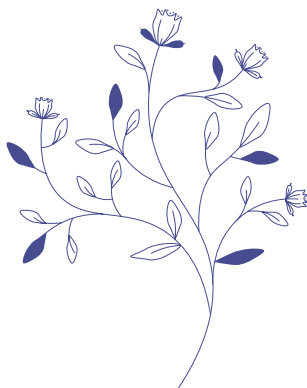


Izgraditi čvrste temelje

Predanost, svrha i povjerenje



DAAJI

Poruka povodom Zlatnog jubileja

YOGASHRAM SHAHJAHANPUR

Grupa 2: 16. – 18. veljače 2026

Izgraditi čvrste temelje

Predanost, svrha i povjerenje

Dragi prijatelji,

Tijekom proteklih dana ovog Zlatnog jubileja zadržali smo se na dvama pitanjima koja zadiru duboko u duhovni život.

- U *Podijeljenom srcu* istraživali smo drevnu borbu između želje i težnje. Tekst opisuje tragatelja koji zna što je ispravno, ali u trenutku kada treba donijeti odluku i obvezati se, biva ponesen.
- U *Buđenju svrhe* razmatrali smo neobičnu paralizu duše koja ima svu potrebnu energiju, ali je izgubila svoju svrhu, svoj razlog za pokretanje.

No postoji i treći neprijatelj; onaj koji ne dijeli srce niti uspavljuje vatru, već je mnogo suptilniji. On čeka dok se srce ne odluči obvezati, dok se plamen ne zapali i praksa počne donositi stvarne plodove, a zatim šapne: „**Jesi li siguran?**“

Taj neprijatelj je sumnja. Od sve trojice, možda je najopasniji, jer ne napada one koji su podbacili. Napada one koji uspiju, ali odbijaju povjerovati u to.

Nepovjerenje u vlastito iskustvo

Jedan od naših preceptora obratio mi se u vezi sa situacijom jedne sestre *abhyasi* u njegovom centru. Meditirala je jedanaest godina; jedanaest postojanih godina. Govorila je o miru koji joj ispunjava jutro, o strpljenju koje je postupno zamijenilo staru reaktivnost, o novoj sposobnosti da sjedi s nelagodom ne posežući za telefonom.

Pa ipak, dodala je, s tihom nelagodom nekoga tko stoji u vrtu i pita se je li proljeće doista stiglo: „Je li ovo stvarno ili se ja samo zavaravam?“

Drugi bi *abhyasi* mogao reći: „Gospodo, ako vam zavaravanje donosi jedanaest godina unutarnjeg mira, napišite, molim vas, knjigu o tome.“ Mi ostali se zavaravamo u tjeskobi i nazivamo to realizmom.

Samo razmislite: ako je ta takozvana samoobmana donijela jedanaest godina smirenosti, ne zaslužuje li to barem malo više povjerenja? I zašto jednako lako ne sumnjamo u svoje brige, iako nam ne donose ništa osim nemira?

Sestra *abhyasi* imala je sve osim jedne stvari koja bi sve učinila potpunim: **povjerenje u vlastito iskustvo.**

Razmotrimo njezinu situaciju u svjetlu onoga o čemu smo već govorili. Njezino srce nije bilo podijeljeno; napravila je mudar odabir i njezina je unutarnja vatra gorjela. Prakticirala je svako jutro i, za razliku od čovjeka u pedesetima iz *Podijeljenog srca*, nije bila rastrgana između težnje i želje.

Nije bila ni poput mlade žene iz *Buđenja svrhe*, kojoj je motivacija nestala iako je imala disciplinu, svrhu i pozitivne rezultate.

Pa ipak je bila blokirana jer se sumnja uvukla u nju. Njezina stagnacija nije proizašla iz nedostatka discipline ili težnje, nego iz sumnje u samu sebe; suptilne, tihe i destabilizirajuće sumnje.

Zato sumnja zaslužuje posebno razmatranje. Dok želja napada volju, a lijenost energiju, sumnja napada nešto još temeljnije: sposobnost prepoznavanja vlastite preobrazbe.

