




Das geteilte Herz

DAAJI

Message anlässlich des 153. Geburtstags von

PUJYA SHRI LALAJI MAHARAJ

1., 2. und 3. Februar 2026
in Kanha Shanti Vanam





Das geteilte Herz

Liebe Freunde,

vor mir saß ein Mann in den Fünfzigern. Nach allen äußeren Maßstäben war er erfolgreich, aber seine Hände zitterten leicht, als er sagte: „Ich weiß, was ich will, und ich weiß, was ich tun sollte. Und doch, wenn der Moment kommt, tue ich genau das, was ich mir geschworen habe, nie wieder zu tun. Jedes Mal, wenn ich falle, verliere ich ein Stück von mir selbst. Die Reue ist erdrückend, die Scham brennt, und dennoch wiederholt sich das Muster.“

Er sprach nicht von Gewalt, Diebstahl oder Verrat an anderen. Er sprach von etwas Intimerem, Hartnäckigerem und auf seine Weise Verheerenderem: dem Kampf zwischen Verlangen und Sehnsucht, der im menschlichen Herzen tobt.

Dieses Bekenntnis gibt es in vielen Formen: Der Manager mittleren Alters, der sich nicht von zwanghaften Mustern befreien kann; der spirituell Suchende, der fleißig das Cleaning macht, aber feststellt, dass dieselben Tendenzen immer wiederkehren; und der Familienvater, der

intellektuell weiß, dass flüchtiges Vergnügen ein schlechter Tausch für dauerhaften Frieden ist, sich aber dennoch von der Versuchung mitreißen lässt, wenn sie aufkommt. Die Einzelheiten variieren, aber die Struktur bleibt gleich: Ein geteiltes Herz – wobei ein Teil der Befreiung entgegenstrebt, der andere der Unfreiheit.

Innere Spaltung

Was bedeutet es, wenn jemand sagt: „Ein Teil von mir will Freiheit, der andere will meinem Verlangen folgen“? Es bedeutet, dass das Herz sich noch nicht entschieden hat, zumindest nicht mit ganzer Kraft. Das Streben nach Freiheit ist echt, ebenso wie die Anziehungskraft des Verlangens. Beide existieren gleichzeitig, und in Ermangelung einer entschiedenen inneren Bewegung gewinnt die jeweils stärkere Kraft im Moment der Konfrontation.

Dies ist der Konflikt zwischen *Preya* und *Shreya*, dem Angenehmen und dem Guten, ein Konflikt, der seit vedischen Zeiten hervorgehoben wird. Wenn der Geist gespalten ist, fehlt dem inneren Ruf die Resonanz, die nötig ist, um das Göttliche zu erreichen, weil die Hälfte des Herzens noch am Ufer festhält.

Viele Suchende fühlen sich in dieser Falle. Sie praktizieren Meditation, führen die abendliche Reinigung durch und befolgen die zehnte Maxime, indem sie vor dem Schlafengehen vergangene Fehler bereuen, um Vergebung bitten und versprechen, dieselben Dinge nicht wieder und wieder zu tun. Und doch wird das Versprechen immer wieder gebrochen. Jedes gebrochene Versprechen fordert seinen Tribut, das Selbstvertrauen schwindet, die Willenskraft schwächt sich ab, und eine subtile Verzweiflung macht sich breit, ebenso das Gefühl, dass Freiheit vielleicht für andere bestimmt ist, aber nicht für sie.

Was ist schiefgelaufen?

Die zwei Wölfe

Es gibt eine alte, in vielen Kulturen weitergegebene Lehre über zwei Wölfe, die jedem menschlichen Herzen innewohnen. Der eine Wolf steht für unsere höhere Natur: Geduld, Freundlichkeit, Wahrheit, Disziplin und Liebe zu dem, was ewig ist. Der andere Wolf steht für unsere niedere Natur, Impulsivität, Begierde, Täuschung, Nachsicht und Bindung an das, was vergänglich ist.

Ein junger Mann fragt seinen Lehrer: „Welcher Wolf gewinnt?“
Der Lehrer antwortet: „Der, den du fütterst.“



Die Lehre ist einfach, aber ihre Anwendung ist es nicht. Der Suchende, der mit anhaltendem Verlangen kämpft, füttert beide Wölfe. In der Morgenmeditation erhält der höhere Wolf seinen Anteil, auch bei der abendlichen Reinigen wird der höhere Wolf gestärkt. In Momenten der Klarheit und Entschlossenheit wächst der höhere Wolf.

