



నది తన పేరును తెలుసుకుంటుంది



దాజీ



పూజ్య శ్రీ బాబూజీ మహారాజ్  
127వ జయంతి ఉత్సవాల సందర్భంగా సందేశం  
**పూజ్య శ్రీ బాబూజీ మహారాజ్**  
2026, మే 4, 5, 6, యోగాశ్రమం షాజహాన్‌పూర్



# నది తన పేరును తెలుసుకుంటుంది

## భయం యొక్క శక్తి విశ్వాసానికి ఆధారం ఎలా అవుతుంది

ప్రియ మిత్రులారా,

కొన్ని సంవత్సరాల క్రితం, ఒక ఉదయం ధ్యానం తర్వాత ఒక యువతి నా దగ్గరకు వచ్చింది. ఆమె చాలా సంవత్సరాలుగా చిత్తశుద్ధితో సాధన చేస్తోంది, ఆమెలో వచ్చిన మార్పులు ఆమె చుట్టూ ఉన్న ప్రతి ఒక్కరికీ కనిపించేవి. ఆమెలో ఉదాసీనత కంటే తన అస్తిత్వాన్ని వ్యక్తీకరించే సున్నితత్వం, గాంభీర్యం, నిశ్శబ్దం ఉన్నాయి. కానీ ఆ ఉదయం ఆమె ముఖంలో ఒక విధమైన గందరగోళం గోచరించింది. మాటల్లో వివరించలేని ఒక కలవర స్థితిలో ఉన్నట్లుగా ఆమె ఉంది.

ఆమె ఇలా చెప్పింది, “దాజీ, ఈ రోజు ధ్యానంలో ఒక వింత జరిగింది. అక్కడ నా భయం ఉంది. నాకు సుపరిచితమైన ఒక బిగువును నేను గుర్తించాను, కానీ ఈసారి, దానితో పోరాడడమో లేదా దాన్ని శుద్ధి చేయడమో చేయకుండా, నేను దాన్ని కేవలం గమనించాను. గమనించినపుడు ఆ భయం ఒక తపనగా అనిపించింది. అదే, వేరొక రూపం ధరించి ఉన్నట్లుగా నాకు అనిపించింది. ఇది సాధ్యమేనా? నేనేమైనా ఊహించుకుంటున్నానా?”

ఆమె దానిని ఊహించుకోవడం లేదు. ప్రాచీనకాలపు ఋషులు స్పష్టంగా వ్యక్తీకరించడానికి కొన్ని జీవితకాలాలు గడిపిన దానిని ఆమె ఒక్క నిశ్శబ్ద ధ్యానంలో కనుగొన్నది. భయం అత్యంత అసూయతో కాపాడుతున్న రహస్యాన్ని

ఆమె తెలుసుకుంది: ఇది ఆత్మ వెలుపల నుండి కాకుండా, తప్పు దిశలో తిరిగి ఉన్న ఆత్మ యొక్క స్వంత శక్తి నుండి వస్తుంది.

జనవరి - ఫిబ్రవరిలో బసంత్ భండారా నుండి వచ్చిన సందేశాల శ్రేణిలో, మనం ఒకే ప్రశ్న వేసుకున్నాము: వేచి ఉన్న జీవితాన్ని గడపకుండా సాధకుడిని అడ్డుకునేది ఏది? మనం ఏడు నీడల ద్వారా నడిచాము: విభజింపబడిన కోరిక, నిద్రిస్తున్న లక్ష్యం, తుప్పు పట్టిన సందేహం, అదృశ్యపు పైకప్పులాంటి అహంకారం, అరువు తెచ్చుకున్న అసూయ తాలూకు గాయం, పూర్వాభిప్రాయపు రంగుటద్దాలు, అలాగే చివరిగా భయం - ఇది ఏడవ విషంగా కాకుండా, మొట్టమొదటిదిగా, బీరువాలోని రకరకాల దుస్తులు ధరించి, అన్నింటిలోనూ దాగి ఉంది. ఆ తరువాత, మనం తెరిచి ఉన్న తలుపు వద్దకు వచ్చి ఆగి పోయాము.

