नदीला तिचे नाव उमगते

पूज्य दाजी

पूज्य श्री बाबूजी महाराज यांच्या

127 व्या जयंतीनिमित्त,

पूज्य श्री दाजींनी दिलेला संदेश

4 ते 6 मे, 2026. योगाश्रम, शाहजहाँपूर

नदीला तिचे नाव उमगते

भीतीची ऊर्जा विश्वासाचा पाया कशी बनते

प्रिय मित्रांनो,

काही वर्षांपूर्वी, सकाळच्या ध्यानाच्या सिटिंगनंतर एक तरुण साधिका माझ्याकडे आली. ती अनेक वर्षांपासून प्रामाणिकपणे ध्यानसाधना करत होती आणि तिच्यामध्ये झालेले बदल तिच्या सभोवतालच्या सर्वांना स्पष्ट दिसत होते. त्यात एक प्रकारची मृदुता, सखोलता आणि शांतता होती जी निष्क्रियता नसून तिच्या खऱ्या अस्तित्वाची अभिव्यक्ती होती. तरीही त्या सकाळी तिच्या चेहऱ्यावर एक विशिष्ट गोंधळ होता, असा गोंधळ, जो अशा एखाद्या गोष्टीच्या उंबरठ्यावर उभे राहिल्यास येतो, जो व्यक्त करण्यास तिच्याकडे अद्याप शब्द नव्हते.

ती म्हणाली, “दाजी, आज ध्यानात एक विलक्षण गोष्ट घडली. माझी भीती तेथे होती. ती परिचयाची अस्वस्थता- ते आकुंचन मी जाणले पण यावेळी, त्या भीतीशी लढण्याऐवजी किंवा तिला काढून टाकण्याचा प्रयत्न करण्याऐवजी, मी फक्त तिच्याकडे पाहत राहिले आणि माझ्या लक्षात आले की ती भीती ही तीव्र ओढीसारखी वाटत होती जणू एकच गोष्ट वेगळा मुखवटा धारण करून आली आहे. हे शक्य आहे का? की ही माझी निव्वळ कल्पना आहे?

ती कल्पना करत नव्हती. प्राचीन ऋषीमुनींना जे व्यक्त करण्यासाठी अवघे आयुष्य खर्ची घालावे लागले ते तिला एका शांत सिटिंगमध्ये उलगडले होते. तिला ते रहस्य गवसले

होते, जे भीती अत्यंत शिताफीने जपून ठेवते : ते म्हणजे - ती भीती आत्म्याच्या बाहेरून येत नाही, तर ती आत्म्याचीच स्वतःची ऊर्जा असते, जी चुकीच्या दिशेने वळलेली असते.

जानेवारी आणि फेब्रुवारी महिन्यातील वसंतपंचमीच्या भंडारा-संदेशांच्या मालिकेत, आपण एकाच प्रश्नावर विचारमंथन करत होतो : साधकाला, जे जीवन त्याची वाट पाहत असते ते जगण्यापासून कोणती गोष्ट रोखते? आणि आपण सात सावल्या पाहत पुढे गेलो : इच्छावासनांचे विभाजन, उद्दिष्टाची सुप्तावस्था, संशयाची झीज, अहंकाराचे अदृश्य छत, मत्सराची उसनी जखम, पूर्वाग्रहाची रंगीत काच, आणि शेवटी भीती, जी इतर सर्वांच्या आत दडून राहिली होती, सातवे विष म्हणून नव्हे, तर पहिले विष म्हणून, जी कपाटातील प्रत्येक मुखवटा धारण करून वावरत होती. त्यानंतर, आपण एका उघड्या दरवाजापाशी येऊन थांबलो.

उंबरठा ओलांडून पुढील विकासाच्या जगात पाऊल ठेवण्यापूर्वी, त्या तरुण साधिकेला नेमके काय गवसले, हे समजून घेण्यास येथे थोडे थांबणे योग्य ठरेल. तिला ज्याची झलक दिसली, त्यातच ती गुरुकिल्ली दडलेली आहे जी मागील संदेशांमध्ये आपण अडथळे म्हणून ओळखलेल्या सर्व गोष्टींना, त्या सर्व गोष्टींशी जोडते ज्या आपण आता विकसित करणार आहोत, ज्यांची जोपासना करणार आहोत. आणि तिला उमगलेली ती ताकद नवीन नव्हती. ती नेहमीच तेथे होती, ती फक्त, तिचे खरे स्वरूप ओळखले जाण्याची वाट पाहत होती.

