



त्या भिंतींच्या पलीकडे ज्यांना
तुम्ही पाहू शकत नाही

जेव्हा मनाचे मोकळेपण
पूर्वाग्रहाची जागा घेते

दाजी

शाहजहाँपूरमधील योगाश्रमाच्या

सुवर्णमहोत्सवानिमित्त दाजींनी दिलेला संदेश

पाचवी बॅच : 28 फेब्रुवारी ते 2 मार्च, 2026

त्या भिंतींच्या पलीकडे ज्यांना
तुम्ही पाहू शकत नाही
जेव्हा मनाचे मोकळेपण
पूर्वाग्रहाची जागा घेते

प्रिय मित्रांनो,

एका माणसाला वारसाहक्काने एक घर मिळते, ज्याच्या प्रत्येक भिंतीवर रंगीत काचांच्या खिडक्या असतात आणि त्यातील प्रत्येक तावदान बाहेरील जग एका विशिष्ट रंगातच दाखवते. निळ्या काचेतून बाग उदास दिसते. लाल काचेतून तीच बाग भयप्रद भासते. पिवळसर तपकिरी काचेतून सर्व काही जुने आणि निस्तेज दिसते. तो माणूस याच खिडक्यांसह इतका काळ राहिलेला असतो की त्या काचा रंगीत आहेत, हे त्याच्या खिजगणतीतही नसते. त्याला वाटते की जग खरोखर तसेच आहे, जसे त्याला दिसत आहे. एका पावसाळी संध्याकाळी, वादळामुळे खिडकीचे एक तावदान तडकते आणि त्या फटीतून त्याला स्पष्टपणे अशा रंगांची झलक दिसते, ज्यांची नावेही त्याला ठाऊक नसतात.

आपल्यापैकी बहुतेक जण अशाच घरात राहतात. वारसाहक्काने मिळालेली तावदाने आपण बसवलेली नसतात. ती आपले कुटुंब, संस्कृती, समाज आणि स्वतःच्या अनुभवांनी तिथे बसवलेली असतात. खरा धोका त्या रंगांमध्ये नसतो, तर त्या काचा रंगीत आहेत हे वास्तवच आपण विसरलो आहोत, यात असतो. आपण आपल्या पूर्वाग्रहदूषित दृष्टीने जगाकडे पाहतो आणि आपल्याला वाटते की आपण स्पष्टपणे पाहत आहोत, सत्य पाहत आहोत. हीच ती स्थिती, जी बाबूजींनी अगदी अचूक ओळखली. ते म्हणाले, “पूर्वाग्रह हे आध्यात्मिक जीवनातील सर्वात घातक विष आहे.”

ते विष जे सुज्ञपणा भासते

विष हा शब्द अतिशय सूचक आहे. म्हणजेच, विष एखाद्या जिवंत संरचनेत शिरते आणि तिला आतून पोखरून टाकते. विषबाधा झालेल्या शरीरात जोपर्यंत मोठा बिघाड होत नाही, तोपर्यंत विष चढल्याचे जाणवतही नाही. नेमकी हीच गोष्ट, हा पूर्वाग्रह, आपण आत्तापर्यंत ऊहापोह केलेल्या अन्य कोणत्याही अडथळ्यापेक्षा, अधिक घातक आहे, हे सिद्ध करते. ‘उद्दिष्टाची जागृती’ मध्ये आळस उघड दिसत होता; ‘भक्कम पायाची उभारणी’ मध्ये संशयाची जाणीव होत होती. ‘आकाशाला गवसणी’ मध्ये प्रामाणिकपणे जाणण्याची इच्छा असलेल्या कोणालाही गर्व ओळखता येत होता. परंतु पूर्वाग्रह? तो तर विवेकबुद्धीचा मुखवटा धारण करून येतो. तो स्वतःला सत्यनिष्ठा, अनुभूतीतून लाभलेला सुज्ञपणा आणि पारखण्याची प्रगल्भ क्षमता या रूपात सादर करतो. पूर्वाग्रहदूषित मनाला हा विकार नसून सत्यच वाटते.