Suptilni otrov sumnje

Sumnja se razlikuje od znatiželje, jer znatiželja otvara vrata, dok sumnja zabija čavle, a potom stoji vani žaleći se na propuh. Sahaj Marg povlači pažljivu granicu između **viveka-e**, razboritog razlučivanja koje vodi mudrosti, i **sanshaya-e**, nagrizajuće sumnje koja truje percepciju.

Konstruktivno propitivanje pita: „Je li to istina?“ Traži što, kako, gdje i zašto.

Nagrizajuća sumnja pita: „Jesam li ja sposoban?“ Ona zamagljuje razumijevanje.



Sahaj Marg povlači pažljivu granicu između viveka-e, razboritog razlučivanja koje vodi mudrosti, i sanshaya-e, nagrizajuće sumnje koja truje percepciju.

Jedno traži jasnoću, drugo dovodi u pitanje identitet. A kada počnete dovoditi u pitanje vlastiti identitet, zapravo se prepirete sa vlastitom slikom u ogledalu.

U *Podijeljenom srcu* razmatrali smo sliku dvaju vukova u nama, jedan predstavlja našu višu prirodu, a drugi niže porive. Shvatili smo da na kraju prevlada onaj kojega hranimo.

Sumnja nije ni jedan od tih vukova. Sumnja je glas koji vam govori da je hraniti besmisleno. Sjedi izvan borbe i šapuće da nijedan vuk nije stvaran, da je hrana koju nudite imaginarna i da je cijeli pothvat duhovnog rasta priča koju sami sebi pričate. Zato je suptilnija od želje ili tromosti. Ne natječe se s težnjom. Ona podriva samo tlo na kojem težnja stoji.

Postoji jedan krasan razgovor koji pokazuje koliko duboko seže područje sumnje. Kada je Babuji ušao u Središnju regiju, najprofinjenu razinu duhovnog iskustva, nije pronašao nijedan od znakova koje povezujemo s postignućem: ni blaženstvo, ni vizije, ni ikakve „vatromete“. Nije bilo ničega, barem ne za um naviknut na posebne efekte.

Povjerio se Lalajiju: „Moji raniji dani bili su mnogo bolji. Ovo izgleda kao ništa.“ Lalaji je jednostavno upitao: „Trebalo li ukloniti to stanje?“ Babuji je odmah odgovorio: „Ne, Gospodine. Ako to učinite, bit će to moj posljednji dah.“

U tom stanju Babuji nije pronašao ni ljepotu, ni privlačnost, ni prepoznatljivo zadovoljstvo. Pa ipak, vidimo da, tko ga jeokusio, ne može živjeti bez njega. To je ono što leži izvan nadležnosti sumnje:

stanje koje je toliko utkano u biće da bi njegovo uklanjanje bilo nerazlučivo od nepostojanja. Duša ne raspravlja o onome što zna.

To je kao otkriti savršenu simetriju u samom središtu vlastitog bića. Ne bliješti i ne uzbuđuje osjetila, ali kada se jednom ta unutarnja ravnoteža spozna, život postaje stabilan i cjelovit. Ukloniti je značilo bi narušiti simetriju i destabilizirati osobu.

Arhitektura samopouzdanja

Latinsko *con-fidare* znači „s povjerenjem“. Ono ne jamči uspjeh, već duboko povjerenje da možete ovladati svime što život donese.

Sumnja lomi to povjerenje. Latinsko *dubius* dolazi od korijena koji znači „dva“, i sugerira dvojnost ili podjelu. Kada se um podijeli na onoga koji djeluje i onoga koji kritizira, to je kao da ste zaposlili unutarnjeg suca koji nikada ne miruje.

Sumnja se predstavlja kao potraga za istinom, a kada radnja puna sumnje ne uspije zbog oklijevanja, sama sebi potvrđuje da je bila u pravu: „Rekla sam ti!“ Tako sumnja proizvodi vlastite dokaze stvarajući ishode koji potvrđuju njezin stav; izuzetno nepošten trik za nešto što za sebe tvrdi da traži istinu!



To je kao otkriti savršenu simetriju u samom središtu vlastitog bića. Ona ne blista niti uzbuđuje osjetila, ali kada se jednom spozna ta unutarnja ravnoteža, život djeluje stabilno i cjelovito.

