ఆధ్యాత్మిక ప్రేమ పరిమళం

హృదయం తన అస్తిత్వానికి కారణాన్ని తెలుసుకున్నప్పుడు

పూజ్య దాజీ

71వ జన్మదినోత్సవ సందర్భంగా

28 సెప్టెంబర్ 2026, కాన్హా శాంతి వనం

ఆధ్యాత్మిక ప్రేమ పరిమళం

హృదయం తన అస్తిత్వానికి కారణాన్ని తెలుసుకున్నప్పుడు

ప్రియ మిత్రులారా,

ప్రేమ ఈ యాత్రకు అత్యంత ముఖ్యమైనదని ప్రతి ఆధ్యాత్మిక సంప్రదాయమూ మనకు చెబుతుంది. మనం తల ఊపుతూ అర్థమైందనుకుంటాం. అయితే అసలు మనకు అర్థమైందా? ఈ సందేశంలో, ప్రేమ వికసించి తన సుగంధాన్ని వెదజల్లే పరిణామ క్రమాన్ని మనం తెలుసుకుందాం. ముందుగా ఈ పరిమళం యొక్క స్వభావం ఏమిటి? పువ్వు పరిమళించడాన్ని స్వయంగా ఎంపిక చేసుకుంటుందా? లేదు. పువ్వు తన సహజ రూపంలోకి వచ్చినప్పుడు దాని పరిమళం సహజంగానే నలుదిశలా వ్యాపిస్తుంది. అలా వెల్లువగా పొంగిపొర్లేదే పరిమళం. ఆధ్యాత్మిక దృష్టిలో ప్రేమ కూడా అలాంటి ఒక వెల్లువే.

గత తొమ్మిది సందేశాలలో మనం 'విభజించబడిన హృదయం'తో ప్రారంభించి, పరిపూర్ణతకు, వికాసానికి అడ్డుగా నిలిచే ఆటంకాలను, వాటిని అధిగమించే విధానాన్ని కూడా తెలుసుకున్నాం. ఆ ఆటంకాలు: లక్ష్యాన్ని మొద్దుబారేలా చేసే నిరుత్సాహం, పునాదిని బలహీనపరిచే అనుమానం, పై కప్పును నిర్మించే గర్వం, పక్కవారి వైపు చూపే ఈర్ష్య, భావాలను కమ్మేసే పూర్వాభిప్రాయం మరియు లోపలి నుండి తలుపులు వేసేసుకునే భయం. 'నది తన పేరును తెలుసుకుంటుంది' అనే సందేశంలో తలుపు తెరవబడ్డప్పుడు, భయం కాస్తా విశ్వాసంగా మారింది. ఆ

తర్వాత ‘విత్తనానికి ముందున్న క్షేత్రం’ సందేశంలో విశ్వాసం మన అంతరంగాన్ని సిద్ధం చేసింది. ఈ పదవ సందేశం ఆ యాత్రలో సహజమైన తదుపరి ముందడుగు. విశ్వాసంతో సిద్ధపడిన హృదయం దైవకృపను లోపలికి ఎలా ఆహ్వానిస్తుందో ఇక్కడ చూద్దాం. కృప దేనినైతే నింపుతుందో అది ప్రేమగా మారుతుంది. తన మూలాన్ని గుర్తించిన ఆ ప్రేమే ‘భక్తి’ అవుతుంది.

‘ప్రేమ’ అనే పదం ఎక్కువగా వాడబడేదీ మరియు సరిగా అర్థం చేసుకోబడనిదీ. పసిపాపను ఎత్తుకున్నప్పుడు ఒక తల్లికి కలిగే అనుభూతికి, ఒక యువతకు కలిగే మొదటి ఆకర్షణకు, దేశంపట్ల ఒక దేశభక్తుడికి ఉండే భక్తికి, భగవంతుని పట్ల ఒక భక్తునికి ఉండే అనురాగానికి, చివరికి ఒక కప్పు కాఫీ తాగడంలోని ఆనందానికి కూడా, దాదాపు అన్నింటికీ వర్తించేలా ఈ పదాన్ని వాడేస్తున్నాం.

అయితే ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో ప్రేమ అంటే ఏమిటి? మన విశ్వాసాన్ని, మన మార్గాన్ని లేదా అసలు భగవంతునిపై మన భావననే అంగీకరించనివారిని మనం ఎలా చూస్తున్నాం అనేదే ఆధ్యాత్మిక ప్రేమకు అసలైన పరీక్ష. వారు వేరే రకంగా పూజిస్తున్నారని మనం వారిని దూరం పెడితే, మనలో ప్రేమ ఇంకా వికసించలేదని అర్థం. మనం నిజంగా భగవంతుని ప్రేమిస్తే, ఆయన సృష్టిలోని దేనినీ తృణీకరించలేము. ఇతరులను సహించడం ఒక ప్రారంభం మాత్రమే. వాళ్ళని అంగీకరించడం మరింత గాఢమైనది. అందరిలోనూఉన్న అదే పవిత్రమైన దివ్యసారాన్ని చూడగలగడమే నిజమైన ప్రేమ యొక్క గమనం.

