



Der Fluss erkennt seine wahre Natur



DAAJI



Message anlässlich des
127. Geburtstags von

PUJYA SHRI BABUJI MAHARAJ

4., 5. und 6. Mai 2026 im Yogashram Shahjahanpur

Der Fluss erkennt seine wahre Natur

Wie die Energie der Angst zur Grundlage des Vertrauens wird

Liebe Freunde,

vor einigen Jahren kam eine junge Frau nach einer Morgenmeditation zu mir. Sie praktizierte schon seit mehreren Jahren aufrichtig, und die Veränderungen an ihr waren für alle um sie herum sichtbar. Es war eine Sanftheit, eine Tiefe und eine Stille in ihr, die eher Ausdruck von Präsenz als von Passivität war. Doch an jenem Morgen spiegelte sich eine besondere Verwirrung in ihrem Gesicht wider, als stünde sie kurz vor etwas, das sie noch nicht in Worte fassen konnte.

Sie sagte: „Daaji, heute ist in der Meditation etwas Seltsames passiert. Meine Angst war wieder da. Ich spürte diese vertraute Beklemmung, aber dieses Mal habe ich nicht dagegen angekämpft oder versucht, sie zu vertreiben, sondern sie einfach beobachtet. Und während ich sie beobachtete, fühlte sich die Angst wie Sehnsucht an. Es war dasselbe Gefühl, nur mit einem anderen Gesicht. Ist das möglich? Bilde ich mir das nur ein?“

Es war keine Einbildung. In einem einzigen stillen Moment entdeckte sie, was die Weisen der Vorzeit ein Leben lang versuchten, in Worte zu

fassen. Sie lüftete das Geheimnis, das die Angst besonders eifersüchtig hütet: Die Angst entspringt nicht einer äußeren Quelle der Seele, sondern kommt aus der eigenen Energie der Seele, die in die falsche Richtung gelenkt wird.

In den Basant Bhandara Messages im Januar und Februar stellten wir eine einzige Frage: Was hindert einen Suchenden daran, das Leben zu führen, das ihn erwartet? Und wir untersuchten sieben Schatten: Das Getrenntsein durch Verlangen, das Ruhen der Bestimmung, die Zersetzung durch Zweifel, die unsichtbare Begrenzung durch Stolz, die ausgeliehene Wunde des Neids, die gefärbte Sicht des Vorurteils und schließlich die Angst, die sich in allen anderen verbirgt – nicht als siebtes Gift, sondern als das erste, das jedes verfügbare Gewand schon getragen hat. Dann standen wir schließlich vor einer offenen Tür.



Was hindert einen Suchenden daran, das Leben zu führen, das ihn erwartet? Und wir untersuchten sieben Schatten: Das Getrenntsein durch Verlangen, das Ruhen der Bestimmung, die Zersetzung durch Zweifel, die unsichtbare Begrenzung durch Stolz, die ausgeliehene Wunde des Neids, die gefärbte Sicht des Vorurteils und schließlich die Angst, die sich in allen anderen verbirgt – nicht als siebtes Gift, sondern als das erste, das jedes verfügbare Gewand schon getragen hat. Dann standen wir schließlich vor einer offenen Tür.

Bevor wir den nächsten Schritt der Entwicklung wagen, lohnt es sich, hier einen Moment innezuhalten, um zu verstehen, was die junge Frau tatsächlich entdeckt hat. Was sie erahnte, birgt den Schlüssel, der alles, was

wir in den vorherigen Messages als Hindernisse identifizierten, mit allem verbindet, was wir nun kultivieren wollen. Und die entdeckte Eigenschaft ist nicht neu. Sie war schon immer da und hat darauf gewartet, als das erkannt zu werden, was sie wirklich ist.

Das Wort, das die Seele bereits kennt

Im Sanskrit lautet das Wort für diese Eigenschaft *Shraddha*. Es wird meist einfach mit „Glaube“ übersetzt, doch lohnt es sich, die tiefere Bedeutung zu ergründen. Das Wort setzt sich aus zwei Wortstämmen zusammen. Der erste, *Shrad*, ist der innere Ort der Erkenntnis im Herzen – jener Ort in uns, der etwas als wahr erkennt, noch bevor der Verstand seine Überlegungen abgeschlossen hat. Der zweite, *Dha*, bedeutet „platzieren“ oder „fest verankern“. Zusammen vermitteln sie uns etwas, das über das gewöhnliche Verständnis von „Glauben“ hinausgeht: Das Herz an einem Ort zu verankern und uns in der Realität zu erden.

