

Det Ulevede Liv



DAAJI

Budskab i anledning af den 127. fødselsdagsfejring af

PUJYA SHRI BABUJI MAHARAJ

Den 29. og 30. april samt 1.maj, 2026,

Kanha Shanti Vanam



Det Ulevede Liv

Hvordan Troen bærer det, som frygten har forladt

Kære venner,

I serien af Bhandara-beskeder, der blev udgivet under Basant, 2026, udforskede vi seks forhindringer for vores evolution: hvad der sker, når begær og aspiration trækker hjertet i modsatte retninger; hvad der sker, når energi mister sin grund til at bevæge sig; hvad der sker, når erfaring kommer, men tillid ikke følger; hvad der sker, når opnåelse krystalliserer sig til identitet; hvad der sker, når øjet vandrer til en andens liv i stedet for at tage sig af sit eget; og hvad der sker, når sindet lukker sig om arvede konklusioner og forveksler sit farvede glas med klarsyn.

Nu kommer vi til den dybeste forhindring af dem alle, som har gemt sig inde i alle de andre.

Der findes en gammel lignelse om en mand, der brugte hele sit liv på at vogte en dør. Da han var ung, fik han at vide, at bag døren lå alt, hvad han nogensinde havde ønsket sig, men også alt, der kunne ødelægge ham. Så han stod vagt og holdt døren låst. Han blev gammel af at stå der, og da døden endelig kom, spurgte han

englen: “Var det sandt? Var ødelæggelsen virkelig bag den dør?” Englen åbnede den, og rummet var tomt. Det havde altid været tomt.

Frygt beskytter os ikke altid mod reelle farer. Den beskytter os også mod forestillede farer, og ved at gøre det, forhindrer den os i at træde ind i det rum, hvor vores liv venter.

Tråden, der løber gennem alt

Følgende udsagn kan omformulere alt, hvad vi har udforsket indtil nu: Frygt er ikke den syvende gift, det er den første. Den har været der hele tiden, iført forskellige forklædninger og opereret under forskellige navne.

Lad os igen se på det delte hjerte: Hvorfor bliver en søgende ved med at fodre den lavere ulv, selv når den højere ulv tydeligvis er den, der er værd at nære? For at vælge den højere ulv betyder at slippe det velkendte og træde ind i et område, hvor udfaldet er usikkert. Det splittede hjerte er i virkeligheden ikke delt af begær, det er delt af frygt; frygt for, hvad der vil gå tabt, hvis den ene side vælges, og frygt for, at når vi først krydser broen, kan vi ikke krydse den tilbage igen.

Lad os igen se på den sovende ild: Hvorfor bliver en ung person med alle færdigheder, muligheder og planer liggende i sengen uden



Frygt er ikke den syvende gift, det er den første. Den har været der hele tiden, iført forskellige forklædninger og opereret under forskellige navne.

at kunne bevæge sig? “Noget inde i mig vil simpelthen ikke lade mig,” sagde hun. Vi kaldte det dovenskab eller tamas, men hvad kvalte den ild? Frygt: frygt for ansvar, frygt for hvad der sker, når man rent faktisk vågner, frygt for at hvis man prøver og lykkes, må man blive ved med at lykkes, og frygt for, at hvis man prøver og fejler, vil fiaskoen bekræfte det, man altid hemmeligt har mistænkt om sig selv. Den sovende ild gik ikke ud af sig selv. Frygten kvalte den og stod så over asken og kaldte det dovenskab.

Lad os igen se på det revnede fundament: Hvorfor spurgte kvinden, der havde mediteret i elleve år, og som var forvandlet på måder, der var synlige for alle omkring hende, stadig: “Er det her virkeligt? Er der faktisk sket noget?” Fordi det at stole på sin egen forvandling betød at blive sårbar over for muligheden for, at den kunne blive taget fra hende. Tvivl er ikke intelligens; det er frygt for fortiden, frygt for at det, der blev givet, kan blive afgivet, og frygt for at jorden under vores fødder er mindre solid, end den ser ud. Vi kaldte den tvivl, men dens rigtige navn er frygt, iført en laboratoriekittel.

Lad os igen se på loftet, som egoet har skabt: Hvorfor nægter egoet at bryde igennem drivhuset, det har bygget? Fordi den åbne himmel ikke har nogen vægge. Udenfor drivhuset er der ægte vejr: ægte vind, rigtige storme og reel uforudsigelighed. Egoets indhegning handler



Tvivl er ikke intelligens; det er frygt for fortiden, frygt for at det, der blev givet, kan blive afgivet, og frygt for at jorden under vores fødder er mindre solid, end den ser ud. Vi kaldte den tvivl, men dens rigtige navn er frygt, iført en laboratoriekittel.

ikke rigtig om stolthed; det handler om beskyttelse. Når glasset knuses, bliver vi blottet. Egoet er frygt, der bærer præstationens kappe.