హృదయంలో ఒక ప్రగాఢమైన పరివర్తన జరిగినప్పుడు ఈ ఆధ్యాత్మిక ప్రేమ వికసిస్తుంది. ఆ మార్పు ఒక అందమైన క్రమంలో జరుగుతుంది:

తపన నుండి శ్రద్ధకు, శ్రద్ధ నుండి గ్రహణ సామర్థ్యానికి, గ్రహణ సామర్థ్యం నుండి కృపకి, కృప నుండి ప్రేమకి, ప్రేమ నుండి భక్తికి

ఈ క్రమంలో ప్రతి అడుగు తదుపరి అడుగుకు బాట వేస్తుంది. విత్తనంలో పువ్వు, పువ్వులో పరిమళం దాగి ఉన్నట్లే, ప్రతి దశ దాని ముందు దశలోనే దాగి ఉంటుంది.

తపన – మొదటి అడుగు

ధ్యానం, భగవదన్వేషణ ప్రారంభం కావడానికి ముందే మనలో తరచూ ఒకలాంటి అసంతృప్తి లేదా ఆరాటం మొదలవుతుంది. ఏదో లోపించినట్లు అనిపిస్తుంది. మనకు అన్ని సౌకర్యాలు, విజయాలు, కుటుంబం, గుర్తింపు, జ్ఞానం – తృప్తినిచ్చే ప్రతి ఒక్కటీ ఉండవచ్చు; అయినా సరే, లోలోపల సమాధానంలేని ఒక వేదన మిగిలే ఉంటుంది.

మనలో కొందరం మరింత బిజీగా మారడం ద్వారా, కొత్త వస్తువులను సమకూర్చుకోవడం ద్వారా, ప్రయాణాలు చేయడం ద్వారా లేదా వినోదాలలో మునిగిపోవడం ద్వారా ఆ లోటును పూరించడానికి ప్రయత్నిస్తాం. బంధాలు, సాధనలు, అనుభవాలు – చివరికి ఆధ్యాత్మిక అనుభవాల కోసం కూడా వెతుకుతాం. అయినా ఆ వేదన మళ్లీ తిరిగొస్తుంది. ఒకవేళ, ఆ ఆరాటం ఒక సమస్య కాకపోతే? ఒకవేళ అదొక ఆహ్వానం అయితే?

నేలలో నాటబడిన విత్తనం తాను ఎన్నడూ చూడని సూర్యునికి ప్రతిస్పందిస్తుంది. ఒక అదృశ్య ప్రజ్ఞ దాన్ని ఎదుగుదల వైపు, పరిపూర్ణత వైపు పైకి కదిలిస్తుంది. మన అంతరంగంలోని తపన ఆ కదలికే! మనకు గమ్యం తెలియదు, కానీ ఏదో

హృదయంలో ఒక ప్రగాఢమైన పరివర్తన జరిగినప్పుడు ఈ ఆధ్యాత్మిక ప్రేమ వికసిస్తుంది. ఆ మార్పు ఒక అందమైన క్రమంలో జరుగుతుంది: తపన నుండి శ్రద్ధకు, శ్రద్ధ నుండి గ్రహణ సామర్థ్యానికి, గ్రహణ సామర్థ్యం నుండి కృపకి, కృప నుండి ప్రేమకి, ప్రేమ నుండి భక్తికి.

ఒక శక్తి మనల్ని ఆకర్షిస్తోంది. జీవితంలో మనం ఇంకా స్పృశించని లోతు ఏదో ఉందనే భావన మనకు కలుగుతుంది. మనం జీవనంలో ఇంకా అంతర్భాగం చేసుకోని సత్యం ఒకటుంది. మనం చేరుకోని గృహం ఒకటుంది. మన ఆధ్యాత్మిక యాత్ర ఈ తపనతోనే మొదలవుతుంది. ఒక స్పష్టమైన దిశను ఎంచుకున్నప్పుడు ఆ తపన 'శ్రద్ధ' గా మారుతుంది.

శ్రద్ధ – హృదయం లగ్నమయ్యే చోటు

'విత్తనానికి ముందున్న క్షేత్రం' అనే సందేశంలో మనం శ్రద్ధ గురించి మాట్లాడుకున్నాం. శ్రద్ధను సాధారణంగా 'విశ్వాసం' అని అనువదిస్తారు, కానీ ఆ పదం దాని సంపూర్ణ అర్థాన్ని ఇవ్వలేదు. శ్రద్ధ అంటే అసాధ్యమైన దాన్ని నమ్మడం మాత్రమే కాదు. అది, ఉదాసీనతతో అంగీకరించడమో, గుడ్డి విధేయతతో ఉండడమో లేక వివేకాన్ని పక్కన పెట్టడమో కాదు. ఇది సంపూర్ణ అస్తిత్వం యొక్క గమనం. హృదయాన్ని ఒక చోట స్థిరపరచడం లేదా నిలపడం అనే భావన అందులో ఉంది.

'నేను దేనిని నమ్ముతున్నాను?' అని అడగడం కంటే, 'నేను నా హృదయాన్ని ఎక్కడ ఉంచుతున్నాను?' అని అడగడమే అత్యంత అర్థవంతమైనది. భగవంతుడిని నమ్ముతూనే, హృదయాన్ని మన హోదాపై ఉంచవచ్చు. ఆధ్యాత్మికత గురించి ఎంతో మాట్లాడుతూనే, హృదయాన్ని గుర్తింపు కోసం ఆరాటపడటంలో ఉంచవచ్చు. నిరాడంబరతను మెచ్చుకుంటూనే హృదయాన్ని సంపదలపై ఉంచవచ్చు. ప్రేమ గురించి చెబుతూనే, మన ధ్యాసను ద్వేషంపై పెట్టవచ్చు.