साधकाला, जे जीवन त्याची वाट पाहत असते ते जगण्यापासून कोणती गोष्ट रोखते? आणि आपण सात सावल्या पाहत पुढे गेलो : इच्छावासनांचे विभाजन, उद्दिष्टाची सुप्तावस्था, संशयाची झीज, अहंकाराचे अदृश्य छत, मत्सराची उसनी जखम, पूर्वाग्रहाची रंगीत काच, आणि शेवटी भीती, जी इतर सर्वांच्या आत दडून राहिली होती, सातवे विष म्हणून नव्हे, तर पहिले विष म्हणून, जी कपाटातील प्रत्येक मुखवटा धारण करून वावरत होती. त्यानंतर, आपण एका उघड्या दरवाजापाशी येऊन थांबलो.

आत्म्याला पूर्वीच ज्ञात असलेला शब्द

संस्कृतमध्ये या ताकदीला ‘श्रद्धा’ असे म्हणतात. साधारणपणे याचा अर्थ विश्वास असा घेतला जातो पण त्यातील सखोल अर्थ समजून घेणे महत्त्वाचे आहे. हा शब्द दोन धातूंच्या संयोगातून आला आहे. पहिला, ‘श्रत्’ – हे हृदयातील आंतरिक स्थान आहे जेथे सत्याची ओळख पटते, जेथे बुद्धीचा तर्कवितर्क संपण्यापूर्वीच एखाद्या गोष्टीची सत्यता उमगते आणि दुसरा, ‘धा’ – ज्याचा अर्थ आहे ठेवणे किंवा दृढपणे स्थापित करणे. हे दोन्ही एकत्र येऊन आपल्याला असा अर्थ मिळतो जो ‘श्रद्धा’ या शब्दाच्या सामान्य व्याख्येच्या म्हणजेच विश्वासाच्या पलीकडे जातो : स्वतःचे हृदय एका जागी स्थिर करणे, जे सत्य आहे त्यात स्वतःला प्रस्थापित करणे.

आपण एखादे मत निवडतो, तशी श्रद्धा निवडता येत नाही. वास्तवात, होकायंत्राची सुई ज्याप्रमाणे उत्तर दिशा शोधते; त्याप्रमाणे ती आपोआपच अंकुरते; युक्तिवादाने नव्हे, तर सत्याची ओळख पटल्याने. श्रद्धा ही केवळ, आपण बाळगलेली एखादी धारणा नसून ते असे अधिष्ठान आहे ज्यावर आपले संपूर्ण अस्तित्व उभे असते.

हा शब्द दोन धातूंच्या संयोगातून आला आहे. पहिला, ‘श्रत्’ – हे हृदयातील आंतरिक स्थान आहे जेथे सत्याची ओळख पटते, जेथे बुद्धीचा तर्कवितर्क संपण्यापूर्वीच एखाद्या गोष्टीची सत्यता उमगते आणि दुसरा, ‘धा’ – ज्याचा अर्थ आहे ठेवणे किंवा दृढपणे स्थापित करणे. हे दोन्ही एकत्र येऊन आपल्याला असा अर्थ मिळतो जो ‘श्रद्धा’ या शब्दाच्या सामान्य व्याख्येच्या म्हणजेच विश्वासाच्या पलीकडे जातो : स्वतःचे हृदय एका जागी स्थिर करणे, जे सत्य आहे त्यात स्वतःला प्रस्थापित करणे.

भीती हा विश्वास या शब्दाचा विरुद्धार्थी शब्द नाही

आपण त्या तरुण साधिकेच्या प्रश्नाकडे परत येऊया, कारण तिला जे सापडले होते ते खरोखरीच महत्त्वाचे होते. तिच्या हे लक्षात आले होते की भीती आणि तीव्र ओढ, एकच गोष्ट असून ती केवळ, वेगवेगळे मुखवटे घालून वावरते. तिचे म्हणणे बरोबर होते, रूपक म्हणून नव्हे, तर रचनात्मकदृष्ट्या.