గడప దాటి ఏదైనా అర్థవంతమైన పరిణతి వైపు మనం అడుగు పెట్టడానికి ముందు, ఆ యువతి వాస్తవానికి ఏమి కనుగొన్నదో అర్థం చేసుకోవడానికి ఇక్కడ కాస్త ఆగడం మంచిది. ఆమె చూసిన ఆ దృశ్యం, మనం గత సందేశాలలో అడ్డంకులుగా గుర్తించిన ప్రతిదాన్నీ, మనం ఇప్పుడు పెంపొందించుకోబోయే ప్రతిదానితో అనుసంధానించే కీలకమైన సూత్రాన్ని కలిగి ఉంది. ఆ సామర్థ్యం ఆమె కొత్తగా కనుగొనలేదు. అది ఎప్పటినుంచో అక్కడే ఉంది. తన అనలైన స్వరూపంలో గుర్తించబడటానికి అది ఎదురుచూస్తోంది.



విభజింపబడిన కోరిక, నిద్రిస్తున్న లక్ష్యం, తుప్పు పట్టిన సందేహం, అదృశ్యపు పైకప్పులాంటి అహంకారం, అరువు తెచ్చుకున్న అసూయ తాలూకు గాయం, పూర్వాభిప్రాయపు రంగుటద్దాలు, అలాగే చివరిగా భయం - ఇది ఏడవ విషంగా కాకుండా, మొట్టమొదటిదిగా, బీరువాలోని రకరకాల దుస్తులు ధరించి, అన్నింటిలోనూ దాగి ఉంది. ఆ తరువాత, మనం తెరిచి ఉన్న తలుపు వద్దకు వచ్చి ఆగి పోయాము.

## ఆత్మకు సుపరిచితమైన పదం

సంస్కృతంలో ఈ సామర్థ్యాన్ని సూచించే పదం శ్రద్ధ. దీనిని సాధారణంగా “విశ్వాసం” అని అనువదిస్తారు, కానీ దీని లోతైన అర్థాన్ని అన్వేషించడం ముఖ్యం. ఈ పదం రెండు మూల ధాతువుల కలయిక నుండి వచ్చింది. మొదటిది, శ్రద్, హృదయాంతరాళంలో గుర్తింపు స్థానం, మనసు పూర్తిగా తర్కంతో ఆలోచించి ఒక నిర్ణయానికి రాకముందే, అది సత్యమని తెలిపే మన హృదయ స్థానం. రెండవది, ధా, అంటే ఉంచడం, స్థిరంగా స్థాపించడం. ఈ రెండూ కలిసినప్పుడు, వచ్చే అర్థాన్ని సాధారణంగా “విశ్వాసం” అనే పదం చేరుకోలేదు. శ్రద్ధ అంటే హృదయాన్ని అక్కడ ఉంచడం, అసలైన సత్యంలో మనల్ని మనం సుస్థిరంగా స్థాపించుకోవడం.

మనం ఒక అభిప్రాయాన్ని ఎంచుకునే విధంగా శ్రద్ధను ఎంచుకోము. బదులుగా, ఇది ఒక దిక్సూచి ముల్లు ఉత్తర దిక్కును కనుగొనే విధంగా వాదన ద్వారా కాకుండా, గుర్తించడం ద్వారా ఉద్భవిస్తుంది. ఇది మనం నమ్మే ఒక విశ్వాసం కాదు. ఇది మనం నిలబడే ఆధారం.



ఈ పదం రెండు మూల ధాతువుల కలయిక నుండి వచ్చింది. మొదటిది, శ్రద్, హృదయాంతరాళంలో గుర్తింపు స్థానం, మనసు పూర్తిగా తర్కంతో ఆలోచించి ఒక నిర్ణయానికి రాకముందే, అది సత్యమని తెలిపే మన హృదయ స్థానం. రెండవది, ధా, అంటే ఉంచడం, స్థిరంగా స్థాపించడం. ఈ రెండూ కలిసినప్పుడు, వచ్చే అర్థాన్ని సాధారణంగా “విశ్వాసం” అనే పదం చేరుకోలేదు. శ్రద్ధ అంటే హృదయాన్ని అక్కడ ఉంచడం, అసలైన సత్యంలో మనల్ని మనం సుస్థిరంగా స్థాపించుకోవడం.

## భయం అనేది విశ్వాసానికి వ్యతిరేకం కాదు

ఆ యువతి అడిగిన ప్రశ్నకు తిరిగి వెళ్లాం, ఎందుకంటే ఆమె నిజంగా ఒక ముఖ్యమైనదాన్ని కనుగొన్నది. భయం, తపన విభిన్న రూపాలను ధరించిన ఒకే విషయంలా అనిపించడం ఆమె గమనించింది. అలంకారికంగా కాక, నిర్మాణాత్మకంగానే ఆమె చెప్పింది నిజం.

