chiar plăcerea noastră de a savura o ceașcă bună de cafea. Am extins sensul acestui cuvânt atât de mult încât acoperă aproape totul.

Deci, ce înseamnă iubirea în domeniul spiritual? Un test simplu al iubirii spirituale este modul în care îi privim pe cei care nu împărtășesc credința noastră, calea noastră sau chiar viziunea noastră despre Dumnezeu. Când îi excludem pentru că se închină altfel, iubirea încă nu a înflorit în noi. Când îl iubim cu adevărat pe Dumnezeu, nu putem respinge niciuna dintre creaturile Lui. A-i tolera pe ceilalți este un început. A-i accepta pe ceilalți este ceva mai profund. A recunoaște aceeași esență sacră în fiecare este mișcarea iubirii.

Iubirea spirituală apare atunci când inima suferă o transformare profundă. Această transformare se desfășoară prin frumoasa progresie de la

Dorință, la Shraddha, la Receptivitate, la Har, la Iubire, la Bhakti.

Fiecare pas îl pregătește pe următorul. Fiecare este ascuns în cel

dinaintea lui, la fel cum floarea este ascunsă în sămânță și parfumul în floare.

Dorința, prima mișcare

Înainte de a începe meditația și căutarea conștientă a lui Dumnezeu, apare adesea o neliniște. Ceva lipsește. Poate că avem confort, realizări, familie, recunoaștere, cunoaștere și tot ceea ce aduce mulțumire și totuși, o durere fără răspuns rămâne înlăuntru.

Unii dintre noi încearcă să o umple devenind mai ocupați, acumulând mai multe lucruri, călătorind și distrându-ne. Căutăm relații, realizări și experiențe, inclusiv experiențe spirituale. Și totuși, durerea revine. Acum, ce-ar fi dacă această durere nu ar fi o problemă? Ce-ar fi dacă ar fi o invitație?

O sămânță plantată în pământ răspunde la un soare pe care nu l-a văzut niciodată. O inteligență invizibilă știe să se îndrepte în sus, atrăgând-o spre creștere și desăvârșire. Dorința este acea mișcare dinlăuntru nostru. Nu cunoaștem destinația, dar ceva ne atrage. Simțim că viața conține o profunzime pe care nu am atins-o. Există un adevăr pe care nu l-am întruchipat, un cămin pe care nu l-am



Iubirea spirituală se naște atunci când inima trece printr-o transformare profundă. Această transformare se desfășoară printr-o frumoasă evoluție: de la Dorință, la Shraddha, la Receptivitate, la Har, la Iubire, la Bhakti.

atins. Călătoria noastră spirituală începe cu această dorință. Iar când dorința recunoaște o direcție, ea devine shraddha.

Shraddha, locul unde se așează inima

Am vorbit despre shraddha în „Pământul înaintea seminței”. De obicei, este tradusă prin „credință”, deși cuvântul „credință” abia dacă îi transmite bogăția. Shraddha este mai mult decât a crede în imposibil. Este, de asemenea, mai mult decât acceptarea pasivă, ascultarea oarbă sau suspendarea inteligenței. Este o mișcare a întregii ființe. Ea sugerează așezarea sau stabilirea inimii.

„Unde îmi așez inima?” are mai multă semnificație decât „În ce cred?”. Putem crede în Dumnezeu în timp ce ne așezăm inima în statutul social. Putem vorbi mult despre spiritualitate în timp ce ne așezăm inima în recunoaștere. Putem lăuda simplitatea în timp ce ne așezăm inima în posesiuni. Putem vorbi despre iubire în timp ce ne investim atenția în resentimente.

Bhagavad Gita exprimă acest lucru astfel¹:

*śraddhā-mayo 'yam puruṣo
yo yac-chraddhaḥ sa eva saḥ*

O persoană este modelată prin shraddha;
conform cu calitatea *shraddha*-ei sale, tot așa este și devenirea
persoanei.

¹ Bhagavad Gita, Capitolul 17, Versetul 3.