U *Buđenju svrhe* govorili smo o tome kako lijenost nije nedostatak energije, već energija bez cilja. Sumnja djeluje na paralelnoj razini. Ona nije nedostatak iskustva, već iskustvo bez povjerenja. Lijen čovjek ima gorivo, ali nema plamen. Sumnjičav čovjek ima i gorivo i plamen, ali stalno provjerava je li vatra stvarna i u tom provjeravanju dopušta da se ona ohladi.

Bhagavad Gita je nemilosrdna: *Samshayatma vinashyati* — sumnjičava duša propada.

Tko sumnja u svoju praksu počinje sumnjati u svoj put.

Tko sumnja u svoj put počinje sumnjati u svog vođu.

Tko sumnja u svog vođu počinje sumnjati i u samo vodstvo.

Svaka sumnja je poput povlačenja niti s džempera da bismo se onda čudili kada na koncu drhtimo. Malo po malo razgrađujete strukturu dok ništa ne ostane.

A što je s poniznošću? Poniznost nije sumnja. Poniznost kaže: „Ne znam sve“, dok sumnja kaže: „Nisam dovoljan.“ Jedna otvara vrata razvoju, druga ih zatvara i proguta ključ.

Prisjetimo se metafore iz *Podijeljenog srca*. Govorili smo o tome kako ponovljeni neuspjesi stvaraju mikropukotine u snazi volje. To je nevidljiva šteta koja se nakuplja sve dok naizgled malo opterećenje ne izazove katastrofalan slom. Sumnja na isti način djeluje na vjeru.

Svaki put kada se iskustvo odbaci, svaki put kada unutarnji glas kaže „to si samo zamislio“, pojavljuje se mikropukotina u strukturi povjerenja. Vjera možda i dalje izvana izgleda čvrsto, ali šteta je

napravljena unutra. I jednog dana, ono što je trebalo biti tek mala nestabilnost postaje potpuni slom samopouzdanja. Ne zato što je praksa zakazala, nego zato što su nagomilana odbacivanja konačno slomila temelj.

To je srušeni temelj; slomljen ne neuspjehom, nego odbijanjem da se prizna uspjeh.

Hrabrost: protuotrov sumnji

Ako ste se protiv sumnje borili izravno, borili ste se na njezinu teritoriju, na domaćem terenu. Teško je pobijediti sumnju na njezinu terenu. Um koji raspravlja sa sumnjom unaprijed je izgubio bitku, jer sumnja ima beskonačnu količinu streljiva i apsolutno nikakav interes da se dođe do zaključka.

Zamislite sumnju kao stalnog putnika u vozilu kojim se vozite kroz život. Može govoriti i čak pripovijedati razrađene katastrofe. Može predviđati šesnaest različitih načina na koje će stvari poći po zlu, ali nikada joj ne smijete dopustiti da dotakne upravljač.

Drugim riječima, sumnja može upozoravati, komentirati ili alarmirati, ali ne smije upravljati vašim životom.



Zamislite sumnju kao stalnog putnika u vozilu kojim se vozite kroz život. Može govoriti i čak pripovijedati razrađene katastrofe. Može predviđati šesnaest različitih načina na koje će stvari poći po zlu, ali nikada joj ne smijete dopustiti da dotakne upravljač.

U *Podijeljenom srcu* vidjeli smo da se borba između želje i težnje ne dobiva borbom protiv nižeg poriva, nego povećavanjem više čežnje sve dok ona ne obuhvati sve ostalo. Isti princip vrijedi i ovdje. Sumnju ne pobjeđujete raspravljajući s njom. Sumnju pobjeđujete tako što skupite toliko izravnog iskustva da rasprava postaje nevažna. Tko je okusio med ne mora raspravljati postoji li slatkoća.

Stoga su protuotrov sumnji izravno iskustvo i hrabrost. Hrabrost dopušta sumnji da postoji, ali joj odbija dati moć da vetom zaustavi djelovanje. Izravno iskustvo je u konačnici potpuno rastvara.