Lad os igen se på det lånte sår: Hvorfor bliver det jaloux hjerte ved med at kigge sidelæns på andres liv i stedet for at leve sit eget? Fordi det at leve vores eget liv betyder at konfrontere det skræmmende spørgsmål om, hvorvidt det, vi har fået, er nok, og om vi selv er nok. Jalousi handler ikke rigtigt om den andens gaver; det handler om frygten for, at vores egne gaver er utilstrækkelige. Misundelse er frygt, der bærer masken af sammenligning.

Og lad os igen se på de mure, vi ikke kan se: Hvorfor forseglel sindet sig bag arvede konklusioner og nægter at lade nyt lys komme ind? Fordi åbenhed er skræmmende. At indrømme, at vores verdenssyn måske er partisk, er at indrømme, at det fundament, vi har stået på, måske ikke er hele jorden. Fordomme handler ikke rigtig om den anden person eller den anden religion, det andet fællesskab eller den anden måde at se verden på. Det handler om frygten for, at hvis vi åbner vinduet og lader en farve komme ind, har vi ikke noget navn for alt det, som vi har bygget vores identitet på, som måske må genovervejes. Fordomme er frygt, der bærer vishedens maske.

Roden til disse syv gifte er den samme.



Det handler om frygten for, at hvis vi åbner vinduet og lader en farve komme ind, har vi ikke noget navn for alt det, som vi har bygget vores identitet på, som måske må genovervejes. Fordomme er frygt, der bærer vishedens maske.

Lammelsens anatomi

Frygt virker ved overdrivelse. Den tager et muligt udfald og oppuster det, indtil det fylder hele horisonten. I frygtens hænder bliver “Hvad hvis jeg fejler?” en katastrofe-sikkerhed, “Hvad hvis de afviser mig?” bliver en ubestridelig sandhed, og “Hvad hvis jeg ikke er god nok?” bliver den endelige dom over et liv, der endnu ikke er fuldt levet.

Katha Upanishad fortæller historien om den unge Nachiketa, som villigt gik ind i Yamas, Dødens Herre's, bolig for at søge den højeste sandhed. Da Nachiketas far udførte et helligt ritual, gav han gamle, ubrugelige ejendele væk og beholdt det bedste selv. Drengen, der indså tomheden i denne gestus, spurgte sin far tre gange: “Til hvem vil du give mig?” Hans far sagde i et udbrud af vrede: “Jeg giver dig til Døden.”

Og sådan gik drengen. Her var et barn, der gik mod det, enhver voksen frygter mest, ikke fordi han var hensynsløs, men fordi hans længsel efter sandheden var større end hans frygt for udryddelse. Yama, Dødens Herre, var ikke til stede, da Nachiketa ankom, så drengen ventede tre dage og tre nætter ved Dødens dør, uden mad, uden ly og uden nogen til at trøste ham. Da Yama vendte tilbage, imponeret over dette mod, tilbød han tre velsignelser.

Den første velsignelse, Nachiketa bad om, var, at hans far's vrede skulle opløses. Den anden var at lære ildritualet, der fører til himlen. Begge dele blev givet uden problemer. Men den tredje velsignelse rystede selv Døden: “Vis mig, hvad der sker, når en person dør. Fortsætter sjælen med at eksistere? Fortæl mig sandheden.”



Dette er tro i sin mest destillerede form, nægtelsen af at acceptere et mindre svar, når sjælen stiller et større spørgsmål. Det er ikke frygtløshed; det er længsel, der er vokset så stor, at frygten i sammenligning er blevet lille.

Yama forsøgte at distrahere ham med alt det, frygten ville have accepteret. Han tilbød rigdomme, kongeriger, et langt liv, smukke ledsagere og nydelse ud over enhver forestilling. Hver gave, verden anser for værd at forfølge, blev lagt for drengens fødder, og Nachiketa afviste dem alle og sagde: "Disse ting ender. Du er Dødens Herre. Du ved det bedre end nogen anden. Fortæl mig, hvad der ikke ender."

Dette er tro i sin mest destillerede form, nægtelsen af at acceptere et mindre svar, når sjælen stiller et større spørgsmål. Det er ikke frygtløshed; det er længsel, der er vokset så stor, at frygten i sammenligning er blevet lille.