Cu alte cuvinte, shraddha ne modelează. Orice primește în mod repetat atenția inimii ne modelează treptat. Devenim ceea ce onorăm cu atenția, încrederea, aspirația și iubirea noastră.

Shraddha poate apărea inițial ca interes, venerație, aspirație sau simpla dorință de a sta în fiecare dimineată și de a ne întoarce spre interior. Când este hrănită, se adâncește. Ceea ce începe ca o orientare devine atracție. Atracția devine intimitate. Intimitatea pregătește calea pentru iubire.

Shraddha este inima care învață unde să se odihnească. Iubirea este ceea ce curge atunci când își găsește căminul. Am putea spune chiar că shraddha este iubire înainte de a se recunoaște pe sine ca iubire. Dorul întreabă: „Unde este Acela pe care îl caut?” Shraddha răspunde îndreptând inima în acea direcție. Iar când inima este îndreptată acolo iar și iar, ea se deschide. Shraddha devine receptivitate.

Receptivitatea, curajul de a te deschide

O inimă închisă, ca un pumn închis, nu poate primi nimic. Putem cere Harul, ne putem ruga pentru transformare, putem căuta ce este mai înalt și putem sta în meditație în fiecare dimineată, dar în interior



Shraddha poate apărea inițial ca interes, venerație, aspirație sau simpla dorință de a sta în fiecare dimineată și de a ne întoarce spre interior. Când este hrănită, se adâncește. Ceea ce începe ca o orientare devine atracție. Atracția devine intimitate. Intimitatea pregătește calea pentru iubire.

rămânem legați de preferințele noastre. Ca exercițiu, întrebați-vă: „Vreau o transformare fără tulburări, predare în timp ce păstrez controlul, Infinitul fără a rearanja mobilierul? Cu alte cuvinte, vreau Divinul în condițiile mele?”

Shraddha schimbă treptat acest lucru. Încrederea se adâncește, astfel încât nevoia de a ne apăra slăbește. Controlăm mai puțin ceea ce se va întâmpla în continuare. Aceasta este receptivitatea, disponibilitatea interioară, o disponibilitate de a primi ceea ce inima nu poate produce singură. Devenim disponibili pentru curentul divin. Pregătim câmpul interior astfel încât darul Harului să poată fi primit. Acesta este scopul practicii spirituale.

Pregătirea pentru invadator

Babuji a folosit o imagine frapantă pentru a descrie ceea ce ni se oferă. El a vorbit despre pregătirea terenului pentru „invadator”. De obicei, un invadator nu este binevenit, dar aici sensul este cu totul altul. Iubirea pătrunde și preia controlul atunci când condițiile devin favorabile. Iar Harul este motorul acestei invazii odată ce terenul interior devine receptiv. Pentru a ne pregăti pentru receptivitate, rădăcinile adânci sunt smulse, astfel încât viața nouă să se poată înrădăcina. Acele rădăcini sunt așteptările, prejudecățile, temerile, preferințele și aversiunile noastre, impresiile acumulate, insistența asupra sinelui și pretenția noastră ca viața spirituală să se desfășoare conform dorințelor noastre.

Harul este mereu acolo, așteptând. Trebuie să ne facem disponibili. Shraddha pregătește locul din interiorul nostru unde Harul nu mai întâmpină rezistență. Apoi ne încredințăm iubirii. La început spunem:

„Cred”. Mai târziu spunem: „Am încredere”. Și mai târziu, încrederea nu mai este necesară, deoarece distanța dintre cel care are încredere și Cel în care avem încredere dispare. Iubirea pătrunde ca un invadator doar pentru a se revela ca ocupantul de drept al inimii.

Iubirea și tranzacția

Însă tipul obișnuit de iubire conține adesea un element de tranzacție. Dăm așteptându-ne la ceva în schimb, chiar dacă această așteptare este inconștientă. Afecțiunea caută afecțiune. Atenția caută atenție. Sacrificiul caută recunoaștere. Grijă caută recunoștință.