భగవద్గీతలో ఈ విషయం ఇలా చెప్పబడింది[1]:

> "శ్రద్ధామయోఽయం పురుషో
> యో యచ్ఛ్రద్ధః స ఏవ సః"

[1] భగవద్గీత, 17వ అధ్యాయం, 3వ శ్లోకం.

వ్యక్తి తన శ్రద్ధ చేతనే రూపొందుతాడు;
శ్రద్ధ ఎలాంటిదైతే, అతనూ అలానే అవుతాడు.

మరొక మాటలో చెప్పాలంటే, శ్రద్ధ మనల్ని తీర్చిదిద్దుతుంది. మన హృదయం దేనిపైనైతే పదే పదే నిలుస్తుందో, అదే క్రమంగా మనల్ని రూపుదిద్దుతుంది. మనం మన ధ్యాసను, నమ్మకాన్ని, ఆకాంక్షను, ప్రేమను దేనికైతే అందిస్తామో, దానిగానే మనం మారతాం.

శ్రద్ధ అనేది మొదట ఆసక్తిగా, భక్తి భావంగా, ఆశయంగా లేదా ప్రతి ఉదయం ప్రశాంతంగా కూర్చుని అంతర్ముఖులవ్వాలనే ఒక చిన్న సంకల్పంగా కనిపించవచ్చు. దానికి పోషణ లభించినప్పుడు అది మరింత లోతుగా మారుతుంది. ఒక దృక్పథంగా మొదలైనది తర్వాత ఆకర్షణగా మారుతుంది. ఆకర్షణ ఆత్మీయత అవుతుంది. ఆత్మీయత ప్రేమకు దారి తీస్తుంది.

శ్రద్ధ అంటే, విశ్రాంతి ఎక్కడ తీసుకోవాలో హృదయం నేర్చుకోవడం. అది తన నివాసాన్ని కనుగొన్నప్పుడు ప్రవహించేదే ప్రేమ. ప్రేమ తనను తాను ప్రేమగా గుర్తించకముందు ఉండే స్థితిని 'శ్రద్ధ' అని కూడా మనం అనవచ్చు. 'నేను అన్వేషిస్తున్నది ఎక్కడ ఉంది?' అని తపన ప్రశ్నిస్తే, ఆ దిశగా హృదయాన్ని ఉంచడం ద్వారా శ్రద్ధ సమాధానమిస్తుంది. అలా హృదయాన్ని పదే పదే ఆ దిశలో నిలిపినప్పుడు, అది పూర్తిగా వికసిస్తుంది. శ్రద్ధ, గ్రహణ సామర్థ్యంగా మారుతుంది.

శ్రద్ధ అనేది మొదట ఆసక్తిగా, భక్తి భావంగా, ఆశయంగా లేదా ప్రతి ఉదయం ప్రశాంతంగా కూర్చుని అంతర్ముఖులవ్వాలనే ఒక చిన్న సంకల్పంగా కనిపించవచ్చు. దానికి పోషణ లభించినప్పుడు అది మరింత లోతుగా మారుతుంది. ఒక దృక్పథంగా మొదలైనది తర్వాత ఆకర్షణగా మారుతుంది. ఆకర్షణ ఆత్మీయత అవుతుంది. ఆత్మీయత ప్రేమకు దారి తీస్తుంది.

గ్రహణ సామర్థ్యం – తెరవగలిగే ధైర్యం

ముడుచుకున్న పిడికిలి దేన్నీ తీసుకోలేనట్లే, మూసుకుపోయిన హృదయం కూడా దేనినీ స్వీకరించలేదు. మనం దైవానుగ్రహం కోసం అర్థించవచ్చు, పరివర్తన కోసం ప్రార్థించవచ్చు, అత్యున్నతమైన దాన్ని ఆకాంక్షిస్తూ ప్రతి ఉదయం ధ్యానంలో కూర్చోవచ్చు; కానీ ఆంతరంగికంగా మన పాత ఇష్టాయిష్టాలకే అతుక్కుపోయి ఉంటాం. ఒక సాధనగా, మిమ్మల్ని మీరే ఇలా ప్రశ్నించుకోండి, 'నా జీవితంలో ఎలాంటి కలతలు లేకుండానే నేను పరివర్తన చెందాలనుకుంటున్నానా? నా నియంత్రణను వదలిపెట్టకుండానే శరణాగతి చెందాలనుకుంటున్నానా? నా ఇంట్లోని అమరికను ఏమాత్రం మార్చకుండానే అనంతత్వాన్ని ఆహ్వానించాలనుకుంటున్నానా? మరో మాటలో చెప్పాలంటే, దైవాన్ని నా నిబంధనల ప్రకారమే నేను కోరుకుంటున్నానా?'