భయం ఎలా పనిచేస్తుంది? మనస్సు ఒక ముప్పును నిజమైనదిగా, అనివార్యమైనదిగా భావించినప్పుడు, ఎరుకతో కూడిన ఆలోచనకు ముందే ఇది పుడుతుంది. శరీరం బిగుసుకుపోయి తాను ఊహించిన విపత్తునుబట్టి నిర్ణయాలు రూపొందించబడతాయి. తప్పించుకోవడం, రక్షించుకోవడం, కాపాడుకోవడం వైపుకు శక్తి ప్రవహిస్తుంది. ఇప్పుడిది 'శ్రద్ధ' యొక్క రూపును పోలి ఉంటుంది. ఎందుకంటే శ్రద్ధకు కూడా అంతర్గత దృఢ నిశ్చయాన్ని కలిగించే సామర్థ్యంతోబాటు నిరూపించబడకముందే దేన్నైనా వాస్తవమని అనిపించే అదే శక్తి ఉంది. ఉన్న తేడా అంతా దిశలో మాత్రమే. శ్రద్ధ విషయంలో హృదయం తనను తాను సత్యం వైపు నిలుపుకుంటుంది. కాని భయం విషయంలో హృదయం తనను తాను ముప్పు వైపు నిలుపుకుంటుంది.

సరైన విధంగా అర్థం చేసుకుంటే, భయం అనేది శ్రద్ధకు శత్రువు కాదు. అది ప్రవాసంలో ఉన్న శ్రద్ధ. ఇది వెనుకకు తిరిగి విస్తరణకు బదులు సంకోచం వైపు చూపిస్తున్న ఆత్మ యొక్క దృఢ నిశ్చయ సామర్థ్యం. అందుకే అసలైన ప్రతి ఆధ్యాత్మిక సంప్రదాయం, నిర్భయత్వాన్ని అంతర్గత శత్రువును అణచివేయడంగా కాక, స్వగృహానికి తిరిగి రావడంగా పరిగణిస్తుంది. ఇది చివరికి తన సరైన దిశను కనుగొన్న మన శక్తి తిరిగి రావడం అన్నమాట.

బృహదారణ్యక ఉపనిషత్తు ఇక్కడ సరిగ్గా సరిపోయే ఒక సూచనను అందిస్తుంది: "ద్వివితీయాద్వై భయం భవతి", అంటే, "భయం అనేది రెండో అస్తిత్వం



సరైన విధంగా అర్థం చేసుకుంటే, భయం అనేది శ్రద్ధకు శత్రువు కాదు. అది ప్రవాసంలో ఉన్న శ్రద్ధ. ఇది వెనుకకు తిరిగి విస్తరణకు బదులు సంకోచం వైపు చూపిస్తున్న ఆత్మ యొక్క దృఢ నిశ్చయ సామర్థ్యం. అందుకే అసలైన ప్రతి ఆధ్యాత్మిక సంప్రదాయం, నిర్భయత్వాన్ని అంతర్గత శత్రువును అణచివేయడంగా కాక, స్వగృహానికి తిరిగి రావడంగా పరిగణిస్తుంది. ఇది చివరికి తన సరైన దిశను కనుగొన్న మన శక్తి తిరిగి రావడం అన్నమాట.

ఉన్నప్పుడే పుడుతుంది.” ఇక్కడ రెండవ అస్తిత్వం అంటే ద్వంద్వత్వాన్ని సూచిస్తుంది. అంటే మూలం నుండి విడిపోయిన అనుభవాన్ని అన్నమాట. కాబట్టి, విడిపోయిన అనుభవం నుండి భయం పుడుతుంది. ఆత్మ మూలంతో తన బంధాన్ని మరచిపోయినప్పుడు, అల్పంగా, ఒంటరిగా ఉన్న తనను తాను రక్షించుకోవడం ప్రారంభిస్తుంది. ఆ రక్షణ అర్థం చేసుకోదగినదే. అది మానవీయమైనది కూడా; కానీ మన ఆత్మ తన స్వగృహానికి చేరకుండా అడ్డుకునేది కచ్చితంగా అదే. ఇది గాలిని అడ్డుకోవడమే కాకుండా, కాంతిని కూడా రానివ్వకుండా చేసే ఒక కోట లాంటిది.