Vjera, pak, djeluje drugačije i od sumnje i od sigurnosti. Ona ne raspravlja. Ona jednostavno stoji na tlu po kojem se hodalo i kaže: **ovo drži.**

Putanja rasta

Duhovnost je, u svojoj biti, umijeće doživljavanja onoga što smo dugo smatrali samo uvjerenjem. Počinjemo s posuđenim riječima poput „Bog je ljubav“ ili „duša je besmrtna“. To su zasigurno lijepa uvjerenja, ali uvjerenja su poput zadužnica. Dok isplata ne stigne, sumnja šapuće: „Što ako je ta zadužnica bezvrijedna?“

U *Buđenju svrhe* primijetili smo da se tzv. lijena osoba, kada ju nešto doista zanima, nikada ne umara, ne jede i radi cijelu noć bez prigovora. To pokazuje da je energija uvijek bila prisutna, ali je plamen nedostajao. Ovdje postoji paralela. Kada iskustvo doista stigne, kada meditانت osjeti nešto nedvojbeno u prsima, intelektualna rasprava o tome djeluje li meditacija ili ne postaje apsurdna. Iskustvo je cijelo vrijeme stizalo, ali je nedostajalo povjerenje.

Put od uvjerenja do iskustva slijedi preciznu putanju. Najprije osjećamo, zatim se nešto pokrene u srcu tijekom meditacije; ne ideja o Bogu, nego doživljeni susret s njim. Međutim taj osjećaj nije uvijek stalan, on dolazi i odlazi.

Pristup se nastavlja. Počinjemo postajati to što često osjećamo. Strpljenje koje se nekada javljalo samo tijekom meditacije sada je vidljivo i kada čekamo na semaforu. Mir koji se nekad osjećao sada postaje stalan, a naposljetku i vlada. Tada se dogodi dublja promjena. Više ne „vježbamo“ strpljenje već postajemo strpljivi.

Lanac rasta započinje tihom odlukom donesenom prije svitanja: “Sjest ću u meditaciji”. Ne zato što mi se da, nego zato što je nešto u meni to odlučilo, a o toj se odluci ne može ponovno pregovarati. Odluka vodi do prakse, bez obzira na sve – kada, gdje i kako! Praksa vodi do iskustva. Iskustvo rađa vjeru koju nikakav argument ne može uzdrmati, jer nije izgrađena na argumentu. Izgrađena je na svjedočanstvu samoga srca.

Svake večeri, kroz *cleaning* (čišćenje) pojednostavljujemo unutarnji krajolik. I evo spoznaje koja sve mijenja: sumnja treba složenu priču da bi preživjela. Pojednostavite unutarnji krajolik i sumnja



Odluka vodi do prakse, bez obzira na sve – kada, gdje i kako! Praksa vodi do iskustva. Iskustvo rađa vjeru koju nikakav argument ne može uzdrmati, jer nije izgrađena na argumentu. Izgrađena je na svjedočanstvu samoga srca.

jednostavno gladije. Treba joj drama kao što vatri treba gorivo. Uklonite dramu i nema što gorjeti.

Prisjetimo se sada čahure i leptira iz *Podijeljenog srca*. Čovjek koji je prezeo čahuru ne bi li olakšao stvari dobio je leptira smežuranih krila koji nikada nije mogao poletjeti. Sumnja čini nešto jednako razorno, ali iz suprotnog smjera. Umjesto da prerano ukloni borbu, sumnja govori leptiru da krila koja je razvio nisu stvarna. Borba je završila, krila su snažna, sposobnost leta potpuno razvijena, ali sumnja kaže: „Jesi li siguran da možeš letjeti? Možda bi trebao još malo ostati u čahuri. Za svaki slučaj!“ Leptir koji posluša taj glas nikada neće poletjeti. Ne zato što ne može letjeti, nego zato što su ga uvjerali da su mu krila izmišljena.

