



Аромат духовної любові

Коли серце пізнає, для чого воно існує

Послання з нагоди 71-го дня народження

ПУДЖ'Я ДААДЖІ

28 вересня 2026 року, Канха Шанті Ванам



Аромат духовної любові

Коли серце пізнає, для чого воно існує

Дорогі друзі,

Кожна духовна традиція говорить нам, що любов лежить у самому серці духовного шляху. Ми киваємо головою і припускаємо, що розуміємо, але чи це так? У цьому посланні ми простежимо послідовність, яка розгортається коли любов розквітає і вивільняє свій аромат. Але спочатку – якою є природа аромату? Чи обирає квітка бути запашною? Ні, аромат природно розповсюджується, коли квітка стає тим, чим їй призначено бути. Аромат вже не може вміститися всередині і проливається назовні. Любов у духовному сенсі є тим самим.

Упродовж попередніх дев'яти послань ми почали з «Розділеного серця», потім описали перешкоди, які заважали цілісності та розквітанню, і те, як піднятися над ними. Цими перешкодами були інерція, яка притуплювала відчуття призначення, сумнів, який послаблював основу, гордість, яка будувала стелю, заздрість, що звертала наш погляд вбік, упередження, які забарвлювали наше сприйняття, і страх, який замикав двері

зсередини. Коли двері відчинилися у «Ріка, яка пізнає своє ім'я», страх перетворився на довіру. Потім, у «Ґрунт до насінини», віра підготувала внутрішній ґрунт. Це десяте послання є наступним природним кроком. Тут ми досліджуємо, як серце, яке стало сприйнятливим завдяки вірі, дозволяє увійти Милості. Те, чим наповнює Милість, стає любов'ю. А любов, яка впізнає своє Джерело, стає бгакті (любов'ю до Божественного).

«Любов» – одне з найбільш уживаних і неправильно зрозумілих слів. Воно описує почуття матері, коли вона бере на руки свого новонародженого, почуття молодії людини у хвилюванні від першого потягу, почуття патріота до своєї країни, почуття відданого до Божественного і навіть наше задоволення від хорошої чашки кави. Ми так широко розтягнули це слово, що воно охоплює майже все.

Отже, що означає любов у духовній сфері? Простий тест духовної любові – це те, як ми ставимся до тих, хто не поділяє нашої віри, нашого шляху або навіть нашого уявлення про Бога. Коли ми відкидаємо їх через те, що вони по-іншому сповідують свою віру, це означає, що любов у нас ще не розквітла. Коли ми по-справжньому любимо Бога, ми не можемо відкидати жодне з Божих створінь. Терпіти інших – це початок. Приймати інших – глибше. Розпізнавати одну й ту саму священну сутність у кожному – це рух любові.

Духовна любов виникає, коли серце зазнає глибокої трансформації. Ця трансформація розгортається через прекрасну послідовність:

*від Туги до Шраддги,
від Шраддги до Сприйнятливості,
від Сприйнятливості до Милості,
від Милості до Любові,
від Любові до Бгакті.*

Кожен крок готує наступний. Кожен прихований у тому, що йому передує, так само як квітка прихована в насініні, а аромат – у квітці.

Туга – перший рух

Перш ніж починаються медитація та свідомий пошук Бога, часто виникає неспокій. Чогось бракує. У нас можуть бути комфорт, досягнення, сім'я, визнання, знання і все, що приносить задоволення, але всередині залишається невтамована туга.

Дехто з нас намагається заглушити цю тугу: ми занурюємося в роботу, знову щось купуємо, вирушаємо в подорожі і шукаємо розваг. Ми шукаємо стосунки, досягнення та переживання, включно з духовними переживаннями. І все ж туга повертається. А що, як туга – не проблема? А що, як це запрошення?