Când schimbul se desfășoară așa cum ne așteptăm, ne simțim iubiți. Când nu se întâmplă așa, suntem dezamăgiți. Aceasta este iubire amestecată cu nevoie. Oriunde există nevoie, frica este aproape. Ar putea fi frica de a pierde ceea ce avem, frica de a nu primi ceea ce ne dorim sau frica de a fi uitați, înlocuiți, respinși sau lăsați singuri.

Frica se contractă, în timp ce iubirea se extinde. Frica întreabă: „Ce se va întâmpla cu mine?”, în timp ce iubirea nu are nevoie să întrebe. Frica ridică bariere, iubirea le dizolvă. Iar shraddha este puntea dintre cele două. Frica spune: „Protejează-te”, în timp ce shraddha șoptește: „Ai încredere în tine”. Trecerea de la autoprotecție la încredințare de



Harul este mereu acolo, așteptând. Shraddha pregătește locul din interiorul nostru unde Harul nu mai întâmpină rezistență. Apoi ne încredințăm iubirii.

sine este una dintre marile tranziții ale vieții spirituale. Ea deschide calea pentru ca inima să devină receptivă la Har.

Iubirea adevărată este o stare subtilă, rezultatul unei munci interioare intense, desfășurată încet, în tăcere și anonim. În contrast, iubirea afișată este adesea o iubire diminuată. În clipa în care caută un răspuns, ea poartă parfumul egoului. Un trandafir nu se întoarce spre un trecător și nu întreabă: „Mi-ai simțit parfumul?”. El dăruiește pentru că a dărui este ceea ce este.

Gardul care se dizolvă

Cele mai adânci rădăcini din tărâmul interior sunt cele ale egoului, acel „eu” separat care ia vastul câmp al existenței, fără granițe, îngrădește o parcelă, apoi își petrece întreaga viață apărându-i perimetrul. Tot ce se află în interiorul gardului este „al meu”, iar tot ce se află în afara lui devine dezirabil, amenințător, util sau irelevant. Egoul domină atunci când conștiința se contractă pentru a rămâne în interiorul acelei parcele îngrădite. Iubirea înflorește când gardul nu mai există. Și pentru ca acest lucru să se întâmple, iubirea nu distruge gardul, ci pur și simplu îl face inutil.



Frica ridică bariere, iubirea le dizolvă. Iar shraddha este puntea dintre cele două. Frica spune: „Protejează-te”, în timp ce shraddha șoptește: „Ai încredere în tine”. Trecerea de la autoprotecție la încredințare de sine este una dintre marile tranziții ale vieții spirituale. Ea deschide calea pentru ca inima să devină receptivă la Har.

Când conștiința se extinde dincolo de gard, ea trece de la „eu” la „noi”. În acest proces, descoperă că se proteja de ceea ce căuta. Gardul egoului este, în ultimă instanță, un gard construit de frică. Și ce dizolvă gardul din interior? Căldura. Iubirea încălzește inima până când egoul se topește, la fel cum înghețul dispare de pe o fereastră când strălucește soarele.

Fereastra și lumina

Cele patru practici Heartfulness ne ajută să cultivăm receptivitatea.

Meditația deschide fereastra către Lumină.

În meditație, ne îndreptăm cu blândețe atenția către prezența Luminii divine din inimă. Nu forțăm o experiență și nu creăm o imagine. Devenim disponibili în interiorul nostru.

Curățarea îndepărtează murdăria de pe geam.

De-a lungul timpului, impresiile, tendințele, povara emoțională și complexitățile ne întunecă percepția. Curățarea le îndepărtează, astfel încât Lumina să poată trece mai liber.

Rugăciunea deschide fereastra complet, cu umilință, către Har.

Rugăciunea recunoaște că Lumina nu ne aparține. Ea atenuează iluzia autosuficienței și ne așază în fața Sursă cu smerenie, deschidere și disponibilitatea de a fi călăuziți de o înțelepciune mai mare decât a noastră.

Constanta aducere aminte menține fereastra îndreptată spre Sursa Luminii pe tot parcursul zilei.

Chiar și în timp ce muncim, vorbim, slujim, creăm și avem grijă de ceilalți, inima își păstrează orientarea interioară. Amintirea păstrează orientarea stabilită de *shraddha*.