శ్రద్ధ క్రమంగా ఈ పరిస్థితిని మారుస్తుంది. నమ్మకం బలపడే కొద్దీ, మనల్ని మనం కాపాడుకునే అవసరం బలహీనపడుతుంది. తర్వాత జరిగేదాన్ని నియంత్రించాలనే ధోరణి తగ్గుతుంది. ఇదే 'గ్రహణ శీలత' లేదా అంతర్గత లభ్యత – అంటే హృదయం తనకు తానుగా సృష్టించుకోలేనిదాన్ని స్వీకరించడానికి సిద్ధంగా ఉండటం. మనం దివ్య ప్రవాహానికి అందుబాటులోకి వస్తాం. దైవానుగ్రహం అనే కానుకను స్వీకరించడానికి మన అంతర్గత క్షేత్రాన్ని సిద్ధం చేసుకుంటాం. ఆధ్యాత్మిక సాధన యొక్క అసలైన ఉద్దేశం ఇదే.

దైవిక ఆక్రమణకు ఆంతరంగిక సిద్ధత

మనకు లభించే ఈ కృప గురించి బాబూజీ ఒక అద్భుతమైన చిత్రీకరణను అందించారు. ఆయన దీనిని 'ఆక్రమణదారుని' కోసం భూమిని సిద్ధం చేయడంగా వర్ణించారు. సాధారణంగా ఆక్రమణదారుడిని ఇష్టపడము, కానీ ఇక్కడ దాని అర్థం పూర్తిగా వేరు. పరిస్థితులు అనుకూలించినప్పుడు ప్రేమ ప్రవేశించి మనల్ని తన వశం

చేసుకుంటుంది. ఒకసారి అంతరంగ భూమిక స్వీకరించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నప్పుడు, దైవకృపయే ఈ ఆక్రమణకు చోదక శక్తి. ఆ స్వీకారస్థితి కోసం సిద్ధపడడానికి లోతుగా పాతుకుపోయిన పాత వేర్లను పెకిలించివేయాలి. తద్వారా కొత్త జీవం అక్కడ స్థిరపడగలుగుతుంది. మన అంచనాలు, పూర్వాభిప్రాయాలు, భయాలు, ఇష్టాయిష్టాలు, మనస్సులో పేరుకుపోయిన పాత ముద్రలు, మన అహంకారపు పట్టుదలలు, ఆధ్యాత్మిక జీవితం కేవలం మన కోరికల ప్రకారమే సాగాలనే మొండి పట్టుదలలే ఆ వేర్లు.

కృప ఎల్లప్పుడూ సిద్ధంగా ఎదురుచూస్తూ ఉంది. అందుబాటులోకి రావలసింది మనమే. కృపకు ప్రతిఘటన ఎదురుకాని ఒక చోటును శ్రద్ధ మనలో తయారుచేస్తుంది. అప్పుడు మనల్ని మనం ప్రేమకు అప్పగించుకుంటాం. మొదట్లో మనం, 'నేను నమ్ముతున్నాను' అంటాం. తర్వాత, 'నేను విశ్వసిస్తున్నాను' అంటాం. ఆ తర్వాత, ఆ విశ్వాసంతో కూడా పనిలేదు; ఎందుకంటే విశ్వసించేవాడికి, విశ్వసించబడేదానికి మధ్య ఉన్న దూరమే తుడిచిపెట్టుకుపోతుంది. ప్రేమ ఒక ఆక్రమణదారుడిలా ప్రవేశిస్తుంది, కానీ చివరకు తానే అసలైన హృదయవాసినని వెల్లడిస్తుంది.

ప్రేమ – లావాదేవీ

కానీ సాధారణంగా ఉండే ప్రేమలో తరచుగా ఒక లావాదేవీ కోణం దాగి ఉంటుంది. మనం తెలియకుండానే ప్రతిఫలంగా ఏదో ఒకటి ఆశిస్తూనే ఇతరులకు ఇస్తుంటాం. ఆప్యాయత, ఆప్యాయతను కోరుకుంటుంది. ధ్యాస, ధ్యాసను కోరుకుంటుంది. త్యాగం, గుర్తింపును ఆశిస్తుంది. సంరక్షణ, కృతజ్ఞతను ఆశిస్తుంది.

కృప ఎల్లప్పుడూ సిద్ధంగా ఎదురుచూస్తూ ఉంది. అందుబాటులోకి రావలసింది మనమే. కృపకు ప్రతిఘటన ఎదురుకాని ఒక చోటును శ్రద్ధ మనలో తయారుచేస్తుంది. అప్పుడు మనల్ని మనం ప్రేమకు అప్పగించుకుంటాం.

ఈ లావాదేవీ అనుకున్నట్లుగా సాగినప్పుడు మనం ప్రేమ లభించినట్లు భావిస్తాం. అలా జరగనప్పుడు నిరాశకు గురవుతాం. ఇది అవసరంతో కూడుకున్న ప్రేమ. ఎక్కడైతే అవసరం ఉంటుందో, అక్కడ భయం కూడా పక్కనే ఉంటుంది. అది ఉన్నదాన్ని కోల్పోతామనే భయం కావచ్చు, కోరుకున్నది దక్కదేమోననే భయం కావచ్చు, లేదా విస్మరించబడతామనో, పక్కన పెట్టబడతామనో, తిరస్కరించబడతామనో లేదా ఒంటరి అయిపోతామనే భయం కావచ్చు.