Духовна любов виникає, коли серце зазнає глибокої трансформації. Ця трансформація розгортається через прекрасну послідовність:

*від Туги до Шраддги,
від Шраддги до Сприйнятливості,
від Сприйнятливості до Милості,
від Милості до Любові,
від Любові до Бгакті.*

Насінина, посаджена в ґрунт, реагує на сонце, якого вона ніколи не бачила. Невидимий розум знає, що потрібно рухатися вгору, спрямовуючи її до росту й завершення. Туга – це такий рух всередині нас. Ми не знаємо місця призначення, але щось нас тягне. Ми відчуваємо, що життя містить глибину, якої ми ще не торкнулися. Є істина, якої ми ще не втілили, є дім, якого ми ще не досягли. Наш духовний шлях починається з цієї туги. А коли туга розпізнає напрямок, вона стає шраддгою.

Шраддга – де розміщене серце

Ми говорили про слово 'шраддга' в «Ґрунт до насінини». Зазвичай його перекладають як «віра», хоча слово «віра» не може передати багатство змісту. Шраддга – це більше, ніж віра в неможливе. Це також більше, ніж пасивне прийняття, сліпа покора чи відмова від інтелекту. Це рух усього єства людини. Шраддга містить ідею про *розташування та становлення серця*.

«Де моє серце?» – це важливіше, ніж «У що я вірю?». Ми можемо вірити в Бога, але розміщувати своє серце у прагненні статусу. Можемо багато говорити про духовність, але поміщати своє серце у визнання. Можемо вихвалити простоту, але плекати володіння чимось у своєму серці. Можемо говорити про любов, але вкладати свою увагу в образу.

«Бгаґавадгіта» виражає це так :

śraddhā-mayo 'yaṁ puruṣo

¹ Bhagavad Gita, Chapter 17, Verse 3.

yo yas-chraddhaṃ sa eva saṃ

Людина сформована шраддгою;
якою є якість її шраддги, такою вона і стає.

Іншими словами, *шраддга формує нас*. Те, що знову і знову отримує серце, поступово формує нас. Ми стаємо тим, що вшановуємо своєю увагою, довірою, прагненням і любов'ю.

Спочатку шраддга може проявлятися як інтерес, шана, прагнення або проста готовність щоранку сідати й звертатися всередину. Коли її жити, вона поглиблюється. Те, що починається як напрям, перетворюється на тяжіння. Тяжіння стає близькістю. Близькість готує шлях для любові.

Шраддга – це серце, яке вчиться знаходити собі місце. Коли воно знаходить свій дім – починає текти Любов. Можна навіть сказати, що шраддга – це любов, яка ще не впізнала себе як любов. Туга запитує: «Де Те, чого я шукаю?» Шраддга відповідає, спрямовуючи серце в цьому напрямку. І коли серце знову й знову спрямовується туди, воно відкривається. Шраддга стає сприйнятливістю.



Спочатку шраддга може проявлятися як інтерес, шана, прагнення або проста готовність щоранку сідати й звертатися всередину. Коли її жити, вона поглиблюється. Те, що починається як напрям, перетворюється на тяжіння. Тяжіння стає близькістю. Близькість готує шлях для любові.

Сприйнятливість – мужність відкритися

Закрите серце, як і стиснутий кулак, не здатне нічого прийняти. Ми можемо просити про Милість, молитися про трансформацію, шукати найвище й щоранку сидіти в медитації, але всередині залишатися прив'язаними до власних уподобань. В якості вправи, запитайте себе: «Чи хочу я трансформації без потрясінь? Чи хочу я здатися на милість але при цьому зберегти контроль? Чи хочу я отримати Безмежне нічого не міняючи?» Іншими словами, чи хочу я Божественного на своїх умовах?

Шраддга поступово змінює це. Довіра поглиблюється, тому потреба захищати себе слабшає. Ми менше контролюємо те, що станеться далі. Це і є сприйнятливість, *внутрішня доступність*, готовність прийняти те, чого серце не може створити саме для себе. Ми стаємо доступними для божественного потоку. Ми готуємо внутрішнє поле, щоб дар Милості міг бути прийнятий. У цьому полягає мета духовної практики.

