



Аромат духовной любви

Когда сердце узнаёт, для чего оно существует

Послание по случаю 70 лет со Дня рождения

ПУДЖЫ ДААДЖИ

28 сентября 2026 г., Канха Шанти Ванам



Аромат духовной любви

Когда сердце узнаёт, для чего оно существует

Дорогие друзья!

Все духовные традиции говорят нам, что в основе пути лежит любовь. Мы киваем и думаем, что понимаем, но так ли это на самом деле? В этом послании мы проследим последовательность, раскрывающуюся по мере того, как любовь расцветает и источает свой аромат. Но сначала: какова природа аромата? Разве цветок сам решает, будет ли он благоухать? Нет, аромат исходит естественным образом, когда цветок становится тем, чем он должен быть. Аромат — это излияние. Любовь в духовном смысле также является излиянием.

В предыдущих девяти посланиях мы начали с «Разделенного сердца», затем описали, какие препятствия мешают целостности и расцвету и как их преодолеть. Этими препятствиями были инерция, притупляющая целеустремленность; сомнение, ослабляющее фундамент; гордыня, воздвигающая потолок; зависть, отводящая наш взгляд в сторону; предубеждение, искажающее наше восприятие; и страх, запирающий дверь изнутри. Когда дверь открылась в послании «Река узнаёт свое имя», страх сменился

доверием. Затем в послании «Сначала почва, затем семя» вера подготовила внутреннюю почву. Это десятое послание — следующий естественный шаг. В нем мы исследуем, как сердце, ставшее восприимчивым благодаря вере, позволяет войти Милости. Всё, что Милость наполняет собой, становится любовью. А любовь, распознающая свой Источник, становится *бхакти*.

«Любовь» — одно из наиболее употребляемых и неправильно понимаемых слов. Это слово описывает чувство матери, когда она берет на руки своего новорожденного, чувство молодого человека в волнении первой влюбленности, чувство патриота к своей стране, чувство преданного к Божественному и даже наше наслаждение чашкой хорошего кофе. Мы настолько растянули значение этого слова, что оно охватывает почти всё.

А что значит любовь в духовной сфере? Простая проверка духовной любви — это то, как мы относимся к людям, которые не разделяют нашу веру, наш путь или даже наше представление о Боге. Если мы отвергаем их из-за того, что они поклоняются не так, как мы, значит, любовь еще не расцвела внутри нас. Когда мы истинно любим Бога, мы не можем пренебрегать ни одним из Божьих творений. Терпеть других — это начало. Принимать других — это уже глубже. Распознавать одну и ту же священную суть в каждом — это движение любви.

Духовная любовь возникает, когда сердце претерпевает глубокую трансформацию. Эта трансформация разворачивается через прекрасную последовательность:

*от Тоски к Шраддхе, к Восприимчивости,
к Милости, к Любви, к Бхакти.*

Каждый шаг подготавливает последующий. Каждый из них скрыт в предыдущем, так же как цветок скрыт в семени, а аромат — в цветке.

Тоска — первое движение

До начала медитации и сознательного поиска Бога часто возникает некое беспокойство. Чего-то не хватает. У нас могут быть комфорт, достижения, семья, признание, знания и всё, что приносит удовлетворение, но внутри остается неутоленная боль.

Некоторые из нас пытаются заглушить ее, постоянно занимая себя делами, приобретая всё больше вещей, путешествуя и развлекаясь. Мы ищем новых отношений, достижений и переживаний, в том числе и духовных. И всё же эта боль возвращается. Но что, если эта боль — не проблема? Что, если это приглашение?

Семя, посаженное в почву, откликается на солнце, которого оно никогда не видело. Невидимый разум направляет его вверх, побуждая к росту и обретению целостности. Тоска — это то самое движение внутри нас. Мы не знаем конечной цели, но что-то нас влечет. Мы чувствуем, что в жизни есть глубина, к которой мы еще не прикоснулись. Есть истина, которую мы еще не воплотили, и дом, которого мы еще не достигли. Наш духовный путь начинается с этой тоски. А когда тоска обретает направление, она становится *шраддхой*.