महान अमेरिकन शिक्षणतज्ञ जॉन ड्युई यांनी संकुचित मनोवृत्तीला “अकाली आलेले बौद्धिक वार्धक्य” म्हटले आहे. मन त्याची लवचिकता गमावते. ते आता जे खरोखर नवीन आहे ते स्वीकारू शकत नाही, त्याचे विश्लेषण करू शकत नाही किंवा त्याला प्रतिसादही देऊ शकत नाही. प्रत्येक नवीन व्यक्ती, प्रत्येक अपरिचित संकल्पना आणि विद्यमान चौकटीत न बसणारा प्रत्येक अनुभव, पूर्वसंचित निष्कर्षांच्या चष्यातूनच पाहिला जातो. आपण सत्याला सामोरे जाण्याचे सोडून देतो आणि त्याऐवजी सत्याबद्दलच्या आपल्याच मतांना सत्य मानू लागतो. आपण या दोन्हीची गल्लत करतो. आपण त्यांना एकच समजतो.

तो पूर्वाग्रह जो अहंकाराच्या साखळीला दृढ करतो

बाबूजींची ही अंतर्दृष्टी मानसशास्त्राच्या पलीकडे जाऊन, एका आधिभौतिक परिणामाचा वेध घेते. त्यांच्या मते, पूर्वाग्रह आपल्या अहंकाराच्या साखळीत आणखी एक कडी जोडतो. याचा अर्थ काय ते पाहूया. पूर्वाग्रहाची प्रत्येक कृती मुळात एक घोषवाक्यच असते : *माझा दृष्टिकोन हाच उचित दृष्टिकोन आहे. माझा गट हाच श्रेष्ठ गट आहे. माझी पाहण्याची पद्धत हीच पाहण्याची एकमेव पद्धत आहे.* जरी ते इतरांबद्दलचे

मत भासत असले तरी ते विधान, मुळात स्वतःबद्दलचाच अहंकार असते. असे प्रत्येक विधान, अहंकाराचे ते आवरण अधिक दृढ करत जाते, जे त्या प्रत्येक थेंबाला त्या महासागरापासून वेगळे ठेवते, ज्यात पुन्हा एकरूप होण्यास तो व्याकुळ असतो.

म्हणूनच बाबूजी अशा धक्कादायक निष्कर्षाप्रत येतात : अशा स्थितीत अनंताचा साक्षात्कार अशक्यच बनतो. ती गोष्ट कठीण किंवा अशक्यप्राय राहत नाही, तर ती पूर्णपणे अशक्य होऊन बसते. मर्यादेच्या भिंती बांधून तुम्ही अनंताप्रत जाऊ शकत नाही. वेगळे राहण्याचा अट्टाहास करून तुम्ही पूर्णत्वाशी एकरूप होऊ शकत नाही. ज्या चेतनेने स्वतःभोवती एक सीमारेषा आखली आहे आणि त्या सीमेच्या बाहेरील सर्व काही नगण्य, चुकीचे किंवा परके म्हणून घोषित केले आहे, ती स्वतःला विशालतेच्या अनुभूतीकरिता, संरचनात्मक दृष्टीने अपात्र ठरली आहे. हे पूर्णतः तर्कसंगत आहे.

तो सेतू जो भिंत बनला

बाबूजींच्या विश्लेषणातील सर्वात गंभीर पैलू म्हणजे कदाचित, पूर्वाग्रहांच्या प्रभावाने खुद्द धर्माची होणारी अवस्था. धर्म, ज्याची रचना मानव आणि परमात्मा यांच्यातील एक सेतू म्हणून केली गेली होती, तोच त्याऐवजी एक अडथळा बनतो. जोडण्याचे तेच साधन विलग करण्याचे माध्यम बनते. कसे? कारण जेव्हा आपण ‘माझाच धर्म हा एकमेव खरा धर्म आहे’ या चष्म्यातून पवित्रतेकडे पाहतो, तेव्हा आपण दिव्यतेच्या चैतन्यमय अनुभूतीच्या जागी, बाह्य स्वरूपाप्रति असलेल्या एका निर्जीव निष्ठेला महत्त्व देतो. आपण कलशाला पुजतो, पण ज्या जीवनामृतात त्याचे सार्थक आहे, त्या पाण्यालाच विसरतो.