भीती नेमके कसे कार्य करते? जेव्हा मन एखाद्या धोक्याला वास्तव आणि अटळ मानू लागते तेव्हा भीती निर्माण होते; आणि हे सर्व जाणीवपूर्वक विचारांच्याही खोलवर - अचेतन स्तरावर घडत असते. शरीर आखडून जाते आणि निर्णय त्या काल्पनिक संकटाच्या दडपणाखाली घेतले जातात. संपूर्ण ऊर्जा टाळण्याकडे, संरक्षण करण्याकडे आणि बचावात्मक पवित्रा घेण्याकडे वाहू लागते. आता, हे अगदी श्रद्धेच्या रचनेसारखेच आहे, ज्यामध्ये गाढ आंतरिक निष्ठा ठेवण्याची तीच ताकद असते व एखादी गोष्ट सिद्ध होण्यापूर्वीच ती सत्य वाटू लागण्याची तीच क्षमता असते. यातील एकमेव फरक म्हणजे दिशा. श्रद्धेमध्ये हृदय सत्याच्या दिशेने झेपावते, तर भीतीमध्ये हृदय संकटाच्या किंवा धोक्याच्या दिशेने झुकते.

यथार्थपणे समजून घेतले, तर भीती ही श्रद्धेची शत्रू नाही, तर ती श्रद्धाच आहे जी विस्थापित झालेली आहे. ती आपल्या आत्म्याची एखाद्या गोष्टीवर ठाम विश्वास ठेवण्याची ताकद आहे; पण जेव्हा ती चुकीच्या दिशेला वळते आणि विस्ताराऐवजी आकुंचनाकडे झुकते, तेव्हा आपण तिला भीती म्हणतो. म्हणूनच, प्रत्येक अस्सल आध्यात्मिक परंपरा निर्भयतेला एका अंतर्गत शत्रूचे दमन मानत नाही, तर ते एक प्रकारचे ‘स्वगृही परतणे’ आहे, असे मानते. निर्भयता म्हणजे ऊर्जेचे परतून येणे आहे जी नेहमीच आपली होती, जिला अखेर, तिची योग्य दिशा सापडली आहे.

यथार्थपणे समजून घेतले, तर भीती ही श्रद्धेची शत्रू नाही, तर ती श्रद्धाच आहे जी विस्थापित झालेली आहे. ती आपल्या आत्म्याची एखाद्या गोष्टीवर ठाम विश्वास ठेवण्याची ताकद आहे; पण जेव्हा ती चुकीच्या दिशेला वळते आणि विस्ताराऐवजी आकुंचनाकडे झुकते, तेव्हा आपण तिला भीती म्हणतो. म्हणूनच, प्रत्येक अस्सल आध्यात्मिक परंपरा निर्भयतेला एका अंतर्गत शत्रूचे दमन मानत नाही, तर ते एक प्रकारचे 'स्वगृही परतणे' आहे, असे मानते. निर्भयता म्हणजे ऊर्जेचे परतून येणे आहे जी नेहमीच आपली होती, जिला अखेर, तिची योग्य दिशा सापडली आहे.

बृहदारण्यक उपनिषद एक असा संकेत देते जो कुलुपात चावी बसावी तसा येथे अगदी चपखल बसतो : 'द्वितीयाद्वै भयं भवति' म्हणजे, "भीती दुसऱ्या अस्तित्वातून उद्भवते." येथे हे दुसरे अस्तित्व म्हणजे द्वैतभाव- स्वतःला स्रोतापासून वेगळे, विभक्त अनुभवणे होय. म्हणून, विभक्ततेच्या अनुभवातूनच भीती उद्भवते. जेव्हा आत्मा स्रोताशी असलेले त्याचे नाते विसरतो, तेव्हा तो एकाकी 'निम्न स्व'चे रक्षण करू लागतो. ते संरक्षण समजण्यासारखे आहे, अत्यंत मानवी आहे; पण नेमकी तीच गोष्ट आत्म्याला स्वगृही परतण्याचा मार्ग शोधण्यापासून रोखते. हे एका अशा किल्ल्यासारखे आहे जो वारा आत येऊ न देण्याच्या प्रयत्नात प्रकाशालाही बाहेरच रोखून धरतो.