Духовная любовь возникает, когда сердце претерпевает глубокую трансформацию. Эта трансформация разворачивается через прекрасную последовательность: от Тоски к Шраддхе, к Восприимчивости, к Милости, к Любви, к Бхакти.

Шраддха — на что опирается сердце

Мы говорили о *шраддхе* в послании «Сначала почва, затем семя». Обычно это слово переводят как «вера», хотя термин «вера» едва ли передает всю ее многогранность. *Шраддха* — это нечто большее, чем вера в невозможное. Это также нечто большее, чем пассивное принятие, слепое повиновение или отключение разума. Это движение всего существа. *Шраддха* несет в себе идею о том, чтобы **найти опору для сердца или прочно утвердить его**.

Вопрос «На что я опираюсь сердцем?» имеет больше смысла, чем «Во что я верю?». Мы можем верить в Бога, опираясь сердцем на статус. Мы можем много говорить о духовности, опираясь сердцем на признание. Мы можем восхвалять простоту, опираясь/ориентируясь сердцем на материальные блага. Мы можем говорить о любви, вкладывая при этом свое внимание в обиды.

«Бхагавад-Гита» выражает это так¹:

шраддха-майо 'ям пурушо
йо яч-чхраддха са эва сах

Человек формируется *шраддхой*;
каково качество его *шраддхи*, тем он и становится.

Иными словами, *шраддха* формирует нас. То, чему мы снова и снова отдаем сердце, постепенно нас формирует. Мы становимся тем, чему посвящаем свое внимание, доверие, стремление и любовь.

Сначала *шраддха* может проявляться как интерес, благоговение, устремление или просто готовность садиться каждое утро и обращаться внутрь себя. Если ее питать, она углубляется. То,

¹ «Бхагавад-Гита», глава 17, стих 3

что начинается как направленность, становится притяжением. Притяжение становится близостью. Близость прокладывает путь к любви.

Шраддха — это сердце, узнающее, на что ему опираться. Любовь — это то, что изливается, когда сердце находит свой дом. Можно даже сказать, что *шраддха* — это любовь до того, как она осознает себя как любовь. Тоска спрашивает: «Где То, что я ищу?» *Шраддха* отвечает, ориентируя сердце в том направлении. И когда сердце раз за разом ориентируется туда, оно открывается. *Шраддха* становится восприимчивостью.

Восприимчивость — смелость открыться

Закрытое сердце, как сжатый кулак, ничего не способно принять. Мы можем просить о Милости, молиться о трансформации, стремиться к высшему и каждое утро сидеть в медитации, но внутренне оставаться привязанными к своим предпочтениям. В качестве упражнения спросите себя: «Хочу ли я трансформации без потрясений, сдачи с сохранением контроля, Бесконечного без изменения обстановки? Иными словами, хочу ли я Божественного на своих условиях?»



Сначала шраддха может проявляться как интерес, благоговение, устремление или просто готовность садиться каждое утро и обращаться внутрь себя. Если ее питать, она углубляется. То, что начинается как направленность, становится притяжением. Притяжение становится близостью. Близость прокладывает путь к любви.

Шраддха постепенно меняет это. Доверие углубляется, поэтому потребность защищать себя ослабевает. Мы всё меньше пытаемся контролировать то, что произойдет дальше. Это и есть восприимчивость, **внутренняя открытость**, готовность принять то, что сердце не может создать для себя. Мы становимся открытыми божественному потоку. Мы подготавливаем внутреннее поле, чтобы можно было принять дар Милости. В этом и заключается цель духовной практики.

Подготовка к приходу захватчика

Бабуджи использовал яркий образ для того, что нам предлагается. Он говорил о подготовке почвы для «захватчика». Обычно захватчику не рады, но здесь смысл совершенно иной. Любовь входит и вступает во владение, когда есть благоприятные условия. А Милость является движущей силой этого вторжения, когда внутренняя почва становится восприимчивой. Для подготовки к восприимчивости глубокие корни выкорчевываются, чтобы могла утвердиться новая жизнь. Эти корни — наши ожидания, предубеждения, страхи, пристрастия и неприязни, накопленные впечатления, настаивание на своем и требование, чтобы духовная жизнь разворачивалась в соответствии с нашими желаниями.