Wir wählen Shraddha nicht wie eine Meinung. Vielmehr entsteht es so wie eine Kompassnadel den Norden findet; nicht mittels Verstandes,



Das Wort setzt sich aus zwei Wortstämmen zusammen. Der erste, Shrad, ist der innere Ort der Erkenntnis im Herzen – jener Ort in uns, der etwas als wahr erkennt, noch bevor der Verstand seine Überlegungen abgeschlossen hat. Der zweite, Dha, bedeutet „platzieren“ oder „fest verankern“. Zusammen vermitteln sie uns etwas, das über das gewöhnliche Verständnis von „Glauben“ hinausgeht: Das Herz an einem Ort zu verankern und uns in der Realität zu erden.

sondern durch Erkenntnis. Es ist kein Glaube, den wir hegen, sondern die Grundlage, auf der wir stehen.

Angst ist nicht das Gegenteil von Vertrauen

Kommen wir zurück zur Frage der jungen Frau, denn sie hatte etwas wirklich Wichtiges entdeckt. Ihr war aufgefallen, dass sich Angst und Sehnsucht wie ein und dasselbe anfühlen, nur mit unterschiedlichen Masken. Sie hatte recht, nicht metaphorisch, sondern ganz konkret.

Wie funktioniert Angst? Sie entsteht, wenn der Verstand eine Bedrohung als real und unvermeidlich wahrnimmt, unterhalb der Schwelle des bewussten Denkens. Der Körper spannt sich an und Entscheidungen werden von der imaginären Katastrophe bestimmt. Die Energie fließt in Richtung Flucht, Schutz und Verteidigung. Nun, das ähnelt der Struktur von Shraddha, das dieselbe Eigenschaft zu tiefer innerer Gewissheit besitzt und dieselbe Eigenschaft, etwas real erscheinen zu lassen, noch



Richtig verstanden ist Angst nicht der Feind von Shraddha, sondern Shraddha im Exil. Es ist die Eigenschaft der Seele zur Gewissheit, die sich zurückzieht und statt auf Expansion auf Kontraktion ausgerichtet ist. Deshalb behandelt jede authentische spirituelle Tradition Furchtlosigkeit nicht so, als müsste man einen inneren Feind unterdrücken, sondern als wollte man nach Hause zurückkehren. Es ist das Wiedererscheinen einer Energie, die schon immer zu uns gehörte und endlich ihre richtige Richtung findet.

bevor es bewiesen wurde. Der einzige Unterschied liegt in der Richtung. In Shraddha richtet sich das Herz auf die Wahrheit aus, während sich das Herz in der Angst auf die Bedrohung ausrichtet.

Richtig verstanden ist Angst nicht der Feind von Shraddha, sondern Shraddha im Exil. Es ist die Eigenschaft der Seele zur Gewissheit, die sich zurückzieht und statt auf Expansion auf Kontraktion ausgerichtet ist. Deshalb behandelt jede authentische spirituelle Tradition Furchtlosigkeit nicht so, als müsste man einen inneren Feind unterdrücken, sondern als wollte man nach Hause zurückkehren. Es ist das Wiederaufscheinen einer Energie, die schon immer zu uns gehörte und endlich ihre richtige Richtung findet.

Die *Brihadaranyaka Upanishad* liefert einen Hinweis, der hier wie ein Schlüssel ins Schloss passt: „*Dvitiyād vai bhayam bhavati*“, was bedeutet: „Angst entspringt einer zweiten Instanz.“ Diese zweite Instanz bezieht sich hier auf die Dualität und die Erfahrung, von der Quelle getrennt zu sein. Angst entsteht also aus der Erfahrung von Trennung. Wenn die Seele ihre Verbindung zur Quelle vergisst, beginnt sie, das kleine, isolierte Selbst zu schützen. Dieser Schutzmechanismus ist verständlich, zutiefst menschlich, aber genau das hält die Seele davon ab, ihren Weg



Die Angst, die wir in uns tragen, ist kein Charakterfehler, sondern die Reaktion der Seele auf die Distanz zu ihrer Quelle. Es ist Heimweh, das sich hinter der Maske der Angst verbirgt. Und das Heilmittel gegen Heimweh ist nicht das Argumentieren, sondern die Erfahrung des Ankommens.

nach Hause zu finden. Es ist wie eine Festung, die sich vor dem Wind schützt und gleichzeitig das Licht aussperrt.

Babuji sprach darüber mit der Zärtlichkeit eines Elternteils, der weiß, dass sein Kind den Weg nach Hause einfach verloren hat. Die Angst, die wir in uns tragen, ist kein Charakterfehler, sondern die Reaktion der Seele auf die Distanz zu ihrer Quelle. Es ist Heimweh, das sich hinter der Maske der Angst verbirgt. Und das Heilmittel gegen Heimweh ist nicht das Argumentieren, sondern die Erfahrung des Ankommens.