याविषयी बाबूजी त्या पित्याच्या मायेने म्हणाले जो जाणतो की लेकरू फक्त, घरची वाट विसरले आहे. तुम्ही बाळगलेली भीती हा तुमच्या स्वभावाचा दोष नसून, स्रोतापासून दूर गेल्यामुळे, आत्म्याला वाटणारी ती तगमग आहे. ती घराच्या ओढीने दाटून आलेली व्याकुळता आहे, जिने भीतीचा मुखवटा धारण केला आहे. आणि या व्याकुळतेवरचा उपाय युक्तिवाद नव्हे, तर प्रत्यक्षात तिथे परतण्याची अनुभूती हाच आहे.

तुम्ही बाळगलेली भीती हा तुमच्या स्वभावाचा दोष नसून, स्रोतापासून दूर गेल्यामुळे, आत्म्याला वाटणारी ती तगमग आहे. ती घराच्या ओढीने दाटून आलेली व्याकुळता आहे, जिने भीतीचा मुखवटा धारण केला आहे. आणि या व्याकुळतेवरचा उपाय युक्तिवाद नव्हे, तर प्रत्यक्षात तिथे परतण्याची अनुभूती हाच आहे.

जेथे हृदय विसावते, तेथे चैतन्य वाहते

शतकानुशतकांच्या चिंतनानंतरही थक्क करून सोडणाऱ्या अचूकतेने भगवद्गीता हे सत्य मांडते. सतराव्या अध्यायात श्रीकृष्ण म्हणतात, “यो यच्छ्रद्धः स एव सः”, म्हणजे “माणसाची श्रद्धा ज्यावर स्थिरावते, तसाच तो बनतो.” मी तुम्हाला हे शब्द सावकाश वाचण्याची विनंती करतो. ते शब्द, तुम्ही काय मानता याबद्दल बोलत नाहीत; तर ते तुमचे हृदय कोठे स्थापित आहे आणि तुमचा अंतरात्मा कशावर विश्वास ठेवतो, याबद्दल बोलत आहेत. आणि हा दावा मूलगामी आहे : तुमचे हृदय सर्वात खोलवर - त्या गाभ्यात, ज्या गोष्टीवर भिस्त ठेवते, ती गोष्ट केवळ तुमच्या जीवनाची दिशाच ठरवत नाही, तर तुमच्या अस्तित्वाचे सार म्हणजेच ते आत्मतत्त्वही प्रकट करते.

हे वास्तवाचे भान आणणारे आणि मुक्त करणारे दोन्ही आहे. हे वास्तवाचे भान आणणारे आहे कारण याचा अर्थ असा की आपण जे जीवन जगत आहोत ते आपल्या प्रगाढ विश्वासाची अभिव्यक्ती आहे : आपली जी धारणा किंवा समजूत आहे, असे म्हणतो त्याची नव्हे, तर आपल्या हृदयाने शांतपणे आणि सातत्याने ज्यावर आपली भिस्त ठेवली आहे, त्याची ही अभिव्यक्ती आहे. आणि जर श्रद्धा भीतीमध्ये स्थिरावलेली असेल, तर जीवन संरक्षण आणि टाळण्याभोवतीच आकार घेईल. हे मुक्त करणारे आहे कारण याचा अर्थ असा की आवश्यक असलेला बदल म्हणजे प्रत्येक कृती आणि प्रत्येक विचार नव्याने लिहिण्याचे थकवणारे काम नव्हे. वास्तविक, हे मूलभूत स्थित्यंतर आहे ज्यात आपण

स्वतःला विचारतो, “माझे हृदय कोठे स्थिरावले आहे? आणि हीच ती दिशा आहे का जी मी खरोखर निवडली आहे?”

जेव्हा श्रद्धा अशी पालटते की हृदयाचा कल धोक्याऐवजी सत्याकडे वळतो, तेव्हा त्यामागोमाग येणाऱ्या प्रत्येक गोष्टीची दिशा बदलत जाते. हे सर्व अचानक घडत नसते तसेच त्याला प्रयत्नांची जोडही गरजेची असते; पण ते इतक्या सहजपणे घडते, जसे एकदा सागराचा थांग लागल्यावर, नदीला पुढे वाहत राहण्यास कोणाच्याही मनधरणीची आवश्यकता नसते.