Підготовка до загарбництва

Бабуджі використовував яскравий образ для того, що пропонується. Він говорив про підготовку ґрунту для “загарбника”. Зазвичай загарбник є небажаним, але тут значення зовсім інше. Любов входить і заволодіває, коли умови стають сприятливими. І Милість є рушійною силою цього вторгнення, коли внутрішній ґрунт стає сприйнятливим. Щоб підготуватися до сприйнятливості, глибоко коріння виривають, аби змогло утвердитися нове життя. Це коріння – наші очікування, упередження, страхи, симпатії та антипатії,

накопичені враження, наполягання на собі та наша вимога, щоб духовне життя розгорталося відповідно до наших бажань.

Милість завжди тут, вона очікує. Нам потрібно зробити себе доступними. Шраддга готує всередині нас місце, де Милість більше не зустрічає опору. Тоді ми довіряємо себе любові. Спочатку ми кажемо: «Я вірю». Пізніше кажемо: «Я довіряю». Ще пізніше довіра стає непотрібною, тому що відстань між тим, хто довіряє, і Тим, кому ми довіряємо, зникає. Любов входить як загарбник лише для того, щоб виявити себе законним мешканцем серця.

Любов і взаємообмін

Але звичайний тип любові часто містить елемент взаємообміну. Ми віддаємо, очікуючи щось натомість, навіть якщо це очікування є несвідомим. Прихильність шукає прихильності. Увага шукає уваги. Жертва шукає визнання. Турбота шукає вдячності.

Коли обмін відбувається так, як ми очікували, ми відчуваємо що нас люблять. Коли цього не відбувається, ми розчаровуємося. Це любов, змішана з потребою. Там, де існує потреба, поруч буде страх. Це може бути страх втратити те, що ми маємо, страх



Милість завжди тут, вона очікує. Нам потрібно зробити себе доступними. Шраддга готує всередині нас місце, де Милість більше не зустрічає опору. Тоді ми довіряємо себе любові.

не отримати бажаного або страх бути забутими, заміненими, відкинутими чи залишеними самотніми.

Страх стискає, тоді як любов розширює. Страх запитує: «Що станеться зі мною?», тоді як в любові не має потреби запитувати. Страх будує межі, любов їх розчиняє. А шраддга є мостом між ними. Страх каже: «Захищай себе», тоді як шраддга шепоче: «Довірся собі». Рух від самозахисту до довіри собі – один із великих переходів духовного життя. Він очищає шлях для того, щоб серце стало сприйнятливим до Милості.

Справжня любов – це тонкий стан, результат інтенсивної внутрішньої роботи, що повільно здійснюється в тиші та анонімності. Натомість продемонстрована любов часто є зменшеною любов'ю. У ту мить, коли вона починає шукати щось у відповідь, вона несе аромат его. Троянда не повертається до перехожого й не запитує: «Ти помітив мій аромат?» Вона віддає, тому що віддавати – це те, чим вона є.

Огорожа, що розчиняється

Найглибше коріння у внутрішньому ґрунті – це коріння его, окремого «я», яке бере неосяжне, безмежне поле існування, відгороджує ділянку, а потім усе життя захищає її периметр.



Страх будує межі, любов їх розчиняє. А шраддга є мостом між ними. Страх каже: «Захищай себе», тоді як шраддга шепоче: «Довірся собі». Рух від самозахисту до довіри собі – один із великих переходів духовного життя. Він очищає шлях для того, щоб серце стало сприйнятливим до Милості.

Усе всередині огорожі – «моє», а все зовні стає бажаним, загрозливим, корисним або неважливим. Его панує, коли свідомість звужена до перебування всередині цієї огороженої ділянки. Любов розквітає, коли огорожі більше не існує. І щоб це сталося, любов не руйнує огорожу – вона просто робить її непотрібною.