मर्यादेच्या भिंती बांधून तुम्ही अनंताप्रत जाऊ शकत नाही. वेगळे राहण्याचा अट्टाहास करून तुम्ही पूर्णत्वाशी एकरूप होऊ शकत नाही. ज्या चेतनेने स्वतःभोवती एक सीमारेषा आखली आहे आणि त्या सीमेच्या बाहेरील सर्व काही नगण्य, चुकीचे किंवा परके म्हणून घोषित केले आहे, ती स्वतःला विशालतेच्या अनुभूतीकरिता, संरचनात्मक दृष्टीने अपात्र ठरली आहे. हे पूर्णतः तर्कसंगत आहे.

ही समस्या कोणत्याही एका विशिष्ट परंपरेपुरती मर्यादित नाही. जिथे जिथे मानव, चंद्राकडे निर्देश करणाऱ्या बोटालाच चंद्र समजण्याची चूक करतात, तिथे तिथे ही प्रवृत्ती जिवंत असते. ही प्रवृत्ती त्या हिंदूमध्ये राहते जो मुस्लिमाच्या शेजारी बसून ध्यान करणार नाही. ही त्या शास्त्रज्ञांमध्ये राहते जो सर्व आध्यात्मिक अनुभूतींना केवळ भ्रम मानून नाकारतो. आणि जर आपण स्वतःच्या बाबतीत निष्ठूरपणे प्रामाणिक असू, तर ही प्रवृत्ती आपल्यातही कुठेतरी शांतपणे दबा धरून बसलेली असू शकते; अशा कोपऱ्यांमध्ये ज्यांचे आपण अद्याप परीक्षण केलेले नाही, अशा गृहीतकांमध्ये, जी आपल्या इतकी अंगवळणी पडली आहेत की ती केवळ गृहीतके आहेत, याचाच आपल्याला विसर पडला आहे.

काचेला काय वितळवते

जसे रिकाम्या पेल्यात काहीतरी स्वीकारण्याची क्षमता असते, तसेच रिक्त हृदयात प्रेमासाठी जागा असते. प्रेम ही आपण निर्माण करण्याची गोष्ट नव्हे, तर जेव्हा आंतरिक स्थिती अनुकूल असते, तेव्हा ते उमलते. पूर्वाग्रह हे अशा खोलवर गेलेल्या मुळांपैकी एक आहे, जे उपटून टाकल्याशिवाय प्रेमाला उमलण्यास वाव मिळत नाही. आणि असे असूनही वास्तविक प्रेम हीच ती ऊर्जा आहे जी पूर्वाग्रहांना आतून वितळवून टाकते. भय संकुचित करते, तर प्रेम फैलावते. आणि पूर्वाग्रह, जो मुळात एका निश्चित स्थानाभोवती झालेले चेतनेचे आकुंचन आहे, तो या यथार्थ विस्तारामध्ये तग धरू शकत नाही.

याच ठिकाणी ध्यानाची अपरिहार्यता सिद्ध होते. युक्तिवादाने स्वतःची समजूत काढून प्रत्येकावर प्रेम करण्यास आपण स्वतःला बाध्य करू शकत नाही किंवा स्वतःच्या संकुचितपणाचा अपराधबोध बाळगून, आपल्याला मोकळेपणाचा आवही आणता येत नाही. गहन ध्यानसाधनेतून लाभलेल्या प्रगाढ शांतीमध्ये जेव्हा विचार (दिव्य प्रकाशाच्या स्रोतावर) स्थिर होतो व मनातील काहूर शमते, तेव्हा काहीतरी विलक्षण घडते. आपण निर्माण केलेल्या सीमा केवळ आपल्याच कल्पनेचा खेळ वाटू लागतात. आपल्याला जाणीव होते की या सीमा म्हणजे वास्तव नव्हे किंवा सत्यही नव्हे, तर त्या केवळ मनाच्या सवयी, साचेबद्ध प्रतिक्रियात्मक वृत्ती आणि पिढ्यानपिढ्या चालत आलेले ते निष्कर्ष आहेत, ज्यावर प्रश्नचिन्ह उपस्थित करण्याचा विचारही आपल्या मनाला शिवला नाही.