భయం మనల్ని ముడుచుకుపోయేలా చేస్తే, ప్రేమ మనల్ని విస్తరింపజేస్తుంది. భయం, 'నాకేమవుతుంది?' అని అడుగుతుంది; అయితే ప్రేమకు ఆ ప్రశ్న అడగాల్సిన అవసరమే రాదు. భయం సరిహద్దులను నిర్మిస్తుంది. ప్రేమ ఆ సరిహద్దులను కరగించివేస్తుంది. ఈ రెండింటికి మధ్య శ్రద్ధ ఒక వంతెనలా నిలుస్తుంది. భయం 'నిన్ను నువ్వు కాపాడుకో' అని చెబితే, శ్రద్ధ 'నిన్ను నువ్వు విశ్వసించు' అని సూచిస్తుంది. ఆత్మరక్షణ నుండి ఆత్మ సమర్పణ వైపు సాగే ఈ కదలిక ఆధ్యాత్మిక జీవితంలోని అత్యంత గొప్ప పరివర్తనల్లో ఒకటి. ఇది హృదయం దైవ కృపను స్వీకరించడానికి మార్గాన్ని సుగమం చేస్తుంది.

భయం సరిహద్దులను నిర్మిస్తుంది. ప్రేమ ఆ సరిహద్దులను కరగించివేస్తుంది. ఈ రెండింటికి మధ్య శ్రద్ధ ఒక వంతెనలా నిలుస్తుంది. భయం 'నిన్ను నువ్వు కాపాడుకో' అని చెబితే, శ్రద్ధ 'నిన్ను నువ్వు విశ్వసించు' అని సూచిస్తుంది. ఆత్మరక్షణ నుండి ఆత్మ సమర్పణ వైపు సాగే ఈ కదలిక ఆధ్యాత్మిక జీవితంలోని అత్యంత గొప్ప పరివర్తనల్లో ఒకటి. ఇది హృదయం దైవ కృపను స్వీకరించడానికి మార్గాన్ని సుగమం చేస్తుంది.

నిజమైన ప్రేమ అనేది నిశ్శబ్దంగా, ఎవరికీ తెలియకుండా సాగే లోతైన అంతర్గత సాధన యొక్క సూక్ష్మ ఫలితం. దానికి భిన్నంగా, ప్రదర్శించబడే ప్రేమ తరచుగా తన ఉనికిని కోల్పోతుంది. అది ప్రతిస్పందనను కోరుకున్న క్షణంలోనే దానికి అహంకారపు వాసన అంటుకుంటుంది. గులాబీ పువ్వు దారినపోయే వారి వైపు తిరిగి, 'నా పరిమళాన్ని గమనించారా?' అని అడగదు. అది పరిమళాన్ని ఇస్తుంది, ఎందుకంటే ఇవ్వడమే దాని నైజం.

కరిగిపోయే కంచె

మన అంతరంగ క్షేత్రంలో అత్యంత లోతుగా ఉండే వేళ్లు అహంకారానివి. ఒక ప్రత్యేకమైన 'నేను' అనే ఈ అహం అనంతమైన, సరిహద్దులు లేని ఈ విశాల అస్తిత్వంలోని ఒక చిన్న భాగానికి కంచె వేసి వేరుచేసి, దాని పరిధిని కాపాడుకోవడంలో జీవితమంతా గడుపుతుంది. ఆ కంచె లోపల ఉన్నదంతా 'నాది' అని అనుకుంటుంది; బయట ఉన్నదంతా ఆకర్షణీయమైనదిగానో, ప్రమాదకరమైనదిగానో, ఉపయోగపడేదిగానో లేదా అసంబద్ధమైనదిగానో మారిపోతుంది. చైతన్యం కుంచించుకుపోయి కేవలం ఆ కంచె వేసిన పరిధికే పరిమితమైనప్పుడు అహంకారం ఆధిపత్యం చూపుతుంది. ఆ కంచె పూర్తిగా తొలగిపోయినప్పుడు ప్రేమ పరిమళిస్తుంది. ఇందుకు ప్రేమ ఆ కంచెను ధ్వంసం చేయదు. అసలు ఆ కంచెతో పనిలేకుండా చేస్తుంది.

చైతన్యం ఆ కంచెను దాటి విస్తరించినప్పుడు, అది 'నేను' నుండి 'మనం' వైపు సాగుతుంది. ఆ క్రమంలో, తాను దేనికోసమైతే అన్వేషిస్తుందో, దాని నుండే తనను తాను రక్షించుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తున్నానని అది తెలుసుకుంటుంది. అహంకారం అనే కంచె మూలాలు భయంలోనే ఉన్నాయి. మరి ఆ కంచెను లోపలి నుండి కరిగించేది ఏది? అంతర్గత వెచ్చదనం. సూర్యకాంతి అద్దం మీది మంచును కరిగించినట్లే, ప్రేమ హృదయానికి వెచ్చదనాన్నిచ్చి అహంకారాన్ని కరిగిస్తుంది.

కిటికీ – కాంతి

హార్ట్‌ఫుల్‌నెస్ సాధనలోని నాలుగు ప్రక్రియలు మనలో గ్రహణ సామర్థ్యాన్ని పెంచుకోవడానికి సహాయపడతాయి:

ధ్యానం కాంతి వైపునకు కిటికీని తెరుస్తుంది.