Dann kommt ein Auslöser, und der niedere Wolf, der ebenfalls durch Genuss, Phantasien und die heimliche Freude der Erwartung genährt wurde, erhebt sich mit seiner eigenen Kraft. Und in diesem Moment der Konfrontation setzt sich der stärkere Wolf durch. Das Problem ist nicht, dass der Suchende eine niedere Natur hat, die hat jeder. Das Problem ist, dass die Fütterung zu ausgewogen war, sodass beide Wölfe am Leben und kräftig geblieben sind. Der Kampf ging weiter, weil keine Seite entscheidend geschwächt werden durfte.

Warum Cleaning allein vielleicht nicht reicht

Die Heartfulness-Praxis des Reinigens ist tiefgründig. Jeden Abend sitzt der Suchende da, stellt sich vor, wie die Komplexitäten und Unreinheiten des Tages aus seinem Rücken herausströmen, und empfängt das von vorne einströmende göttliche Licht. Eindrücke lösen sich auf und das System wird leichter. Die Freiheit rückt näher. Dennoch berichten einige Suchende, dass trotz jahrelangem fleißigem Cleaning bestimmte Tendenzen hartnäckig bestehen bleiben. Ihre Wünsche kehren zurück, manchmal mit größerer Kraft als zuvor, und so bleibt das Muster bestehen. Warum?

Das liegt daran, dass die Reinigung nur das entfernt, was das Herz bereit ist loszulassen. Wenn eine Tendenz heimlich gehegt wird, wenn ein Teil der Psyche mit versteckter Zuneigung daran festhält, stößt

das Cleaning auf Widerstand. Die Technik wirkt weiterhin auf ihrer eigenen Ebene. Die tiefere Wurzel bleibt durch die Identität, der sie dient, geschützt.

Überlegt einmal, was passiert, wenn die Reinigung am Abend durchgeführt wird, nachdem man den ganzen Tag wieder dem gleichen Muster erlegen ist. Der Verstand bereut, das Herz empfindet Bedauern, ein Gebet um Vergebung wird gesprochen und ein Versprechen gegeben. Die Frage ist aber: Wie aufrichtig ist dieses Versprechen?

Das halbherzige Gebet

Es gibt einen großen Unterschied zwischen dem Willen, etwas zu wollen, und es tatsächlich zu wollen. Ein Suchender, der mit anhaltendem Verlangen kämpft, möchte vielleicht wirklich Freiheit erlangen. Im Moment der Reue ist dieser Wunsch intensiv. Im Moment des Gebets fühlt sich das Bestreben echt an. In der Stille der Meditation scheint die Befreiung nah.

Dann taucht der Auslöser auf. Daraus entsteht eine bestimmte Situation, und der alte Pfad im Nervensystem wird aktiviert, was oft zu Reaktionen führt, die tief im Unterbewusstsein vergraben sind. Plötzlich verflüchtigt sich all das Bestreben nach etwas Höherem.



Es gibt einen großen Unterschied zwischen dem Willen, etwas zu wollen, und es tatsächlich zu wollen. Ein Suchender, der mit anhaltendem Verlangen kämpft, möchte vielleicht wirklich Freiheit erlangen. Im Moment der Reue ist dieser Wunsch intensiv. Im Moment des Gebets fühlt sich das Bestreben echt an. In der Stille der Meditation scheint die Befreiung nah.

Was bleibt, ist die rohe Drang des Begehrens, und in diesem Moment entdeckt der Suchende, wie flach die Wurzeln seines angestrebten Ziels wirklich waren.

Das ist keine Heuchelei, sondern menschlich. Das Problem ist nicht, dass wir lügen, wenn wir sagen, wir wollten Freiheit. Das Problem ist, dass wir noch kein Bestreben entwickelt haben, das stark genug ist, um der Konfrontation standzuhalten. Das Gebet ist echt, aber es ist auch halbherzig.

Der Kaufmann und der Mönch

Eine Geschichte aus der indischen Tradition veranschaulicht dies gut. Ein Kaufmann kam aus Sorge zu einem Mönch, weil er nicht aufhören konnte, seine Kunden zu betrügen.