प्राणाहुतीद्वारे, दिव्य ऊर्जेच्या संप्रेषणाद्वारे, जेव्हा मनाच्या चौकटीपलीकडील अथांगतेचा साक्षात स्पर्श होतो, तेव्हा हृदय कोमल आणि प्रवाही बनते. त्या अथांग विस्तारामध्ये पूर्वाग्रहाला मुळीच थारा नसतो; त्याच्याशी लढा देऊन त्याला पळवून लावले म्हणून नव्हे, तर ज्या क्षेत्रावर त्या पूर्वाग्रहाने कब्जा केला होता, त्याच्या पलीकडे आपला विस्तार झालेला असतो म्हणून. एखादी नदी महासागराला जाऊन मिळते, तेव्हा ती कोणत्या अरुंद दऱ्याखोऱ्यातून वाहून आली याचे तिला भान उरलेले नसते, कारण आता ती अशा नगण्य ओळखीच्या पल्याड असते; ती स्वतःच अथांग महासागर झालेली असते.

काचेतील तडा

पूर्वाग्रह केवळ तो बाळगणाऱ्या व्यक्तीचेच नुकसान करत नाही तर त्याचे पडसाद सर्वत्र उमटतात. इतरांना त्याची झळ बसते, मुले तो नकळत आत्मसात करतात आणि त्याच्या अदृश्य सीमारेषांमुळे समाजाला तडे जातात, त्याचे तुकडे होतात. जेव्हा बाबूजींनी लिहिले की भारताने राजकीय स्वातंत्र्य तर मिळवले आहे, पण आत्म्याचे स्वातंत्र्य नाही, तेव्हा त्यांनी एका शाश्वत सत्याकडे लक्ष वेधले : आंतरिक मुक्तीशिवाय मिळालेली बाह्य मुक्ती अपूर्णच होय.

आपल्या अंतर्मनातील वातावरणाची तपासणी करण्याची जबाबदारी आपल्या प्रत्येकाची आहे. यासाठी स्वतःकडे अपराधी भावनेने पाहण्याची अजिबात गरज नाही, कारण अपराधबोध हा संकुचित वृत्तीचाच एक प्रकार आहे. त्याऐवजी प्रामाणिक जिज्ञासेने आत्मपरीक्षण करून पाहा : “मी कोणाचे ऐकून घेणे थांबवले आहे का?” “नव्या पुराव्यांची - अनुभूतींची वाट न पाहता, एखादी व्यक्ती, एखादा मार्ग किंवा एखादी संकल्पना माझ्या उपयोगाची नाही, असा निर्णय मी आधीच घेतला आहे का?”



प्राणाहुतीद्वारे, दिव्य ऊर्जेच्या संप्रेषणाद्वारे, जेव्हा मनाच्या चौकटीपलीकडील अथांगतेचा साक्षात स्पर्श होतो, तेव्हा हृदय कोमल आणि प्रवाही बनते. त्या अथांग विस्तारामध्ये पूर्वाग्रहाला मुळीच थारा नसतो; त्याच्याशी लढा देऊन त्याला पळवून लावले म्हणून नव्हे, तर ज्या क्षेत्रावर त्या पूर्वाग्रहाने कब्जा केला होता, त्याच्या पलीकडे आपला विस्तार झालेला असतो म्हणून.

“मी फसव्या आत्मविश्वासालाच सत्य समजण्याची गफलत तर केली नाही ना?”