Worauf das Herz vertraut, dahin fließt das Leben

Die *Bhagavad Gita* fasst dies mit einer Präzision zusammen, die auch nach Jahrhunderten der Reflexion noch verblüfft. Im siebzehnten Kapitel sagt Krishna: „*Yo yac-chraddha sa eva sab*“, was bedeutet: „Ein Mensch wird zu dem, worauf sein Shraddha ruht.“ Ich lade euch ein, diese Worte langsam zu lesen. Sie sagen nichts über Glaubensvorstellungen aus; sie sprechen davon, wo dein Herz sich zuhause fühlt und worauf dein innerstes Wesen vertraut. Diese Aussage ist radikal: Worauf das Herz auf seiner tiefsten Ebene vertraut, prägt nicht nur den Lebensweg, sondern das Wesen der Seele selbst.

Das ist sowohl ernüchternd als auch befreiend. Es ist ernüchternd, weil es bedeutet, dass das Leben, das wir leben, der Ausdruck dessen ist, worauf wir zutiefst vertrauen: Nicht auf das, was wir zu glauben vorgeben, sondern auf das, worauf das Herz still und beharrlich sein Gewicht gelegt hat. Und wenn Shraddha die Angst betonen würde, wäre das Leben von Schutz und Vermeidung geprägt. Das wiederum ist befreiend, weil es bedeutet, dass die erforderliche Veränderung nicht in der anstrengenden Arbeit liegt, jede Handlung und jeden Gedanken neu zu schreiben. Es

ist eher eine grundlegendere Veränderung, die mit der Frage beginnt: „Wo kommt mein Herz zur Ruhe? Und ist das die Richtung, die ich wirklich wählen möchte?“

Wenn sich der Fokus von Shradda verändert, sodass das Herz sein Gewicht eher auf die Wahrheit als auf die Bedrohung legt, verändert sich alles Folgende mit ihm. Das geschieht nicht auf einmal und auch nicht ohne Anstrengung, aber ganz natürlich, so wie ein Fluss nicht überredet werden muss weiterzuffießen, sobald er das Meer gefunden hat.

Der Fluss und seine wahre Natur

Erinnerst ihr euch an „*Das geteilte Herz*“, die Message vom 2. Februar 2026? Wir vervollständigen sie hier, indem wir entdecken, dass die trennende Kraft der Angst nie ein fremder Eindringling war, sondern der Fluss, der gegen den Strom floss. Und der Fluss kann seine wahre Natur erkennen lernen.

Unsere junge Frau hat nichts Neues gelernt, sie erinnerte sich an etwas Altes. Die Eigenschaft, die sie entdeckte, war schon die ganze Zeit da, aber sie drückte sich fast ihr ganzes Leben lang als Angst aus. Jetzt begann der Fluss, seine wahre Richtung zu finden, still und unaufhaltsam. Alles, was nötig war, war das, was sie bereits tat: lange genug in Stille sitzen, damit der Fluss seine wahre Natur erkennen konnte.

Shraddha ist nichts, was man durch Anstrengung hervorbringen kann. Im tiefsten Sinne ist es die Erinnerung der Seele. Etwas in jedem von uns kennt bereits den Weg nach Hause. Die Sehnsucht, die wir beim Aufwachen am frühen Morgen in der Stille nach der Meditation spüren, und auch in der unerklärlichen Unzufriedenheit mit einem Leben, das



Shraddha ist nichts, was man durch Anstrengung hervorbringen kann. Im tiefsten Sinne ist es die Erinnerung der Seele. Etwas in jedem von uns kennt bereits den Weg nach Hause. Die Sehnsucht, die wir beim Aufwachen am frühen Morgen in der Stille nach der Meditation spüren, und auch in der unerklärlichen Unzufriedenheit mit einem Leben, das von außen betrachtet eigentlich vollkommen erscheint – das ist die Erinnerung der Seele. Es ist Shraddha in seiner frühesten Form, noch nicht voll entwickelt, aber unverkennbar lebendig.

von außen betrachtet eigentlich vollkommen erscheint – das ist die Erinnerung der Seele. Es ist Shraddha in seiner frühesten Form, noch nicht voll entwickelt, aber unverkennbar lebendig.

Was daraus wird und was darüber entscheidet, warum zwei Menschen (die nebeneinander in derselben Meditationshalle sitzen und in derselben Stille dieselbe Übertragung empfangen) aus dieser Meditation so unterschiedlich hervorgehen können wie eine Kartoffel und ein Ei, die im selben Topf mit kochendem Wasser gegart wurden – das ist die Frage, der wir uns in der nächsten Message zuwenden werden.

Mit Liebe und Gebeten,

Kamlesh



*Anlässlich des 127. Geburtstages von Pujya Babuji Maharaj
Am 4., 5. und 6. Mai 2026 im Yogashram Shahjahanpur*



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](https://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](https://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](https://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](https://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 . heartfulness.org

heartfulness
purity weaves destiny