Meditația invită Lumina.

Curățarea îndepărtează obstacolele.

Rugăciunea ne deschide cu smerenie către Sursa sa.

Constanta aducere aminte menține inima îndreptată spre Sursă.

Meditația și curățarea acționează asupra stării inimii. Rugăciunea stabilește relația noastră cu Sursa. Constanta aducere aminte păstrează direcția inimii. Iar Harul oferă ceea ce niciuna dintre aceste practici nu poate produce.

Harul nu poate fi produs prin efort

Noi nu creăm Harul, la fel cum un fermier nu creează ploaia. Ne pregătim să-l primim, la fel cum fermierul pregătește pământul. El îndepărtează pietrele, afânează pământul, plantează semințele și așteaptă cu vigilență. Când vine ploaia, câmpul este pregătit. Practica spirituală este pregătirea noastră.

Această distincție ne protejează de două erori. Prima este mândria, convingerea că starea noastră spirituală este o realizare personală. A doua este pasivitatea, convingerea că, deoarece Harul este dăruit, nu este necesară nicio pregătire. Ambele sunt incomplete. Ne pregătim

cu sinceritate, iar Harul desăvârșește ceea ce efortul singur nu poate realiza niciodată.

Pranahuti și paharul care se revarsă

Nu se poate turna apă dintr-un pahar gol. La fel, în relațiile umane, nu putem oferi ceea ce nu avem. Cu toate acestea, o mare parte din viață o petrecem iubind din gol, încercând să oferim ceea ce noi înșine căutăm cu disperare. De aceea iubirea umană devine adesea epuizantă. A oferi este un efort, deoarece undeva, în spatele dăruirii, rămâne speranța de a primi. Iubiții devin cerșetori, căutând milă de iubire unul de la celălalt!

Iubirea spirituală începe cu a primi. În tradiția Heartfulness, stăm în meditație și devenim receptivi la *pranahuti*, transmisie yoghină. Meditație după meditație, ceva se schimbă aproape imperceptibil. Cupa se umple. Pe măsură ce se umple, iubirea începe să se revarsă natural și fără efort. Plinătatea se exprimă de la sine. Aceasta este puterea transformatoare a iubirii. Ea înfrumusețează totul și aduce viață chiar și celei mai aride inimi. Puterea sa vibratorie nu este ceva ce creăm noi; mai degrabă, devenim un canal pentru iubirea pe care o primim.



Meditația și curățarea acționează asupra stării inimii. Rugăciunea stabilește relația noastră cu Sursa. Constanta aducere aminte păstrează direcția inimii. Iar Harul oferă ceea ce niciuna dintre aceste practici nu poate produce.

Să revenim asupra evoluției.

Dorința trezește căutarea.
Shraddha dă direcție căutării.
Shraddha se adâncește în receptivitate.
Receptivitatea primește Harul.
Harul umple inima.
Inima plină se revarsă ca iubire.
Iubirea își recunoaște Sursa și devine bhakti.

Bhakti, când iubirea își găsește Sursa

Odată ce iubirea este trezită, ea se revarsă în relațiile noastre, în muncă, în vorbire, în slujire și în modul în care privim lumea. Ea înmoaie judecata și slăbește zidurile separării. Apoi, începe o mișcare și mai profundă. Iubirea își amintește de unde a venit. Se îndreaptă spre Sursa sa la fel de natural cum un râu se îndreaptă spre mare. Această întoarcere este bhakti. Bhakti este iubirea care își recunoaște originea și se îndreaptă cu totul spre ea.

Shraddha este inima care se îndreaptă spre Cel Iubit. Iubirea este inima care se umple de Cel Iubit. Bhakti este inima care dorește să existe doar în Cel Iubit.

Dorința, *shraddha*, receptivitatea, Harul, iubirea și bhakti nu sunt separate. Ele sunt succesiunea vieții care se desfășoară, la fel cum o plantă se dezvăluie prin sămânță, rădăcină, tulpină, floare, parfum și parfumul care se întoarce la Sursa sa.