ధ్యానంలో మనం హృదయంలోని దివ్య ప్రకాశం వైపు మన ధ్యాసను మృదువుగా మళ్లిస్తాము. మనం ఏ అనుభవాన్నీ బలవంతంగా పొందడానికి లేదా ఏ రూపాన్నీ ఊహించుకోవడానికి ప్రయత్నించం. కేవలం అంతర్గతంగా అందుబాటులో ఉంటాం.

నిర్మలీకరణ కిటికీ అద్దం మీద ఉన్న మురికిని తొలగిస్తుంది.

కాలక్రమేణా మన ఆలోచనలు, సంస్కారాలు, భావోద్వేగాల బరువులు మరియు సంక్లిష్టతలు మన అవగాహనను మసకబారుస్తాయి. నిర్మలీకరణ ప్రక్రియ వాటిని తొలగించి, కాంతి మరింత స్వేచ్ఛగా ప్రసరించేలా చేస్తుంది.

ప్రార్థన వినమ్రతతో, కృప కోసం కిటికీని సంపూర్ణంగా తెరుస్తుంది.

ప్రార్థన ఆ దివ్య కాంతి మనది కాదనే సత్యాన్ని అంగీకరిస్తుంది. అది మనలోని 'నేను స్వయం సమృద్ధుడిని' అనే భ్రమను సడలించి, మనల్ని వినమ్రతతో, నిష్కపటమైన మనస్సుతో, మనకంటే గొప్పదైన పరమ జ్ఞానం ద్వారా నడిపించబడాలనే సంకల్పంతో ఆ దివ్య మూలం ముందు నిలబెడుతుంది.

నిరంతర స్మరణ రోజంతా ఆ కిటికీని కాంతి మూలం వైపే త్రిప్పి ఉంచుతుంది.

మనం పని చేస్తున్నప్పుడు, మాట్లాడుతున్నప్పుడు, సేవ చేస్తున్నప్పుడు, సృష్టిస్తున్నప్పుడు లేదా ఇతరులను ఆదరిస్తున్నప్పుడు కూడా, మన హృదయం

తన అంతర్ముఖ దిశను కోల్పోకుండా నిలుపుకుంటుంది. శ్రద్ధ ద్వారా ఏర్పడిన ఆ దిశా నిర్దేశాన్ని ఈ నిరంతరస్మరణే కాపాడుతుంది.

ధ్యానం కాంతిని ఆహ్వానిస్తుంది.
నిర్మలీకరణ ఆటంకాలను తొలగిస్తుంది.
ప్రార్థన ఆ కాంతి మూలానికి వినమ్రతతో మనల్ని తెరుచుకునేలా చేస్తుంది.
నిరంతర స్మరణ హృదయాన్ని ఎల్లప్పుడూ ఆ మూలం వైపునకే తిప్పి ఉంచుతుంది.

ధ్యానం, నిర్మలీకరణ హృదయం యొక్క స్థితిపై పనిచేస్తే, ప్రార్థన ఆ దివ్య మూలంతో మన సంబంధాన్ని స్థిరపరుస్తుంది. నిరంతర స్మరణ హృదయం యొక్క దిశను కాపాడుతుంది. ఈ సాధనా ప్రక్రియలేవీ సృష్టించలేనిదాన్ని, కృప మనకు అందిస్తుంది.

కృప, ప్రయత్నం చేత ఉత్పన్నం కాదు

రైతు వర్షాన్ని సృష్టించలేనట్లే, మనం కూడా కృపను సృష్టించలేము. రైతు వర్షాన్ని స్వీకరించడానికి పొలాన్ని సిద్ధం చేసుకున్నట్లే, కృప కోసం మనం కూడా మనల్ని మనం సిద్ధం చేసుకోవాలి. పొలంలో రాళ్లను తొలగించి, దుక్కిదున్ని, విత్తనాలు నాటి, అప్రమత్తతతో రైతు ఎదురుచూస్తాడు. వర్షం వచ్చినప్పుడు పొలం సిద్ధంగా ఉంటుంది. ఆధ్యాత్మిక సాధన అంటే మనల్ని మనం ఇలా సిద్ధం చేసుకోవడమే.

ధ్యానం, నిర్మలీకరణ హృదయం యొక్క స్థితిపై పనిచేస్తే, ప్రార్థన ఆ దివ్య మూలంతో మన సంబంధాన్ని స్థిరపరుస్తుంది. నిరంతర స్మరణ హృదయం యొక్క దిశను కాపాడుతుంది. ఈ సాధనా ప్రక్రియలేవీ సృష్టించలేనిదాన్ని, కృప మనకు అందిస్తుంది.

ఈ వ్యత్యాసం మనల్ని రెండు పొరపాట్ల నుండి కాపాడుతుంది. మొదటిది గర్వం – అంటే మన ఆధ్యాత్మిక స్థితి మన స్వంత ప్రతిభ వల్లనే వచ్చిందనుకోవడం. రెండవది నిష్క్రియత్వం – అంటే కృప ఎలాగూ లభిస్తుంది కదా అని మనం ఎలాంటి సన్నాహాలు లేదా సాధన చేయనవసరం లేదని నమ్మడం. ఈ రెండూ అసంపూర్ణమైనవే. మనం నిజాయితీతో మనల్ని సిద్ధం చేసుకుంటాము; కేవలం మన ప్రయత్నం ఒక్కటే ఎన్నటికీ సాధించలేని దానిని కృప పూర్తి చేస్తుంది.