Коли свідомість розширюється за межі огорожі, вона переходить від «я» до «ми». У цьому процесі вона виявляє, що захищала себе від того, чого шукала. Огорожа его зрештою є огорожею, побудованою страхом. А що розчиняє огорожу зсередини? Тепло. Любов зігріває серце, доки его не розтане, так само як іній зникає з вікна, коли світить сонце.

Вікно і світло

Чотири практики Heartfulness допомагають нам розвивати сприйнятливість.

Медитація відкриває вікно для Світла.

У медитації ми м'яко спрямовуємо свою увагу до присутності Божественного Світла в серці. Ми не змушуємо себе переживати якийсь досвід і не вибудовуємо образ. Ми стаємо внутрішньо доступними.

Очищення прибирає бруд зі скла.

З часом враження, схильності, емоційні тягарі та складнощі затуманюють наше сприйняття. Очищення прибирає їх, щоб

Світло могло вільніше проходити крізь нього.

Молитва зі смиренням повністю відкриває вікно для Милості.

Молитва визнає, що Світло не належить нам. Вона пом'якшує ілюзію самодостатності та ставить нас перед Джерелом зі смиренням, відкритістю і готовністю керуватися мудрістю, більшою за нашу власну.

Постійний спогад протягом усього дня тримає вікно повернутим до Джерела Світла.

Навіть коли ми працюємо, говоримо, служимо, творимо та піклуємося про інших, серце зберігає свій внутрішній напрямок. Спогад зберігає спрямованість, встановлену шраद्धою.

Медитація запрошує Світло.

Очищення усуває перешкоди.

Молитва зі смиренням відкриває нас до його Джерела.

Постійний спогад утримує серце повернутим до Джерела.

Медитація та очищення працюють над станом серця. Молитва встановлює наш зв'язок із Джерелом. Постійний спогад зберігає напрямок серця. А Милість пропонує те, чого не може створити жодна з цих практик.

Милість не можна створити зусиллям

Ми не створюємо Милість, так само як фермер не створює дощ.

Ми готуємо себе до її прийняття, так само як фермер готує ґрунт. Він прибирає каміння, розпушує землю, садить насіння і пильно чекає. Коли приходить дощ, поле готове. Духовна практика – це наша підготовка.

Ця відмінність захищає нас від двох помилок. Перша – це гордість, переконання, що наш духовний стан є нашим особистим досягненням. Друга – пасивність, переконання, що оскільки Благодать дається, підготовка не потрібна. Обидві є неповними. Ми щиро готуємося, а Благодать завершує те, чого одні лише зусилля ніколи не можуть здійснити.

Пранахуті та переповнена чаша

Воду неможливо налити з порожньої чаші. Так само й у людських стосунках: ми не можемо дати того, чого не маємо. І все ж значна частина життя минає в любові з порожнечі, у спробах дати те, чого ми самі відчайдушно шукаємо. Ось чому людська любов часто стає виснажливою. Віддавати – це зусилля, тому що десь під цим віддаванням залишається надія отримати. Закохані стають жебраками, випрошуючи один в одного милостиню любові!

Духовна любов починається з отримання. У традиції Heartfulness ми сідаємо в медитацію і стаємо сприйнятливими до *Пранахуті*, йогічної Передачі. Медитація за медитацією щось змінюється



Медитація та очищення працюють над станом серця. Молитва встановлює наш зв'язок із Джерелом. Постійний спогад зберігає напрямок серця. А Милість пропонує те, чого не може створити жодна з цих практик.

майже невідчутно. Чаша наповнюється. І коли вона наповнюється, любов починає природно й без зусиль переливатися через край. *Повнота проявляє себе.* У цьому полягає трансформуюча сила любові. Вона все прикрашає і привносить життя в найсухіше серце. Її вібраційна сила не є тим, що ми здатні створити; радше, ми стаємо каналом для любові, яку отримуємо.

Повернімося до цієї послідовності.