Милость всегда рядом и ждет. Нам необходимо открыться. *Шраддха* подготавливает внутри нас место, где Милость больше не встречает сопротивления. Затем мы вверяем себя любви. Сначала мы говорим: «Я верю». Позже мы говорим: «Я доверяю». А еще позже доверие становится ненужным, потому что расстояние между тем, кто доверяет, и Тем, чему мы доверяем, исчезает. Любовь входит как захватчик лишь для того, чтобы проявить себя законным обитателем сердца.

Любовь и сделка

Однако в обычном виде любви часто присутствует элемент сделки. Мы отдаем, ожидая чего-то взамен, даже если это ожидание неосознанное. Нежность ищет нежности. Внимание ищет внимания. Жертвенность ищет признания. Забота ищет благодарности.

Когда обмен происходит так, как ожидается, мы чувствуем себя любимыми. Когда же этого не происходит, мы разочаровываемся. Это любовь, смешанная с потребностью. Там, где есть потребность, рядом всегда есть страх. Это может быть страх потерять то, что у нас есть, страх не получить желаемое или страх оказаться забытыми, замененными, отвергнутыми или оставленными в одиночестве.

Страх сжимает, тогда как любовь расширяет. Страх спрашивает: «Что со мной будет?», в то время как любви не нужно спрашивать. Страх возводит границы, любовь их растворяет. А *шраддха* — это мост между ними. Страх говорит: «Защищай себя», а *шраддха* шепчет: «Доверяй себе». Движение от самозащиты к вверению себя — один из великих переходов в духовной жизни. Оно расчищает путь, чтобы сердце стало восприимчивым к Милости.



Милость всегда рядом и ждет. Нам необходимо открыться. Шраддха подготавливает внутри нас место, где Милость больше не встречает сопротивления. Затем мы вверяем себя любви.

Истинная любовь — это тонкое состояние, результат интенсивной внутренней работы, проводимой медленно, в тишине и анонимности. Тогда как любовь, выставленная напоказ, — это зачастую умаленная любовь. Как только она ищет отклика, она начинает нести в себе аромат эго. Роза не поворачивается к прохожему и не спрашивает: «Ты заметил мой аромат?» Она отдает, потому что отдавать — это ее суть.

Ограда, которая исчезает

Самые глубокие корни во внутренней почве — это корни эго, обособленного «я», которое берет обширное, безграничное поле бытия, огораживает участок, а затем тратит целую жизнь на защиту его границ. Всё, что внутри ограды, — «мое», а всё, что снаружи, становится желанным, угрожающим, полезным или не имеющим значения. Когда сознание сжимается и остается в пределах этого огороженного участка, доминирует эго. Любовь расцветает тогда, когда ограды больше не существует. А чтобы это произошло, любовь не разрушает ограду, она просто делает ее ненужной.

Когда сознание расширяется за пределы ограды, оно переходит от «я» к «мы». В этом процессе оно обнаруживает, что



Страх возводит границы, любовь их растворяет. А шраддха — это мост между ними. Страх говорит: «Защищай себя», а шраддха шепчет: «Доверяй себе». Движение от самозащиты к доверию себя — один из великих переходов в духовной жизни. Оно расчищает путь, чтобы сердце стало восприимчивым к Милости.

защищало себя именно от того, что искало. Ограда эго — это, в конечном счете, ограда, возведенная страхом. А что растворяет эту ограду изнутри? Тепло. Любовь согревает сердце, пока эго не растает, подобно тому, как иней исчезает с окна, когда светит солнце.

Окно и свет

Четыре практики Хартфулнес помогают нам развивать восприимчивость.

Медитация открывает окно Свету.

В медитации мы мягко обращаем свое внимание на присутствие божественного Света в сердце. Мы не пытаемся искусственно вызвать переживание или создать образ. Мы становимся внутренне открытыми.

Очищение удаляет грязь со стекла.

Со временем впечатления, тенденции, эмоциональный груз и сложности затуманивают наше восприятие. Очищение удаляет их, чтобы Свет мог проникать более свободно.

Молитва со смирением полностью открывает окно для Милости.