పిల్లవాడు ఇంటి దారి తప్పిపోయాడని తెలిసిన తల్లిదండ్రుల యొక్క మృదుత్వంతో పోల్చి బాబూజీ దీనిని వివరించారు. మీరు మోస్తున్న ఈ భయం మీ వ్యక్తిత్వలోపం కాదు. అది మీ ఆత్మ తన మూలానికి దూరమైనప్పుడు కలిగే ప్రతిస్పందన మాత్రమే. అది ఆందోళన అనే ముసుగు ధరించిన ఇంటి ధ్యాన. దీనికి చికిత్స వాదించడం కాదు, గమ్యాన్ని చేరుకున్న అనుభూతిని పొందడమే.



మీరు మోస్తున్న ఈ భయం మీ వ్యక్తిత్వలోపం కాదు. అది మీ ఆత్మ తన మూలానికి దూరమైనప్పుడు కలిగే ప్రతిస్పందన మాత్రమే. అది ఆందోళన అనే ముసుగు ధరించిన ఇంటి ధ్యాస. దీనికి చికిత్స వాదించడం కాదు, గమ్యాన్ని చేరుకున్న అనుభూతిని పొందడమే.

## హృదయం ఎక్కడ విశ్రాంతి పొందుతుందో, అక్కడే జీవితం ప్రవహిస్తుంది

భగవద్గీత ఈ విషయాన్ని ఎంత కచ్చితంగా వ్యక్తపరుస్తుందంటే, శతాబ్దాల అవలోకనం తర్వాత కూడా ఇది విస్మయాన్ని కలిగిస్తుంది. పదిహేడవ అధ్యాయంలో, శ్రీకృష్ణుడు ఇలా అంటాడు: “యో యచ్ఛ్రద్ధః స ఏవ సః,” అంటే, “ఒక మనిషి యొక్క శ్రద్ధ దేనిపై నిలుస్తుందో, అతను అదే అవుతాడు.” ఈ పదాలను మీరు నెమ్మదిగా చదవాలని నేను ఆశిస్తున్నాను. అవి మీరు ఏమి నమ్ముతున్నారో దాన్ని గురించి మాట్లాడటం లేదు; అవి మీ హృదయం ఎక్కడ స్థిరంగా ఉంచబడిందో, మీ అంతరాత్మ దేనిని విశ్వసిస్తుందో దాన్ని గురించి మాట్లాడుతున్నాయి. ఈ వాక్యం విప్లవాత్మకమైనది: హృదయం తన లోతైన స్థాయిలో దేనిని విశ్వసిస్తుందో, అది జీవితం యొక్క దిశనే కాకుండా, ఆత్మ యొక్క మూల తత్వాన్ని కూడా రూపుదిద్దుతుంది.

ఇది ఒకేసారి మనస్సును స్థిమితపరచే విధంగానూ, విముక్తినిచ్చే విధంగానూ ఉంది. ఇది స్థిమితపరచేది ఎందుకంటే మనం జీవిస్తున్న ఈ జీవితం మనం నమ్ముతున్నామని చెప్పేది కాకుండా, మనం అత్యంత లోతుగా విశ్వసించిన దాని యొక్క ప్రతిబింబం అని అర్థం: హృదయం నిశ్శబ్దంగా, నిరంతరం తన భారాన్ని దేనిమీద పెట్టి ఉండో దాని మీదే ఆధారపడి ఉంటుంది. ఒకవేళ శ్రద్ధ

భయంపై నిలిచిఉంటే రక్షించుకోవడం, తప్పించుకోవడం చుట్టూ జీవితం రూపుదిద్దుకుని ఉంటుంది. ఇది విముక్తిని ఇస్తుంది, ఎందుకంటే కావలసిన మార్పు అనేది ప్రతి కార్యాన్ని, ప్రతి ఆలోచననూ తిరిగి చేయడంలాంటి అలసట కలిగించే పని కాదు. ఇది మరింత ప్రాథమికమైన మార్పు - “నా హృదయం ఎక్కడ విశ్రాంతిగా, నిశ్చలంగా ఉంది? ఇది నేను నిజంగా కోరి ఎంపిక చేసుకున్న దిశేనా?” అని ప్రశ్నించుకోవడం.

శ్రద్ధ మారినప్పుడు, అంటే హృదయం, ముప్పు వైపు కాకుండా సత్యం వైపు తన భారాన్ని ఉంచినప్పుడు, దాని తర్వాత జరిగే ప్రతిదీ కూడా దానితోబాటే మారుతుంది. అంతా ఒక్కసారిగా జరగదు. కృషి లేకుండా జరగదు. అయితే ఒక నది సముద్రాన్ని కనుగొన్నాక, ప్రవాహం కొనసాగడానికి ఎవరి ప్రోద్బలం అవసరం లేనట్లే, ఇది సహజంగా జరుగుతుంది.