Туга пробуджує пошук.
Шраддга надає пошуку напрямок.
Шраддга поглиблюється у сприйнятливість.
Сприйнятливість вітає Милість.
Милість наповнює серце.
З наповненого серця проливається любов.
Любов упізнає своє Джерело і стає бгакті.

Бгакті – коли любов знаходить своє Джерело

Коли любов пробуджується, вона вливається у наші стосунки, роботу, мову, служіння та спосіб дивитися на світ. Вона пом'якшує осуд і послаблює стіни відокремленості. Потім починається ще глибший рух. Любов пам'ятає, звідки вона прийшла. Вона природно розвертається до свого Джерела, як річка природно прямує до моря. Це повернення і є бгакті. Бгакті – це любов, яка впізнає своє походження і цілком повертається до нього.

Шраддга – це серце, яке спрямовує себе до Коханого. Любов – це серце, яке наповнюється Коханим. Бгакті – це серце, яке бажає існувати лише в Коханому.



Шраддга – це серце, яке спрямовує себе до Коханого. Любов – це серце, яке наповнюється Коханим. Бгакті – це серце, яке бажає існувати лише в Коханому.

Туга, шраддга, сприйнятливість, Милість, любов і бгакті не є окремими. Це послідовність розгортання життя, так само як рослина розгортається через насінину, корінь, стебло, квітку, аромат і повернення аромату до свого Джерела.

Закон повернення

Природа вчить нас ще однієї якості любові. Манговому дереву потрібні ґрунт, сонячне світло, вода і трохи коров'ячого гною. Із цих звичайних дарів воно повертає соковиту солодкість, аромат, живлення, тінь і незліченні можливості для нового життя. Кокосова пальма бере з ґрунту, дощу, сонячного світла й повітря, перетворюючи це на щось набагато багатше. Корові потрібні трава, корм, вода, сонячне світло, турбота й любов. Натомість вона дає поживне молоко.

Природа отримує просте й повертає величне.

А як щодо нас? Ми отримуємо найкраще. Ми отримуємо сонячне світло, повітря, воду, надзвичайне тіло, любов інших, мудрість тих, хто жив до нас, жертву батьків і вчителів, щедроти Землі і, понад усе, можливість отримати Милість.

Що ми можемо дати натомість? Ми не можемо повернути сонячне світло сонцю або воду хмарам. Нам не потрібно відплачувати Джерелу за Милість. Немає нічого, чого бракує Божественному і

що нам потрібно було б відновити. Є лише один дар, гідний нашої уваги, – *перетворювати те, що ми отримали.*

Якщо дерево манго перетворює перегній на солодкість, кокосова пальма перетворює звичайну воду на поживну кокосову воду, а корова перетворює траву на молоко, то й ми повинні володіти цією священною здатністю до перетворення.

Коли ми отримуємо біль – чи можемо ми дати прощення?
Коли ми отримуємо гнів – чи можемо ми дати розуміння?
Коли ми отримуємо ненависть – чи можемо ми дати співчуття?
Коли ми отримуємо знання – чи можемо ми дати мудрість?
Коли ми отримуємо достаток – чи можемо ми дати щедрість?
Коли ми отримуємо Милість – *чи можемо ми дати любов?*

У цьому полягає гідність бути людиною. Наша велич – у тому, *чим стає життя, проходячи крізь нас.* Дерево випромінює якість своєї внутрішньої роботи через свої плоди. Так само й ми. Божественне чекає на те, що ми дозволимо Йому зробити з нас.

Коли любов стане нашою природою, нас не турбуватиме, хто її визнає, хто відповідає взаємністю і хто її цінує. Справжня любов не потребує свідка. Її аромат є її свідченням.

Від усього серця,

Камлеш



З нагоди 71-го дня народження Пудж'я Дааджі
28 вересня 2026 року, Канха Шанті Ванам



Майстер-класи з Дааджі

Ви можете почати практикувати медитацію Heartfulness у будь-який час! Приєднуйтесь 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