„Ich weiß, dass es falsch ist“, sagte er. „Jeden Abend gelobe ich, ehrlich zu sein, doch jeden Morgen ertappe ich mich wieder beim Lügen. Was ist nur los mit mir?“

Der Mönch fragte: „Wenn du abends dein Gelübde ablegst, willst du dann wirklich ehrlich sein?“ „Ja, auf jeden Fall“, antwortete der Kaufmann.

„Und wenn der Morgen kommt und ein Kunde vor dir steht, willst du dann immer noch ehrlich sein?“

Der Kaufmann hielt inne und antwortete: „In diesem Moment will ich lieber den Verkauf.“

„Dann wird dein Abendgelübde von dem einen Mann abgelegt, und deine morgendliche Entscheidung wird von einem anderen getroffen. Bis sie derselbe Mann werden, wirst du dein Gelübde weiterhin brechen.“

Der Händler fragte, wie er sie zu ein und derselben Person machen könne.

Der Mönch antwortete: „Du musst herausfinden, was du mehr willst als den Verkauf. Wenn du es gefunden hast, wird das Lügen von selbst aufhören.“

Die Aushöhlung des Willens

Bei wiederholten Fehlschlägen wirkt ein mechanisches Prinzip. Jeder Zusammenbruch schwächt die Struktur für die nächste Belastung. Eine Brücke, die für eine bestimmte Belastung ausgelegt ist, kann einmalig eine etwas höhere Belastung aushalten, aber wenn dies wiederholt geschieht, entstehen Mikrorisse. Die Brücke sieht vielleicht noch solide aus, aber der Schaden besteht in ihrem Inneren. Schließlich führt eine scheinbar geringfügige Überlastung zu einem katastrophalen Versagen.

Willenskraft funktioniert ähnlich. Jedes Mal, wenn sie außer Kraft gesetzt wird, jedes Mal, wenn die klare Entscheidung des höheren Bewusstseins von der Welle des Verlangens beiseite gefegt wird, zerbricht etwas. Der Bruch mag unsichtbar sein, während sich der Schaden langsam aufbaut.

Deshalb sagen Suchende oft, die schon häufig gescheitert sind, dass sie sich schwächer fühlen als zu Beginn. Sie dachten, dass sie durch Übung stärker werden würden, aber wiederholte Misserfolge haben genau die Fähigkeit untergraben, die sie aufbauen wollten. Die Lösung besteht nicht darin, den Willen zu prüfen. Die Lösung besteht darin, ihn nicht mehr in eine Situation zu bringen, in der er scheitern kann.

Die ehrliche Einschätzung

Veränderung beginnt mit einer schonungslosen Ehrlichkeit über den tatsächlichen Zustand des Herzens. Die meisten von uns überschätzen ihr Engagement für die Freiheit und unterschätzen ihre Bindung an ihre Muster. Diese Fehleinschätzung führt zu Versprechen, die nicht eingehalten werden können, und untergräbt damit das oben beschriebene Vertrauen.

Wie würde eine ehrliche Einschätzung aussehen? Es würde bedeuten, ohne Scham oder Rechtfertigung das genaue Ausmaß des inneren Verlangens zuzugeben. Auf einer Skala von eins bis zehn: Wie sehr willst du tatsächlich Befreiung? Und auf derselben Skala: Wie sehr willst du das Vergnügen ausleben, das dir dein Muster vorgibt?

Für viele ist die ehrliche Antwort ernüchternd. Das Bestreben nach Freiheit könnte bei fünf oder sechs liegen, während die Anziehungskraft des Musters bei acht oder neun liegen könnte. Angesichts dieser Größenverhältnisse ist das Ergebnis jeder Konfrontation vorhersehbar. Das ist jedoch kein Grund zur Verzweiflung, sondern ein Grund für strategisches Vorgehen. Wenn dein Bestreben nach Befreiung schwächer ist als die Anziehungskraft der Sehnsüchte, arbeite an deinem Bestreben. Mach keine Versprechungen, die das aktuelle Größenverhältnis nicht hergibt. Konzentriere dich stattdessen darauf, das Größenverhältnis selbst zu verändern.