नदी आणि तिचे नाव

तुम्हाला 2 फेब्रुवारी 2026 चा ‘विभाजित हृदय’ हा संदेश आठवतो का? आपण तो येथे पूर्णत्वाला नेत आहोत – जेव्हा आपल्याला उमगते की विभाजन करणारी ही ऊर्जा म्हणजेच ही भीती; कधीच परकीय घुसखोर नव्हती, तर ती एक अशी नदी होती जी चुकीच्या दिशेने वाहत होती. आणि नदीला तिचे नाव उमगू शकते.

ती तरुण साधिका काहीतरी नवीन शिकली नव्हती, तर तिला विस्मरणात गेलेले काहीतरी आठवले होते. तिला उमगलेली ती ताकद नेहमीच तेथे होती परंतु आयुष्यभर ती केवळ भीतीच्या स्वरूपात व्यक्त झाली होती. आता मात्र, त्या ऊर्जेला तिची खरी दिशा मिळू लागली होती, अशा एका संथ आणि अढळ लयीत, जी आता कधीच बदलणार नव्हती. तिला फक्त, एकच गोष्ट करायची होती आणि ती तिने केली : शांतपणे स्थिर बसून राहणे, जोपर्यंत नदीला तिचे नाव उमगत नाही.

श्रद्धा ही प्रयत्नाने निर्माण करण्याची गोष्ट नव्हे; सखोल अर्थाने, ती आत्म्याची स्मृती आहे. आपल्या प्रत्येकाच्या आत असे काहीतरी आहे, ज्याला स्वगृही परतण्याचा मार्ग ठाऊक असतो. आपल्याला वाटणारी ती तीव्र ओढ, पहाटेच्या ध्यानानंतरच्या शांततेत

जाणवणारी हुरहुर, आणि वरकरणी पूर्ण भासणाऱ्या जीवनाबद्दल जाणवणारे ते अनाकलनीय असमाधान, हे सर्व आत्म्याला होत असलेले स्मरण आहे. ही ती श्रद्धा होय, जी तिच्या प्राथमिक स्वरूपात असून, पूर्णपणे विकसित झालेली नसली, तरी निश्चितपणे जीवित आहे.

श्रद्धा ही प्रयत्नाने निर्माण करण्याची गोष्ट नव्हे; सखोल अर्थाने, ती आत्म्याची स्मृती आहे. आपल्या प्रत्येकाच्या आत असे काहीतरी आहे, ज्याला स्वगृही परतण्याचा मार्ग ठाऊक असतो. आपल्याला वाटणारी ती तीव्र ओढ, पहाटेच्या ध्यानानंतरच्या शांततेत जाणवणारी हुरहुर, आणि वरकरणी पूर्ण भासणाऱ्या जीवनाबद्दल जाणवणारे ते अनाकलनीय असमाधान, हे सर्व आत्म्याला होत असलेले स्मरण आहे. ही ती श्रद्धा होय, जी तिच्या प्राथमिक स्वरूपात असून, पूर्णपणे विकसित झालेली नसली, तरी निश्चितपणे जीवित आहे.

या श्रद्धेचे रूपांतर पुढे कशात होते? आणि काय ठरवते की एकाच ध्यानकक्षात एकमेकांच्या शेजारी बसलेल्या, त्याच शांततेत, तीच ‘प्राणाहुती’ प्राप्त करणाऱ्या दोन व्यक्ती – त्याच उकळत्या पाण्यात शिजवलेल्या बटाटा आणि अंड्याप्रमाणे – त्या सिटिंगमधून इतक्या भिन्न रूपात बाहेर पडतील? हाच तो प्रश्न आहे, ज्याचा वेध आपण पुढील संदेशात घेणार आहोत.

प्रेम व प्रार्थनेसह,
कमलेश

पूज्य श्री बाबूजी महाराज यांच्या
127 व्या जयंतीनिमित्त, पूज्य श्री दाजींनी दिलेला संदेश
4 ते 6 मे, 2026. योगाश्रम, शाहजहाँपूर

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 . heartfulness.org

heartfulness
purity weaves destiny