Temelj koji drži

Vratimo se sada našoj sestri abhyasi koja je meditirala jedanaest godina. Vjerovala je. Zatim je nešto osjetila: smirenost, strpljenje, ravnotežu. Prešla je prvi prag, a da to nije ni primijetila. Potom je doživljeno iskustvo preoblikovalo njezin karakter. Prešla je i drugi prag. Pa ipak, stajala je ondje pitajući: „Je li ovo stvarno?“

Sumnja nije spriječila njezinu preobrazbu, nego je učinila nešto suptilnije: spriječila ju je da je prepozna. Um uvježban u sumnji odbacit će svako iskustvo čim se pojavi: „To je bila samo relaksacija. To je bila samo mašta.“ Prepoznajte to odbacivanje onakvim kakvo jest: ne inteligencija, nego strah odjeven u laboratorijsku kutu koji se pretvara da je objektivnost.

Njoj nije trebalo više iskustva. Trebala joj je sigurnost i hrabrost da vjeruje vlastitom iskustvu.

U *Podijeljenom srcu* opisali smo tragatelje koji stalno daju obećanja koja ne mogu održati, koji precjenjuju svoju predanost slobodi i podcjenjuju svoju vezanost uz obrasce. Ova je abhyasi imala suprotan problem. Podcijenila je svoju preobrazbu i precijenila autoritet vlastite sumnje. Bila je uspješan tragatelj koji međutim nije mogao vidjeti vlastiti uspjeh.

Podijeljeno srce sumnja u svoju predanost. Uspavana vatra sumnja u svoju energiju. Napuknuti temelj sumnja u vlastitu čvrstoću. Od ta tri, posljednje je najteže, jer je temelj već postavljen. Posao je već obavljen. Preostaje samo vjerovati mu.

Samopouzdanje koje nosi tragatelja kroz to prepoznavanje nije naivno samopouzdanje s početka puta. Život ga razbije, možda tako i treba biti. Ali iz ruševina se rađa nešto dublje: tiho znanje onoga koji je sumnjao, ali je ipak prakticirao, koji je prošao put od vjerovanja do osjećanja do postajanja, bez potrebe za pljeskom. To drugo samopouzdanje ne znači da se sumnja više nikada ne pojavljuje; znači da joj ne dopuštate da upravlja vašim životom.

Svako jutro meditacija vas vodi dublje od vaših uvjerenja. Svake večeri čišćenje (cleaning) uklanja ono što nije vaše. Svaki čin hrabrosti slabi autoritet sumnje. Hodate tim putem: vaša jutra to potvrđuju, a vaše strpljenje to otkriva. Vaše vlastito srce, tiše nego prije nekoliko godina, to dokazuje. Ostaje samo pitanje hoćete li vjerovati onome što vam je život već pokazao ili ćete stajati na pragu vlastitog postajanja, zauvijek tražeći još jedan dokaz.

Jedan protuotrov za sve

Kroz ove tri poruke zajedno smo postavili mapu unutarnjeg teritorija:

Podijeljeno srce otkrilo je srce rastrgano između onoga što želi i onoga što zna.

Buđenje svrhe pokazalo je uzaludnost energije bez svrhe.

Izgradnja čvrstih temelja učvršćuje povjerenje u vlastita iskustva sprječavajući sumnji da ih potkopa.

To su tri otrova koji mogu zaustaviti vaše putovanje. No, promatrajući ih zajedno, vidimo jednu zajedničku nit.

Prije tisućljeća Ashtavakra je dao tako sažetu pouku da stane u jedan dah: *Vishayanvishavat tyaja* — napusti osjetilne objekte kao što bi napustio otrov. Za Ashtavakru su vishaye (osjetilni objekti) bili otrov: zavodljivosti vanjskog svijeta, beskrajna povorka privlačnosti koja raspršuje um i drži dušu vezanom za površinu.

Babuji je, govoreći iz dubine vlastitog ostvarenja, prepoznao suptilniji otrov: „Sumnja je otrov za duhovnost.“

Uočite kako se ta dva upozorenja nadopunjuju kroz stoljeća. Ashtavakra upozorava na otrov koji dolazi izvana: svijet koji vas odvlači od vas samih. Babuji upozorava na otrov koji nastaje iznutra: um koji se okreće protiv vlastitog iskustva. Jedan kvari tragatelja koji traži ispunjenje izvan sebe. Drugi kvari tragatelja koji se već okrenuo prema unutra, ali odbija vjerovati onome što je tamo pronašao.