Was die Sehnsucht verstärkt

Die Sehnsucht nach dem Göttlichen wächst nicht durch Willenskraft, sondern indem man sich ihr aussetzt, und durch die Osmose, die sich daraus ergibt.

Wenn wir Zeit mit Meditation verbringen, passiert etwas, das über unsere bewusste Erfahrung hinausgeht. Das System empfängt Transmission, und das Herz nimmt etwas von dem Zustand auf, der übertragen wird. Mit der Zeit schafft das wiederholte Sichaussetzen dieser Übertragung eine neue Basis, eine neue Normalität und ein neues Gefühl dafür, was möglich ist.

Deshalb wird der Satsang, die wahre Gemeinschaft, so betont. In der Gegenwart eines Meisters oder eines hingebungsvollen Lehrers, dessen Sehnsucht vollkommen geworden ist, regt sich etwas in unseren Herzen. Es kommt zu einer Resonanz mit der Frequenz des höheren Willens, und unsere eigene Frequenz beginnt sich zu verändern.

Ähnlich verhält es sich, wenn wir Zeit damit verbringen, die Worte derer zu lesen, die diese Reise bereits gemacht haben; durch die Zeit, die wir damit verbringen, über das nachzudenken, was jenseits unserer Muster und Tendenzen liegt; durch die Zeit, die wir damit verbringen, anderen zu dienen, wodurch wir unsere Aufmerksamkeit von uns selbst ablenken. All dies nährt den höheren Wolf, während der niedere Wolf weniger Aufmerksamkeit erhält.



Wenn wir Zeit mit Meditation verbringen, passiert etwas, das über unsere bewusste Erfahrung hinausgeht. Das System empfängt Transmission, und das Herz nimmt etwas von dem Zustand auf, der übertragen wird. Mit der Zeit schafft das wiederholte Sichaussetzen dieser Übertragung eine neue Basis, eine neue Normalität und ein neues Gefühl dafür, was möglich ist.

Die Veränderung geschieht allmählich, sodass wir eines Tages feststellen, dass sich die morgendliche Begegnung mit einem anderen Menschen anders anfühlt. Der reaktive Drang mag noch da sein, aber es ist nun auch etwas anderes da – etwas, das vorher nicht vorhanden war oder zwar vorhanden war, aber schwächer. Das Verhältnis hat sich verschoben.

Die Qualität des inneren Rufes

Babuji Maharaj hat einmal gesagt, wenn das Verlangen nach Gott so stark wäre wie das Verlangen nach weltlichen Dingen, würde die Erkenntnis sofort kommen.

Überlegen wir einmal, was das bedeutet. Wenn eine starke Sehnsucht entsteht, erfasst es unser gesamtes System. Gedanken, Gefühle, Körper und Wille richten sich alle auf die Erfüllung aus. Der Widerstand bröckelt, weil es nichts gibt, was dem mit vergleichbarer Kraft entgegensteht. Was würde passieren, wenn die Sehnsucht nach Befreiung ebenso allumfassend wäre? Es müsste nicht gegen das geringere Verlangen ankämpfen, da es dieses einfach in sich absorbieren würde. So wie ein großer Fluss einen kleinen Bach aufnimmt, würde die größere Strömung das gesamte Wasser in eine Richtung tragen.

Deshalb kann uns ein halbherziges Gebet nicht verändern. Deshalb prallt oberflächliche Reue von den tieferen Mustern und Tendenzen ab. Die Intensität ist ungleichmäßig verteilt: Die Sehnsucht nach Befreiung ist wie eine Kerze, während die Anziehungskraft einer Gewohnheit einem Lagerfeuer gleicht. Solange sich das Verhältnis nicht ändert, ist das Ergebnis vorbestimmt.

Der Kokon und der Schmetterling

Es gibt eine Geschichte über einen Mann, der eines Tages einen Kokon fand und beobachtete, wie der Schmetterling sich mühsam daraus zu befreien versuchte. Die Öffnung war winzig, und der Schmetterling drückte und strengte sich stundenlang an. Aus Mitgefühl nahm der Mann eine Schere und schnitt den Kokon auf, um die Öffnung zu vergrößern. Der Schmetterling kam leicht heraus, aber sein Körper war geschwollen und seine Flügel waren verkümmert, sodass er nie würde fliegen können.