ప్రాణాహుతి – నిండి పొంగిపొర్లే పాత్ర

ఖాళీ పాత్ర నుండి నీటిని ఒంపలేము. అలాగే, మానవ సంబంధాలలో కూడా మన దగ్గర లేనిదాన్ని మనం ఇతరులకు ఇవ్వలేము. కానీ జీవితంలో చాలా భాగం లోపల శూన్యం నుండి ప్రేమిస్తూ గడుపుతాం. మనం దేన్ని కావాలని కోరుకుంటున్నామో దాన్నే ఇతరులకు ఇవ్వడానికి ప్రయత్నిస్తుంటాం. అందుకే మానవ ప్రేమ తరచుగా అలసట కలిగిస్తుంది. ఇవ్వడం అనేది ఒక భారంగా మారుతుంది, ఎందుకంటే ఆ ఇవ్వడం వెనుక తిరిగి ఏదో పొందుతామనే ఆశ దాగి ఉంటుంది. ప్రేమికులు పరస్పరం ప్రేమభిక్ష కోరుకునే యాచకులుగా మారిపోతారు!

ఆధ్యాత్మిక ప్రేమ అనేది స్వీకరించడంతో మొదలవుతుంది. హార్ట్‌ఫుల్‌నెస్ మార్గంలో మనం ధ్యానంలో కూర్చుని 'ప్రాణాహుతి' (యోగశక్తి ప్రసారం) ని స్వీకరించగలుగుతాం. ప్రతి ధ్యానం తర్వాత, మనకు తెలియకుండానే లోపల ఏదో మారుతుంది. మన హృదయమనే పాత్ర నిండుతుంది. అది నిండే కొద్దీ, ప్రేమ సహజంగా, అప్రయత్నంగా బయటకు పొంగిపొర్లడం మొదలవుతుంది. పరిపూర్ణత తనకు తానుగా వ్యక్తమవుతుంది. ప్రేమకున్న పరివర్తనా శక్తి ఇదే! అది అన్నిటినీ మరింత అందంగా తీర్చిదిద్దుతూ అత్యంత నిస్సారమైన హృదయంలో సైతం జీవం నింపుతుంది. ఆ ప్రకంపనా శక్తి మనం సృష్టించేది కాదు; బదులుగా, మనం స్వీకరించిన ప్రేమకు ఒక మార్గంగా మారతాం.

మళ్లీ ఒక్కసారి ఈ యాత్రాక్రమాన్ని చూద్దాం:

తపన అన్వేషణను మేల్కొలుపుతుంది.
శ్రద్ధ ఆ అన్వేషణకు ఒక దిశను ఇస్తుంది.
శ్రద్ధ గాఢమై గ్రహణ సామర్థ్యం అవుతుంది.
గ్రహణ సామర్థ్యం కృపను ఆహ్వానిస్తుంది.
కృప హృదయాన్ని నింపుతుంది.
నిండిన హృదయం ప్రేమగా పొంగిపొర్లుతుంది.
ప్రేమ తన మూలాన్ని గుర్తించి భక్తిగా మారుతుంది.

భక్తి – ప్రేమ తన మూలాన్ని కనుగొన్నప్పుడు

ఒక్కసారి ప్రేమ జాగృతమైన తర్వాత, అది మన సంబంధాల్లోకి, పనిలోకి, మాటల్లోకి, సేవలోకి, అలాగే మనం ప్రపంచాన్ని చూసే మన దృక్పథంలోకి పొంగిపొర్లుతుంది. అది ఇతరులను తప్పుబట్టే ధోరణిని సడలించి, వేరుపరిచే గోడలను బలహీనపరుస్తుంది. ఆ తర్వాత, ఇంకా లోతైన కదలిక మొదలవుతుంది. ప్రేమ తాను ఎక్కడి నుండి వచ్చిందో గుర్తుచేసుకుంటుంది. నది సముద్రం వైపు సాగిపోయినంత సహజంగా, ప్రేమ తన మూలం వైపుకి తిరుగుతుంది. ఈ తిరగడమే ‘భక్తి’. ప్రేమ తన జన్మస్థానాన్ని గుర్తించి, సంపూర్ణంగా ఆ మూలం వైపు తిరగడమే భక్తి.

ప్రియతముని దిశగా హృదయం తనను తాను నిలుపుకోవడమే శ్రద్ధ. ఆ ప్రియతమునితో హృదయం నిండిపోవడమే ప్రేమ. కేవలం ఆ ప్రియతమునిలో మాత్రమే లీనమై జీవించాలని హృదయం కోరుకోవడమే భక్తి.

ప్రియతముని దిశగా హృదయం తనను తాను నిలుపుకోవడమే శ్రద్ధ. ఆ ప్రియతమునితో హృదయం నిండిపోవడమే ప్రేమ. కేవలం ఆ ప్రియతమునిలో మాత్రమే లీనమై జీవించాలని హృదయం కోరుకోవడమే భక్తి.