Молитва признает, что Свет нам не принадлежит. Она смягчает иллюзию самодостаточности и ставит нас перед Источником со смирением, открытостью и готовностью следовать мудрости, превосходящей нашу собственную.

Постоянное воспоминание продолжает обращать окно к Источнику Света в течение всего дня.

Даже когда мы работаем, говорим, служим, творим и заботимся о других, сердце сохраняет свое внутреннее направление. Воспоминание сохраняет ориентацию, заданную *шраддхой*.

Медитация приглашает Свет.

Очищение удаляет препятствия.

Молитва со смирением открывает нас его Источнику.

Постоянное воспоминание продолжает ориентировать сердце на Источник.

Медитация и очищение воздействуют на состояние сердца. Молитва устанавливает нашу связь с Источником. Постоянное воспоминание сохраняет направление сердца. А Милость предлагает то, чего не может создать ни одна из этих практик.

Милость не создается усилием

Мы не создаем Милость, так же как земледelec не создает дождя. Мы подготавливаем себя, чтобы принять ее, подобно тому, как земледelec подготавливает почву. Он убирает камни, рыхлит землю, сажает семена и бдительно ждет. Когда приходит дождь, поле уже готово. Духовная практика — это наша подготовка.

Это различие уберегает нас от двух ошибок. Первая — это гордыня, убежденность в том, что наше духовное состояние является нашим личным достижением. Вторая — это пассивность, убежденность в том, что, поскольку Милость даруется, никакой подготовки не требуется. Ни то, ни другое не является полноценным. Мы искренне готовимся, а Милость довершает то, чего одни лишь усилия никогда не смогут достичь.

Пранахути и переполненная чаша

Из пустой чаши нельзя налить воды. Подобным образом, в человеческих отношениях мы не можем дать того, чего у нас нет. И всё же мы проводим большую часть жизни, любя из пустоты, пытаясь дать то, что сами отчаянно ищем. Именно поэтому человеческая любовь часто становится утомительной. Отдавать требует усилий, потому что где-то за этой отдачей сохраняется надежда на получение. Влюбленные становятся нищими, выпрашивающими друг у друга милостыню любви!

Духовная любовь начинается с принятия. В традиции Хартфулнес мы сидим в медитации и становимся восприимчивыми к *пранахути*, йогической Передаче. С каждой медитацией что-то меняется, почти незаметно. Чаша наполняется. По мере ее наполнения любовь начинает переливаться через край — естественно и без усилий. **Наполненность выражает себя.** В этом заключается преображающая сила любви. Она украшает всё и привносит жизнь даже в самое опустошенное сердце. Мы не создаем ее вибрационную силу, а становимся каналом для любви, которую получаем.



Медитация и очищение воздействуют на состояние сердца. Молитва устанавливает нашу связь с Источником. Постоянное воспоминание сохраняет направление сердца. А Милость предлагает то, чего не может создать ни одна из этих практик.

Давайте еще раз проследим эту последовательность:
Тоска пробуждает поиск.
Шраддха задает поиску направление.
Шраддха углубляется, перерастая в восприимчивость.
Восприимчивость приглашает Милость.
Милость наполняет сердце.
Наполненное сердце изливается любовью.
Любовь узнаёт свой Источник и становится *бхакти*.

Бхакти — когда любовь находит свой Источник

Когда любовь пробуждается, она изливается на наши отношения, работу, речь, служение и наш взгляд на мир. Она смягчает осуждение и ослабляет стены разделения. Затем начинается еще более глубокое движение. Любовь вспоминает, откуда она пришла. Она обращается к своему Источнику так же естественно, как река обращается к морю. Это обращение и есть *бхакти*. *Бхакти* — это любовь, которая узнаёт свой Источник и всецело к нему обращается.

Шраддха — это сердце, устанавливающее себя в направлении Возлюбленного. Любовь — это сердце, наполняющееся Возлюбленным. *Бхакти* — это сердце, желающее существовать только в Возлюбленном.

Тоска, *шраддха*, восприимчивость, Милость, любовь и *бхакти* неразделимы. Это последовательность разворачивающейся жизни, подобно тому, как растение раскрывается через семя, корень, стебель, цветок, аромат и возвращение аромата к своему Источнику.