Was der Mann nicht verstand, war, dass das Kämpfen durch die winzige Öffnung ein natürlicher Prozess war, der Flüssigkeit aus dem Körper des Schmetterlings in seine Flügel drückte. Die sogenannte Schwierigkeit, die grausam erschien, war für den Schmetterling unerlässlich, um seine Flugfähigkeit zu entwickeln. Vergleichsweise



DER KAMPF
(Essentielles Wachstum)

DER KOKON & DER SCHMETTERLING: Der Sinn von Schwierigkeiten

Anstrengung drückt Flüssigkeit
in die Flügel.
Ermöglicht das Fliegen.

DIE ABKÜRZUNG
(Verkümmerte Flügel)



Schwierigkeit beseitigt.
Fähigkeit verhindert.

könnte der Suchende, der möchte, dass Gott ihm das Kämpfen auf seiner Reise abnimmt, darum bitten, mit verkümmerten Flügeln aus dem Kokon zu schlüpfen.

Viele Suchende beten um Befreiung von ihren Neigungen. Sie bitten Gott, ihre Wünsche zu beseitigen, ihren Willen zu stärken und den Weg zu erleichtern – aber oft scheint nichts zu passieren. Der Wunsch bleibt, der Wille bleibt schwach und der Weg bleibt schwierig. Dies führt bei einigen Suchenden zu Zweifeln und zum Verlust des Glaubens. Sie denken, dass Gott nicht zuhört, dass Gott sich nicht kümmert oder dass Gott nicht existiert... Aber es gibt noch eine andere Möglichkeit.

Was wäre, wenn Gottes Antwort darin besteht, die Schwierigkeit an sich für die Transformation zu nutzen? Was wäre, wenn der Kampf das Mittel ist, mit dem der Suchende genau die Stärke entwickelt, die für seine Befreiung erforderlich ist? Betrachten wir die Alternative. Wenn Gott einfach jede lästige Neigung auf Wunsch beseitigen würde, bliebe der Suchende spirituell auf kindlichem Niveau. Er würde niemals die innere Muskulatur entwickeln, die echte Befreiung erfordert. Er würde befreit werden, ohne frei zu sein. Der Kampf ist kein Beweis für göttliche Gleichgültigkeit, sondern Teil des Lehrplans.

Der Moment der wahren Reue

Es gibt einen Unterschied zwischen Bedauern und Reue. Bedauern sagt: „Ich wünschte, ich hätte das nicht getan. Ich fühle mich schlecht deswegen und hoffe, es beim nächsten Mal besser zu machen.“ Reue

sagt: „Ich sehe, was ich getan habe, ich sehe, was es kostet, und ich sehe, dass ich so nicht weitermachen kann. Etwas in mir wendet sich jetzt, in diesem Moment, in eine andere Richtung.“

Bedauern ist emotional und oft mit einer zunehmend schwereren Last von Schuld und Scham verbunden, während Reue existenziell ist. Bedauern kommt und geht auf der bewussten Ebene, während wir weiterhin unsere unbewussten Muster abspielen. Wahre Reue hingegen markiert einen klaren Vorher-Nachher-Unterschied und sie erfordert Maßnahmen, um die Muster zu durchbrechen.

Die zehnte Maxime¹ von Babuji Maharaj fordert wahre Reue, nicht nur Bedauern. Die von Babuji beschriebene Haltung des Bittenden ist keine Haltung des Selbstmitleids oder der Trauer, sondern eine Haltung kindlicher Ehrlichkeit vor dem Göttlichen, die nichts verbirgt, nichts

BEDAUERN vs. REUE: Die Anatomie der Wandlung

BEDAUERN (Der Blick zurück)



Ego-Fixierung. „Ich wünschte, ich hätte es nicht getan.“

Scham-Spirale. Emotionale Schleife.

REUE (Existentieller Wendepunkt)



Absolute Ehrlichkeit. „So kann ich nicht weitermachen. Hilf mir.“

Ein „Vorher und Nachher“. Nach vorn gerichtete Wandlung.

verteidigt, sondern einfach den tatsächlichen Zustand des Herzens darstellt und um Hilfe bittet.