वारसाहकाने मिळालेल्या घरात राहणाऱ्या त्या माणसाला आपल्या खिडक्या संपूर्ण उखडून टाकण्याची गरज नव्हती. त्याला गरज होती ती केवळ एका सूक्ष्म फटीची, झरोक्याची, ज्यातून न झाकोळलेल्या तेजस्वी प्रकाशाची (सत्याची) तिरीप आत येऊ शकेल. धारणांना तडा जाणे हीच आध्यात्मिक मुक्तीची पहाट असते : आध्यात्मिक मुक्ती म्हणजे अचूक उत्तरांचा संचय करणे नव्हे, तर आपल्याकडे असलेल्या उत्तरांचा अट्टाहास सोडण्याची तयारी असणे, अथांग सत्यासमोर नतमस्तक होऊन स्वतःची पुनर्घडण होऊ देणे.

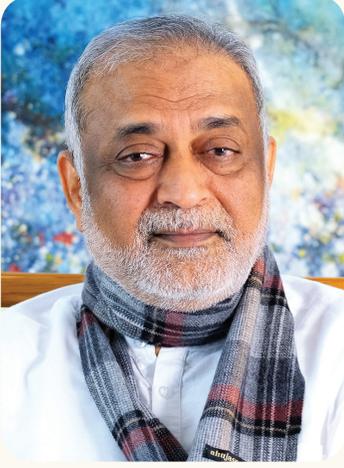
ज्या भिंती आपल्याला दिसत नाहीत, त्या पाडणे नेहमीच महाकठीण असते, परंतु हे कार्य करणे सार्थ ठरवणारे गहन, मूक सत्य असे आहे : आपण त्या भिंती जबरदस्तीने तोडत नाही. आपण स्वतःच इतके विशाल होतो, विस्तारित होतो की त्या भिंतींच्या आत राहणे, आपल्याला असह्य होते आणि अंततः त्या आपोआप विरघळून जातात आणि जशा या भिंती विरघळतात, तशी त्या मोकळ्या झालेल्या अवकाशात एक नवीन जाणीव आकार घेऊ लागते, जिथे एक दिव्य अस्तित्व पूर्वापार आपली प्रतीक्षा करत असते.

पुढील संदेशात आपण नेमके हेच जाणून घेणार आहोत : असा क्षण, जेव्हा सर्व अडथळ्यांपासून मुक्त झालेले प्रेम आपली संपूर्ण ऊर्जा परम सत्याकडे - दिव्यतेकडे वळवते व भक्ती बनते.

प्रेम आणि प्रार्थनेसह,
कमलेश



शाहजहाँपूरमधील योगाश्रमाच्या सुवर्णमहोत्सवानिमित्त
दार्जीनी दिलेला संदेश
पाचवी बॅच, 28 फेब्रुवारी ते 2 मार्च, 2026



पूज्य दाजी यांच्यासोबत मास्टरक्लासेस

तुम्ही हार्टफुलनेस घ्यानाची सुरुवात केव्हाही करू शकता! पूज्य दाजी यांच्यासोबत तीन भागांच्या मास्टरक्लास मालिकेत सामील व्हा. यामध्ये, हार्टफुलनेस घ्यानपद्धतीचे काय फायदे आहेत, तसेच तुमच्या दैनंदिन दिनचर्येत हार्टफुलनेस शिथिलीकरण, ध्यान, शुद्धीकरण आणि प्रार्थनेचा समावेश कसा करावा, हे दाजी स्पष्ट करून सांगतात. हे मास्टरक्लासेस विनामूल्य आहेत.



<https://heartfulness.org/in-mr/masterclass/>

हार्टफुलनेस ध्यानपद्धतीचे सराव

हार्टफुलनेसच्या सरावांची अनुभूती घ्या व शिका - हार्टफुलनेस शिथिलीकरण, ध्यान, शुद्धीकरण व प्रार्थना.



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

heartfulness
purity weaves destiny