A što je s otrovom između, težinom koja se spusti kada svrha izbljedi? I to je obuhvaćeno. *Vishaye* raspršuju pažnju prema van. Sumnja nagriza povjerenje iznutra. A besciljnost, *tamas* o kojem smo govorili u *Buđenju svrhe*, ispunjava prazninu kada se izugube i vanjska privlačnost i unutarnje povjerenje.

Tri otrova: rastresenost, tromost i nevjerica. Vanjski, srednji i unutarnji.

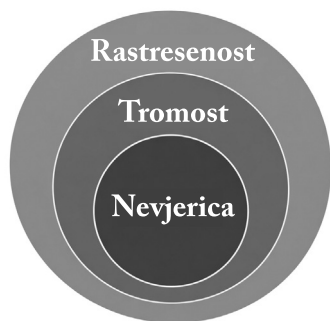
Tri protuotrova: predanost, svrha i vjera. Vanjski, srednji i unutarnji.

Stara mudrost kaže: *Himmate marda to madade Khuda*. To znači da kada skupimo hrabrost da učinimo jedan korak, Bog prelazi preostalu udaljenost.

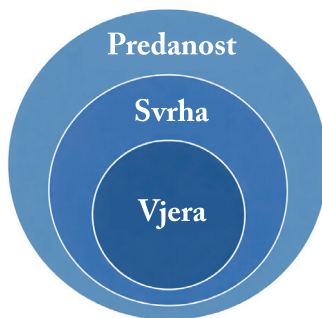
Podijeljeno srce treba hrabrost da izabere.

Uspavana vatra treba hrabrost da se pokrene.

Napuknuti temelj treba hrabrost da vjeruje.



Tri otrova



Tri protuotrova



Stara mudrost kaže: Himmate marda to madade Khuda. To znači da kada skupimo hrabrost da učinimo jedan korak, Bog prelazi preostalu udaljenost.

A u svakom od ovih slučajeva, u trenutku kada prizovemo tu hrabrost, nešto veće nas susretne na pola puta. Protuotrov za sva tri otrova je isti: **vjera i hrabrost koje djeluju kao jedno.**

S ljubavlju i molitvama,

Kamlesh



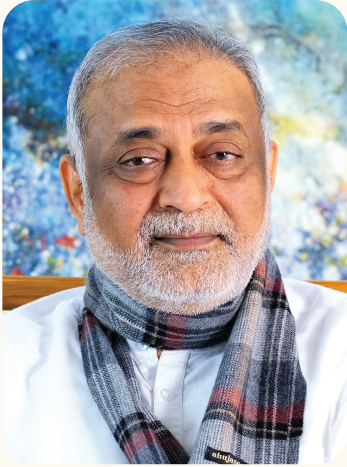
Poruka povodom Zlatnog jubileja

Yogashram Shahjahanpur

Grupa 2: 16. – 18. veljače 2026

A series of 15 horizontal dashed lines spanning the width of the page, providing a template for handwriting practice.

A series of 18 horizontal dashed lines for writing.



Masterclasses s Daaji-jem

Možete početi prakticanje Heartfulness- a bilo kada. Pridružite se Daaji-ju u seriji od 3 masterclass radionice u kojima vas uvodi u dobrobiti metode Heartfulness i objašnjava kako uvesti u svakodnevnicu Heartfulness opuštanje, meditaciju, cleaning i molitvu. Sve su Masterclass radionice besplatne.



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

Tehnike Heartfulness-a

Otkrijte tehnike Heartfulness-a, kako se relaksirati, meditirati, očistiti i moliti.



<https://heartfulness.org/in-en/heartfulness-practices/>



The image features a white background with two decorative blue brushstroke lines. One line is in the top right corner, curving downwards and to the left. The other is in the bottom left corner, curving upwards and to the right. In the center, the word "heartfulness" is written in a gold, serif font. Below it, the phrase "purity weaves destiny" is written in a smaller, gold, sans-serif font, with a vertical line separating "purity" and "weaves".

heartfulness
purity weaves destiny