Chariji reflekterede engang over denne historie og bemærkede, at døden er den største lærer for dem, der er villige til at lære. Nachiketa overvandt ikke sin frygt for døden; han ønskede blot sandheden mere end han ønskede sikkerhed. Og dette er nøglen, der låser den bevogtede dør op: frygt overvindes ikke ved at eliminere den, men ved at dyrke noget, der gør frygt irrelevant. En mor, der skynder sig ind i en brændende bygning for at redde sit barn, standser ikke op for at overvinde sin frygt for ild. Hendes kærlighed er simpelthen større. Ilden har ikke ændret sig; hun har.

Samskaraerne af de Ulevede

Hver drøm, der dør uden at blive forsøgt, hjemsøger drømmeren mere vedvarende end nogen drøm, der leves og fejler. Dette er den visdom, traditionerne altid har lært os; samskaraerne af ufuldstændighed skærer dybere end samskaraerne af fiasko. En fuldendt handling, selv en der ender i sorg, har en integritet, der bringer fred, mens en forladt drøm ikke har sådan en integritet. Den forbliver levende i vores bevidsthed, uløst, og stiller konstant det spørgsmål, som frygten nægter os at besvare.

I Heartfulness-praksissen med aftenrenselse sidder vi og lader dagens indtryk forsvinde bagfra. Vi slipper det, vi gjorde, hvad vi sagde, og hvad vi oplevede. Men lad os overveje noget, der sjældent diskuteres: Hvad med de indtryk, som det vi ikke gjorde, dannede? Den samtale, vi undgik, sandheden vi ikke sagde, det skridt vi ikke tog, og den kærlighed, vi ikke udtrykte, efterlader også indtryk. De kan alle være sværere at rense end handlingens indtryk, fordi de ikke er begivenheder, men fravær. De er skygger, og hvordan fejler vi skygger væk?

Hver gang frygt forhindrer en handling, aflejrer den ulevede handling en samskara af ufuldstændighed. Over måneder, år og årtier hober disse aflejringer sig op og skaber tyngde. De skaber netop de tamas, der ligner dovenskab, men som i virkeligheden er sorg over det liv, der var muligt og ikke blev levet.

Hver gang frygten forhindrer dig i at gøre noget, bliver undgåelsen lidt lettere, og dit mod bliver lidt svagere. Det ulevede liv bliver tungere for hvert undgået skridt, og vægten af det ulevede er det,



Hver gang frygt forhindrer en handling, aflejrer den ulevede handling en samskara af ufuldstændighed. Over måneder, år og årtier hober disse aflejringer sig op og skaber tyngde. De skaber netop de tamas, der ligner dovenskab, men som i virkeligheden er sorg over det liv, der var muligt og ikke blev levet.

der til sidst gør det næste skridt umuligt. Det er ikke, fordi du ikke kan bevæge dig, det er, at du har stået stille så længe, at jorden er vokset til omkring dine fødder.

Hvad bærer os igennem?

Tro, i åndelig forstand, udspringer af tillid født af erfaring, ikke tro uden beviser. Den person, der sidder i meditation og føler en umiskendelig tilstedeværelse af noget større end sig selv, møder noget, som frygt ikke kan bortforklare. Dette møde, gentaget dag efter dag, år efter år, bygger et fundament under drømmerens fødder, som frygten ikke kan nedbryde.

I Heartfulness-systemet opløser *pranahuti* den fælde, som frygten skaber. Så når denne Transmission træder ind i hjertet, argumenterer



Tro, i åndelig forstand, udspringer af tillid født af erfaring, ikke tro uden beviser. Den person, der sidder i meditation og føler en umiskendelig tilstedeværelse af noget større end sig selv, møder noget, som frygt ikke kan bortforklare.

den ikke med frygt eller præsenterer modbeviser, den fylder blot rummet med noget så virkeligt og så håndgribeligt, at frygten mister sin autoritet. Du kan ikke være bange for mørket, når nogen har tændt lyset. Mørket er ikke erobret, det er blevet gjort irrelevant. authority. You cannot be terrified of the dark when someone has turned on the light. The darkness has not been conquered, it has been made irrelevant.

Vejlederen har også en rolle her. Et barn, der holder en forælders hånd, vil gå ind i et rum, de aldrig ville gå ind i alene, ikke fordi rummet har ændret sig, men fordi hånden får dem til at føle, at hvad end der er i rummet, kan mødes. Den åndelige vejleder tilbyder den levende sikkerhed om, at vejen er gået, at rummet bag den bevogtede dør ikke er tomt eller farligt, men fuldt af det, du har søgt, og at en hånd rækkes ud, så længe du har brug for den.