Шраддха — это сердце, устанавливающее себя в направлении Возлюбленного. Любовь — это сердце, наполняющееся Возлюбленным. Бхакти — это сердце, желающее существовать только в Возлюбленном.

Закон возврата

Природа учит нас еще одному качеству любви. Манговому дереву нужны почва, солнечный свет, вода и немного коровьего навоза. В ответ на эти простые дары оно возвращает сочную сладость, аромат, питание, тень и бесчисленные возможности для новой жизни. Кокосовая пальма черпает из почвы, дождя, солнечного света и воздуха, превращая их в нечто гораздо более ценное, чем то, что она получает. Корове нужны трава, корм, вода, солнечный свет, забота и ласка. Взамен она дает питательное молоко.

Природа получает простое, а возвращает возвышенное.

А что же мы? Мы получаем самое прекрасное. Мы получаем солнечный свет, воздух, воду, необыкновенное тело, любовь окружающих, мудрость предков, жертвенность родителей и учителей, щедрость Земли и, прежде всего, возможность Милости.

Что мы можем дать взамен? Мы не можем вернуть солнечный свет солнцу или воду облакам. Нам не нужно возвращать Милость ее Источнику. У Божественного нет недостатка ни в чем, что нам было бы необходимо восполнить. Есть только один дар, достойный нашего внимания, и он заключается в том, чтобы **трансформировать то, что мы получили.**

Если манговое дерево трансформирует навоз в сладость, кокосовая пальма — обычную воду в питательную кокосовую воду, а корова — траву в молоко, то мы также должны обладать этой священной способностью к трансформации.

Когда мы получаем обиду, можем ли мы дать прощение?

Когда мы получаем гнев, можем ли мы дать понимание?

Когда мы получаем ненависть, можем ли мы дать сострадание?

Когда мы получаем знание, можем ли мы дать мудрость?

Когда мы получаем изобилие, можем ли мы дать великодушие?

Когда мы получаем Милость, **можем ли мы дать любовь?**

В этом заключается достоинство человека. Наше величие состоит в том, чем становится жизнь, проходя через нас. Дерево излучает качество своей внутренней работы через свои плоды. Так же и мы. Божественное ждет того, что мы позволим Ему сделать из нас.

Когда любовь становится нашей природой, не будет никакого беспокойства о том, кто ее замечает, кто отвечает взаимностью и кто ее ценит. Истинной любви не нужны свидетели. Ее аромат — это ее свидетельство.

Сердечно ваш,

Камлеш



Послание по случаю 70 лет со Дня рождения

Пуджы Дааджи

28 сентября 2026 г., Канха Шанти Ванам

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Вас ждет еще многое Погрузитесь глубже:

ПРИЛОЖЕНИЕ HEARTFULNESS

Тихое место для начала

Практика всегда с вами — скачайте бесплатное приложение и свяжитесь с персональным инструктором в любое время.

Бесплатная загрузка. Ежедневная практика. Инструктор всегда на связи.



Heartfulnessapp.org

МАСТЕР-КЛАССЫ

Погрузитесь глубже у себя дома

Даажи научит вас методам релаксации, медитации, очищения и молитвы в трех бесплатных видео-занятиях.

Бесплатные видео. Учитесь у Дааджи. 3 занятия.



Heartfulness.ru/masterclass

РЕТРИТ

Время для вас

Отойдите от шума и окунитесь в спокойные выходные, которые помогут вам тихо и глубоко проникнуть в суть вещей.

Спокойная обстановка. Углубление практики. Выходные.



Heartfulness.org/global/retreat

HEARTSPOTS

Найдите центр рядом с вами

Центр медитации находится ближе, чем вы думаете, и посещение его совершенно бесплатно.

Более 6000 центров. Сердечное сообщество. Посещение бесплатно.



Heartspots.heartfulness.org

Отсканируйте код, чтобы скачать бесплатное приложение, которое всегда будет под рукой в нужный момент. Начните с сопровождаемой сессии и позвольте практике найти собственный ритм внутри вас. Путь внутрь себя начинается с одного момента тишины.



heartfulness
purity | weaves destiny