Shraddha este inima care se îndreaptă spre Cel Iubit. Iubirea este inima care se umple de Cel Iubit. Bhakti este inima care dorește să existe doar în Cel Iubit.

Legea întoarcerii

Natura ne învață o altă calitate a iubirii. Un pom de mango are nevoie de pământ, soare, apă și puțin bălegar de vacă. Din aceste ofrande obișnuite, el oferă în schimb dulceață succulentă, parfum, hrană, umbră și nenumărate posibilități pentru o viață nouă. Un cocotier se hrănește cu pământ, ploaie, soare și aer, transformându-le în ceva mult mai bogat decât ceea ce primește. O vacă are nevoie de iarbă, furaje, apă, soare, îngrijire și afecțiune. În schimb, ea oferă lapte hrănitor.

Natura primește ceea ce este simplu și dăruiește înapoi ceea ce este sublim.

Dar noi? Noi primim cele mai de preț lucruri. Primim lumina soarelui, aerul, apa, un corp extraordinar, afecțiunea celorlalți, înțelepciunea celor care au fost înaintea noastră, sacrificiul părinților și al învățătorilor, bogăția Pământului și, mai presus de toate, posibilitatea Harului.

Ce putem oferi în schimb? Nu-i putem înapoia soarelui lumina sau apa norilor. Nu este nevoie să răsplătim Harul la Sursa sa. Nu există nimic de care Divinitatea să aibă nevoie și pe care noi să trebuiască să-l completăm. Există un singur dar demn de atenția noastră și acela este să transformăm ceea ce am primit.

Dacă pomul de mango transformă gunoiul de grajd în dulceață, cocotierul transformă apa obișnuită în apă de cocos hrănitoare, iar vaca transformă iarba în lapte, atunci și noi trebuie să posedăm această capacitate sacră de transformare.

Când primim rău, putem oferi iertare?

Când primim mânie, putem oferi înțelegere?

Când primim ură, putem oferi compasiune?

Când primim cunoaștere, putem oferi înțelepciune?

Când primim abundență, putem oferi generozitate?

Când primim Harul, putem oferi iubire?

Aceasta este demnitatea de a fi om. Măreția noastră stă în ceea ce devine viața trecând prin noi. Un copac radiază calitatea muncii sale interioare prin fructele sale. La fel și noi. Divinitatea așteaptă ceea ce îi permitem să facă din noi.

Când iubirea va deveni natura noastră, nu ne vom mai preocupa de cine o recunoaște, cine o răsplătește și cine o apreciază. Adevărata iubire nu are nevoie de martori. Parfumul ei este mărturia ei.

Cu toată inima,

Kamlesh



Cu ocazia celei de a 71-a aniversări a lui

Pujya Daaji

28 septembrie 2026, Kanha Shanti Vanam

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



There's **More** Waiting For You to go a little deeper

HEARTFULNESS APP

A Quiet Place to Start

Carry your practice with you — download the free app and connect with a personal trainer anytime.

Free Download. Daily practice. Trainer always Available.



[Heartfulnessapp.org](https://heartfulnessapp.org)

MASTERCLASSES

Go Deeper at Home

Learn with Daaji relaxation, meditation, cleaning, and prayer through three freely offered video sessions.

Free Videos. Learn from Daaji. 3 classes.



[Heartfulness.org/global/masterclass](https://heartfulness.org/global/masterclass)

RETREAT

Time for Just You

Step away from the noise and into a peaceful weekend that quietly deepens everything.

Peaceful Setting. Deepen Practice. Weekend Stays.



[Heartfulness.org/global/retreat](https://heartfulness.org/global/retreat)

HEARTSPOTS

Find a Centre Near You

Your nearest meditation centre is closer than you think at no cost.

6000+ Centres. Heartful Community. Free to Visit.



[Heartspots.heartfulness.org](https://heartspots.heartfulness.org)

Scan to download the free app, always there when you need it.
Start with a guided session, and let the practice find its own rhythm in you.
The journey inward begins with a single, still moment.



heartfulness
purity | weaves destiny