Babuji beskrev engang menneskeheden med en ømhed, der omformulerer alt, hvad vi har diskuteret. Han sagde, at alle mennesker er som børn, der har brug for at blive beroliget. Uanset om vi er bevidste om det eller ej, bærer vi alle en dybt rodfæstet frygt i os, som er kommet over tid. Når vi er langt væk fra vores sande hjemland, føler vi en tomhed, og før eller siden vil behovet for at udfylde den tomhed blive følt.



Den åndelige vejleder tilbyder den levende sikkerhed om, at vejen er gået, at rummet bag den bevogtede dør ikke er tomt eller farligt, men fuldt af det, du har søgt, og at en hånd rækkes ud, så længe du har brug for den.

Læs venligst det afsnit igen. I Babujis vision er frygt ikke en karakterfejl eller en svaghed at skamme sig over; det er en sjælens eksistentielle tilstand, der er vandret langt væk fra sin kilde. Den frygt, du føler, er ikke fejhed, det er hjemve. Og drømmen, du har vogtet bag en låst dør, er ikke en fantasi, men et minde om, hvor du kommer fra, som kalder dig hjem.

Drømmen, der nægter at dø

Hvad er det, frygten ikke vil have, du skal vide? At drømmen, du troede, den havde dræbt, stadig er levende. Den lever i rastløsheden, du ikke kan forklare, i utilfredsheden, der vedvarer trods ydre tryk, og i den mærkelige bevægelse, der kommer klokken tre om natten, når dine forsvar er nede, og dit hjerte taler uden tilladelse. Den bevægelse er ikke angst, det er drømmen, der banker indefra, beder om at blive sluppet ud.

Og hvad er hemmeligheden, som frygten vogter med jalousi ? Det er, at du ikke behøver at overvinde hele afstanden, du behøver kun tage det første skridt. Frygt siger, at afstanden er uendelig, mens tro siger, at det kun er dette skridt, bare dette åndedrag og bare morgenens meditation.



Frygt siger, at afstanden er uendelig, mens tro siger, at det kun er dette skridt, bare dette åndedrag og bare morgenens meditation.

Hver åndelig tradition fortæller den samme historie: du er skabt til mere, end frygten tillader. Sjælens kapacitet er uendelig. Buret er selvkonstrueret, og døren, du har vogtet hele dit liv, var aldrig låst udefra, den var låst indefra.

Den fulde cirkel

Vi begyndte denne række af budskaber i februar, med et hjerte delt mellem det, det ønskede, og det, det vidste var rigtigt. Vi bevægede os gennem en ild, der glemte sit formål, et fundament, der ikke kunne stole på sig selv, et loft bygget af det opnåede, der burde have åbnet himlen, et sår lånt fra en andens liv og forvekslet med vores eget, og vægge af farvet glas, som vi havde glemt var farvede.

Nu har vi fundet den tråd, der forbinder dem alle: frygt. Begær splittes, fordi vi frygter at vælge. Inerti består, fordi vi frygter at vågne. Tvivl tærer os op, fordi vi frygter at stole på. Stolthed omslutter, fordi vi frygter den åbne himmel. Misundelse låner en andens sår, fordi vi frygter vores egen utilstrækkelighed, og Fordomme forseglер vinduerne, fordi vi frygter, hvad det ufiltrerede lys kan afsløre. Endelig låser frygten selv, moderen til alle seks, døren indefra, fordi vi har glemt, at det, der venter bag den, ikke er ødelæggelse, men det liv, vi altid var bestemt til at leve.

Nøglen drejer med en enkelt handling. Det er ikke en stor gestus, der overvinder al frygt på én gang, men et lille, uigenkaldeligt skridt, at gøre én ting i dag, som frygten sagde, du ikke skulle gøre. Så sæt dig i meditation, når frygten siger, det er meningsløst, sig sandheden, når frygten siger, det er farligt, elsk fuldt ud, når frygten siger, du vil blive såret, og tag skridtet, når frygten siger, at du vil falde.



Nøglen drejer med en enkelt handling. Det er ikke en stor gestus, der overvinder al frygt på én gang, men et lille, uigenkaldeligt skridt, at gøre én ting i dag, som frygten sagde, du ikke skulle gøre.

Himmat e marda, madad e Khuda.

Når du tager et modigt skridt, dækker det guddommelige resten af afstanden.¹

Frygt siger: “Hvad nu hvis...?”

Tro siger: “Selv hvis...” at leve det liv, der venter.

Med kærlighed og bøn,

Kamlesh



Budskab i anledning af den 127. fødselsdagsfejring af

Pujya Shri Babuji Maharaj

Den 29. og 30. april samt 1.maj, 2026, Kanha Shanti Vanam

1 Urdu-ordsprog



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 . heartfulness.org

heartfulness
purity weaves destiny