Wenn Reue echt ist, macht sie keine Versprechungen, die sie nicht halten kann. Stattdessen sagt sie: „Das bin ich. Das habe ich getan. Ich weiß nicht, ob ich damit aufhören kann, aber ich weiß, dass ich damit aufhören möchte. Bitte hilf mir.“ Diese Art von Gebet reicht tiefer als unsere Muster und Tendenzen. Eine solche Ehrlichkeit ebnet den Weg für Gnade, wo Anstrengungen versagt haben.

Was unsere Verhaltensmuster wirklich wollen

Es gibt ein Geheimnis, das unsere Beziehung zu unseren Wünschen sofort verändert: Unsere Muster wollen nicht das, was sie aus unserer Sicht scheinbar wollen, sondern sie weisen tatsächlich auf etwas Tieferes hin. Das Verlangen nach körperlichem Vergnügen ist im Grunde genommen ein Verlangen nach Vereinigung. Die ruhelose Suche nach momentaner Befriedigung ist im Grunde genommen eine Suche nach dauerhafter Erfüllung. Das Festhalten an Vergänglichem ist im Grunde genommen ein Versuch, das Ewige festzuhalten. Die Muster sind nicht falsch in dem, was sie suchen; sie sind falsch in dem, wo sie es suchen.

Wenn wir das verstehen, begegnen wir unseren Mustern eher mit Mitgefühl als mit einer Kampfansage: „Ich verstehe, wonach du suchst. Es ist nicht hier, aber ich weiß, wo es ist. Komm mit mir.“

¹ Chandra, Ram., 2019. *Commentary on the Ten Maxims of Sahaj Marg*. Shri Ram Chandra Mission, India.

Diese Reaktion unterscheidet sich davon, gegen ein Muster anzukämpfen oder seine Existenz zu unterdrücken oder zu leugnen. Kämpfen verhärtet beide Seiten nur, und Leugnen lässt das Muster im Unterbewusstsein weiter schwelen, wo es immer noch getriggert werden kann. Auf der anderen Seite packt das Werfen von Licht auf die Zusammenhänge das Missverständnis an der Wurzel.

Die Wende, die alles verändert

An einem gewissen Punkt auf der Reise verändert sich etwas. Es ist keine dramatische Veränderung und es gibt keine Fanfaren. Oft merken wir es nicht sofort, aber unser Schwerpunkt verschiebt sich. Früher war das Herz auf Vergnügen ausgerichtet, mit gelegentlichen Blicken in Richtung Freiheit. Jetzt ist das Herz auf Freiheit ausgerichtet, mit gelegentlichen Rückfällen auf alte Muster. Die Rückfälle bestehen fort, aber die Ausrichtung hat sich geändert.

Diese Veränderung kann nicht erzwungen werden, aber wir können uns darauf vorbereiten. Ein Segelanfänger wird bei starkem Wind und hohen Wellen kentern, aber durch konsequentes Üben wird er schließlich in der Lage sein, bei allen Wetterbedingungen zu segeln. In ähnlicher Weise bereitet uns unsere Praxis – das tägliche Cleaning, die tägliche Meditation, die ehrliche Selbsteinschätzung, die gesammelten Konsequenzen des Fallens und die wachsende Vertrautheit mit dem, was jenseits unserer Muster liegt – auf die weitere Reise vor. Dann geschieht die Veränderung von selbst durch Gnade, zu ihrer Zeit, wenn das Herz bereit ist.

Für den, der immer wieder hinfällt

Wenn du das hier liest und deine eigene Herausforderung erkennst, sei dir bewusst, dass das Hinfallen nicht umsonst war. Jeder Zusammenbruch hat etwas in dir hinterlassen, und jede Erholung hat etwas aufgebaut. Die Tatsache, dass du die Last davon spürst, zeigt, dass etwas in dir nicht aufgegeben hat.

Was jetzt nötig ist, ist nicht eine größere Anstrengung der gleichen Art, sondern eine Veränderung der Qualität des Wollens. Hier sind einige Vorschläge:

Hör auf, Versprechen zu machen, die du nicht halten kannst. Versuche stattdessen eine ehrliche Einschätzung: Wie sehr willst du tatsächlich Freiheit erreichen? Messe dies daran, wie sehr du von den Mustern deiner Wünsche beeinflusst wirst. Sei präzise, sei unerschrocken und werde dir der relativen Anziehungskräfte deiner Muster bewusst.