## నది మరియు దాని పేరు

2026, ఫిబ్రవరి 2న వచ్చిన సందేశం, విభజింపబడిన హృదయం మీకు గుర్తుందా? భయమనే విభజించే శక్తి బయటనుండి వచ్చినది కాదనీ, అది కేవలం తప్పు దిశలో ప్రవహించే నది అనీ కనుగొనడం ద్వారా మనం దానిని ఇక్కడ పూర్తి చేస్తాము. అలాగే ఒక నది తన పేరును తెలుసుకోగలుగుతుంది.

మన యువతి కొత్తగా ఏదీ నేర్చుకోలేదు, ఆమె పాతదాన్నే గుర్తుచేసుకుంది. ఆమె కనుగొన్న సామర్థ్యం అనేది ఎల్లప్పుడూ అక్కడే ఉంది, కానీ అది ఆమె జీవితంలో చాలా వరకు భయంగానే వ్యక్తీకరించబడింది. ఇప్పుడది నిశ్శబ్దంగా, తిరుగులేనివిధంగా దాని నిజమైన దిశను కనుగొనడం ప్రారంభించింది. ఆమె ఏదైతే చేసిందో అదే ఇక్కడ కావలసింది: నది తన పేరును తెలుసుకునేంత వరకు నిశ్చలంగా కూర్చోవడం.



శ్రద్ధ అనేది ప్రయత్నం వలన వచ్చేది కాదు. లోతైన అర్థంలో, ఇది ఆత్మ యొక్క జ్ఞాపకం. మనలో ప్రతీ ఒక్కరికి ఇప్పటికే స్వస్థలానికి వెళ్లే దిశ గురించి తెలుసు. ప్రతీ ఉదయం ధ్యానం తర్వాత నిశ్శబ్దంలో మనకు కలిగే తపనలో, మనలో కలిగే ఉత్తేజంలో, బయటి నుండి చూస్తే సంపూర్ణంగా కనిపించే జీవితంపై వివరించలేని అసంతృప్తిలో, ఆత్మ జ్ఞాపకం చేసుకుంటోంది. ఇది ప్రారంభదశలో ఉన్న శ్రద్ధ యొక్క రూపం. ఇది ఇంకా పూర్తిగా ఎదగలేదు, అయితే నిస్సందేహంగా సజీవంగా ఉంది.

శ్రద్ధ అనేది ప్రయత్నం వలన వచ్చేది కాదు. లోతైన అర్థంలో, ఇది ఆత్మ యొక్క జ్ఞాపకం. మనలో ప్రతీ ఒక్కరికి ఇప్పటికే స్వస్థలానికి వెళ్లే దిశ గురించి తెలుసు. ప్రతీ ఉదయం ధ్యానం తర్వాత నిశ్శబ్దంలో మనకు కలిగే తపనలో, మనలో కలిగే ఉత్తేజంలో, బయటి నుండి చూస్తే సంపూర్ణంగా కనిపించే జీవితంపై వివరించలేని అసంతృప్తిలో, ఆత్మ జ్ఞాపకం చేసుకుంటోంది. ఇది ప్రారంభదశలో ఉన్న శ్రద్ధ యొక్క రూపం. ఇది ఇంకా పూర్తిగా ఎదగలేదు, అయితే నిస్సందేహంగా సజీవంగా ఉంది.

ఒకే ధ్యాన మందిరంలో పక్కపక్కనే కూర్చున్న ఇద్దరు వ్యక్తులు అదే నిశ్శబ్దంలో, అదే ప్రాణాహుతి ప్రసారాన్ని అందుకుంటూ, ఒకే వేడినీటి పాత్రలో వేయబడిన బంగాళాదుంప, కోడిగుడ్డువలె, ఆ ధ్యానం నుండి విభిన్నంగా రావడాన్ని నిర్ణయించేది ఏది అనేదాన్ని, మనం తదుపరి సందేశంలో చూద్దాం.

ప్రేమ, ప్రార్థనలతో,  
కమలేష్



పూజ్య బాబూజీ మహారాజ్ 127వ జయంతి ఉత్సవాల సందర్భంగా  
2026, మే 4, 5, 6, యోగాశ్రమం, షాజహాన్ పూర్



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](https://heartfulness.org)

heartfulness  
purity weaves destiny