తపన, శ్రద్ధ, గ్రహణ సామర్థ్యం, కృప, ప్రేమ, భక్తి – ఇవన్నీ వేర్వేరు కావు. ఒక విత్తనం నుండి వేరు, కాండం, పువ్వు, పరిమళం, ఆపై ఆ పరిమళం తిరిగి తన మూలానికి చేరుకున్నట్లు, ఇవి కూడా జీవనపరిణామంలోని వివిధ దశలు.

తిరిగి ఇచ్చే నియమం

ప్రకృతి మనకు ప్రేమ యొక్క మరొక గుణాన్ని నేర్పుతుంది. ఒక మామిడి చెట్టుకు నేల, సూర్యకాంతి, నీరు, కొద్దిగా ఆవు పేడ మాత్రమే కావాలి. ఈ సాధారణ వనరులను తీసుకుని, అది మనకు తియ్యటి రసాన్ని, పరిమళాన్ని, పోషకాలను, నీడను, కొత్త జీవానికి వేలాది అవకాశాలను తిరిగి ఇస్తుంది. కొబ్బరిచెట్టు నేల, వర్షం, సూర్యకాంతి, గాలి నుండి శక్తిని గ్రహించి, తాను పొందిన దానికంటే ఎంతో శ్రేష్ఠమైన దాన్ని తిరిగి అందిస్తుంది. ఆవుకు గడ్డి, మేత, నీరు, ఎండ, కొద్దిగా ఆప్యాయత మాత్రమే అవసరం; దానికి ప్రతిఫలంగా అది మనకు బలవర్ధకమైన పాలను ఇస్తుంది.

ప్రకృతి సాధారణమైన వాటిని స్వీకరించి, అత్యున్నతమైన వాటిని తిరిగి ఇస్తుంది.

మరి మన సంగతి ఏమిటి? మనం ఈ సృష్టిలో అత్యంత శ్రేష్ఠమైన వాటిని పొందుతున్నాం. సూర్యకాంతి, గాలి, నీరు, ఒక అద్భుతమైన శరీరం, ఇతరుల ఆప్యాయత, మనకంటే ముందు వచ్చినవారి జ్ఞానం, తల్లిదండ్రులు, గురువుల త్యాగం, ఈ భూమాత సంపద, అన్నింటికంటే ముఖ్యంగా కృపను పొందే అవకాశాన్ని మనం స్వీకరిస్తున్నాం.

మనం తిరిగి ఏమి ఇవ్వగలం? మనం సూర్యునికి సూర్యరశ్మిని గానీ, మేఘాలకు నీటిని గానీ తిరిగి ఇవ్వలేము. మనం కృపకు దాని మూలంలో రుణం తీర్చుకోవాల్సిన అవసరం లేదు. మనం తిరిగి పూరించడానికి, దైవానికి కొరత ఉన్నదంటూ ఏదీ లేదు. మన దృష్టి పెట్టడానికి అర్థమైన ఒకే ఒక్క బహుమతి ఉంది. అదేమిటంటే మనం పొందినదానిని పరివర్తన చెందించడం.

మామిడి చెట్టు ఎరువును తీపిగా, కొబ్బరి చెట్టు సాధారణ నీటిని పోషకాల కొబ్బరినీళ్లుగా, ఆవు గడ్డిని పాలుగా మార్చగలిగినప్పుడు... మనలో కూడా పరివర్తన చెందించే ఆ పవిత్రమైన సామర్థ్యం ఖచ్చితంగా ఉంటుంది..

మనం గాయాన్ని పొందినప్పుడు, క్షమను ఇవ్వగలమా?
మనం కోపాన్ని పొందినప్పుడు, అవగాహనను ఇవ్వగలమా?
మనం ద్వేషాన్ని పొందినప్పుడు, కరుణను ఇవ్వగలమా?
మనం జ్ఞానాన్ని పొందినప్పుడు, విజ్ఞతను ఇవ్వగలమా?
మనం సమృద్ధిని పొందినప్పుడు, ఔదార్యాన్ని ఇవ్వగలమా?
మనం కృపను పొందినప్పుడు, ప్రేమను ఇవ్వగలమా?

మానవునిగా ఉండడంలోని ఔన్నత్యం ఇదే. మన ద్వారా ప్రవహించి ఈ జీవితం ఎలా మారుతుందనే దానిలోనే మన గొప్పతనం దాగి ఉంది. ఒక చెట్టు తన అంతర్గత కృషి యొక్క గుణాన్ని తన పండ్ల ద్వారా ఎలా ప్రదర్శిస్తుందో, మనం కూడా అంతే. దైవం మనల్ని ఎలా మార్చాలనుకుంటున్నారో, దానికి మనం ఎంతవరకు అనుమతిస్తామోనని ఆయన వేచి చూస్తుంటారు.

ప్రేమ మన స్వభావంగా మారినప్పుడు, దాన్ని ఎవరు గుర్తించారు, తిరిగి ఎవరు ప్రేమించారు, ఎవరు అభినందించారు అనే పట్టింపులు ఏవీ ఉండవు. నిజమైన ప్రేమకు ఎలాంటి సాక్ష్యం అవసరం లేదు. దాని పరిమళమే దాని సాక్ష్యం.

హృదయపూర్వక ప్రేమతో,
కమలేష్

పూజ్య దాజీ 71వ జన్మదినోత్సవ సందర్భంగా
28 సెప్టెంబర్ 2026, కాన్హా శాంతి వనం

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

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

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

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

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