Frag dich dann: „Wie kann sich das Verhältnis verschieben?“ Dies wird nicht durch Willenskraft oder moralisches Streben geschehen, sondern dadurch, dass du den größeren Hunger stillst und den kleineren hungern lässt. Das erreichst du, indem du dich der Transmission (Pranahuti) aussetzt, die die tiefere Sehnsucht in dir weckt, und indem du mit Menschen zusammen bist, deren Ausrichtung dich an deine eigenen höchsten Möglichkeiten erinnert.

Das Versprechen, das es wert ist, gehalten zu werden

Es gibt ein Versprechen, das es wert ist, gehalten zu werden – das Versprechen, es weiter zu versuchen. Es macht keinen Sinn zu

versprechen, bei jedem Versuch erfolgreich zu sein, da dies außerhalb der menschlichen Möglichkeiten liegt. Weiter zu versuchen, weiter aufzusteigen, das Herz weiter auf das Höchste auszurichten – all das liegt in unserer Reichweite.

Das Göttliche misst den Fortschritt nicht an der Abwesenheit von Misserfolgen, sondern an der Beharrlichkeit des Strebens. Der Suchende, der tausendmal hinfällt und tausendundeinmal wieder aufsteht, hat etwas Wichtiges bewiesen: Er hat sich geweigert, den Weg aufzugeben. Diese Weigerung ist an sich schon ein Sieg, und die Beharrlichkeit ist an sich schon eine Verwandlung. Mit der Zeit reift das, was als hartnäckige und manchmal mechanische Anstrengung beginnt, zu einer natürlichen Ausrichtung heran. Was zuvor Kampf bedeutete, beginnt nun zu fließen, und was zuvor geteilt war, wird nun zu einem Ganzen.

Das geteilte Herz bleibt nicht für immer geteilt.

Eines Tages findet es ohne großes Aufsehen ganz einfach seine Richtung.

Und wenn es das tut, fragt es sich, warum es jemals anders gehandelt hat.



Der Kampf in uns ist real. Der Weg durch diesen Kampf bedeutet ehrliche Sehnsucht. Das Ergebnis ist bereits in der Natur des Bewusstseins selbst geschrieben – was wahr ist, bleibt bestehen, und was falsch ist, verwelkt. Deine Aufgabe ist es, dich immer wieder auf das Wahre auszurichten, bis diese Ausrichtung dauerhaft wird.

Diese Ausrichtung wird Freiheit genannt.
Und diese Freiheit ruft dich, nach Hause zu kommen.

Om Shanti, Shanti, Shanti.

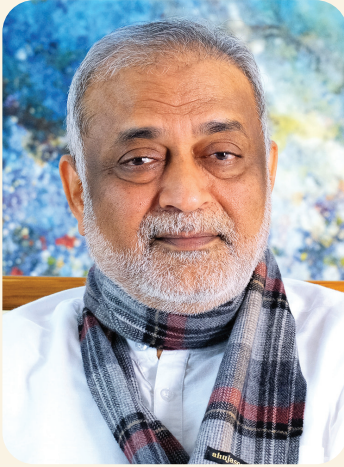
Mit Liebe und Respekt,

Kamlesh

Pujya Shri Lalaji Maharaj's Geburtstag, 2. Februar, 2026



*Message anlässlich des 153. Geburtstags von
Pujya Shri Lalaji Maharaj
1., 2. und 3. Februar 2026 in Kanha Shanti Vanam*



Masterclasses mit Daaji

Du kannst jederzeit mit der Heartfulness-Meditation beginnen! Nimm an Daajis dreiteiliger Masterclass-Reihe teil, in der er die Vorteile der Heartfulness-Methode vorstellt und erklärt, wie du die Heartfulness-Entspannung, Meditation, Reinigung und das Gebet in deinen Alltag integrieren kannst. Alle Masterclasses sind kostenlos.



<https://heartfulness.org/global/masterclass/>

Heartfulness Praxis

Entdecke die Heartfulness-Praxis
– lerne, dich zu entspannen,
zu meditieren, zu reinigen und zu beten.



<https://www.heartfulnessmeditation.de/>

heartfulness

purity | weaves destiny

