

जप करण्यासाठी प्रतीक्षा कशाला ?

लिंगा मिक्लसन

वर्ष १९८०च्या वसंत ऋतूत मी एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशनची स्टाफ सदस्या म्हणून सेवा अर्पित करित होते व माझी सेवा होती फ्लोरिडा येथील मायामी समुद्रकिनाऱ्याच्या बाबा मुक्तानंदांच्या यात्रेची तयारी करणे. तेव्हा मी गर्भवती होते आणि प्रसूतीची अपेक्षित तारीख नजिक आली होती. एके दिवशी संध्याकाळी मी बाबांच्या दर्शनासाठी गेले. त्यांनी बोटाने माझ्या पोटाकडे इशारा केला आणि मोठ्या प्रेमाने परंतु दृढतेने ते म्हणाले, “जप कर.”

दुसऱ्या दिवशी संध्याकाळी दर्शनाच्या वेळी बाबांनी विचारले, “जप करते आहेस ना?” मी थोडेसे बिचकतच उत्तर दिले, “हो, बाबा.” मी जप तर करित होते, पण तितका नाही जितका मी करू शकत होते.

तिसऱ्या दिवशी संध्याकाळी दर्शनाच्या वेळी बाबा हसतहसत मला प्रोत्साहन देत म्हणाले, “भरपूर जप कर.”

चौथ्या दिवशी संध्याकाळी तर असे वाटत होते, की जणूकाही सत्संगातील सर्व प्रतिभागी हे ऐकण्यासाठी उत्सुक होते की, बाबा या वेळी मला काय सांगतील. त्या संध्याकाळी त्यांनी बोटाने सरळ माझ्याकडे इशारा केला आणि म्हणाले, “जप करायला कधीही विसरू नकोस.”

पाचव्या दिवशी संध्याकाळी बाबांनी काहीही न बोलता मिशकीलपणे हसत स्वतःचा हात वर उचलला आणि आपल्या बोटांची अशा प्रकारे हालचाल केली की, जणू काही ते एका अदृश्य जपमाळेचे मणी फिरवीत आहेत. “जी बाबा,” मी म्हणाले. मी दर्शन घेऊन जेव्हा परत आले, तेव्हा मी असे अनुभवत होते की, बाबांचे प्रेम माझ्या अंतरी प्रसरित होते आहे आणि हे जाणल्यामुळे मला आंतरिक बळाची आणि संरक्षणाची अनुभूती होत होती की बाबांच्या या निर्देशाचे पालन केल्याने माझे व माझ्या बाळाचे, दोघांचेही कल्याणच होईल. मी अत्यानंदाने भरून गेले.

माझ्या मुलाचा जन्म झाला आणि त्यानंतर वीस महिन्यांनी त्याच्या लहान भावाचा जन्म झाला. दोन मुलांची आई झाल्यामुळे मी दैनंदिन जीवनाच्या छोट्या-मोठ्या कामांमध्ये पूर्णपणे मग्न झाले. मंत्रजप करणे माझ्या स्मरणात तर असायचे, परंतु मी प्रामाणिकपणे हे सांगू शकत नाही की, मी निरंतर मंत्रजप करितच होते.

बाबांच्या त्या दर्शनांच्या तीन वर्षांनंतर मी एक स्वप्न पाहिले. स्वप्नात बाबा माझ्याजवळ आले आणि सुदूर शून्यात कोठेतरी बघत म्हणाले, “कधीकधी लोकांना असे वाटते की, जप करणे सुरू करण्यासाठी ते आपल्या जीवनाच्या अखेरपर्यंत प्रतीक्षा करू शकतात.” नंतर ते वळले आणि निघून गेले.

त्या स्वप्नानंतर मी निष्ठापूर्वक, निरंतर मंत्रजपाचा अभ्यास करू लागले. मी बाबांचे ते शब्द एका फ्रेममध्ये मढवून माझ्या पूजास्थानी ठेवले—“जप कर. जप करते आहेस ना? भरपूर जप कर. जप करायला कधीही विसरू नकोस.”—आणि ते शब्द आजही तिथे आहेत. अनेक दशकांपासून माझ्या ध्यानाच्या जागी चोवीस तास मंत्रधुन चालू असते. जेव्हा लोक बाबांना विचारीत की, दैनिक कार्ये करीत असताना त्यांनी मंत्रजप कसा करावा, तेव्हा बाबा नेहमी प्रत्युतरादाखल, “ॐ नमः शिवाय, ॐ नमः शिवाय, ॐ नमः शिवाय,” असे म्हणत अशा व्यक्तीची नक्कल करीत, जी जणूकाही धूळ झाडते आहे किंवा अन्य दैनिक काम करते आहे. बाबांची ही छबी माझ्या मनश्चक्षुंसमोर सहजच उभी राहते आणि मला स्मरण करवते, की मी माझी दैनिक कार्ये करताकरता मंत्रजप करावा. रात्री झोपलेली असताना जेव्हा माझी झोपमोड होते व मला पुन्हा झोप लागत नाही, तेव्हा मी मंत्राचा आश्रय घेते, जेणेकरून मंत्राने मला ध्यानाच्या स्थितीत घेऊन जावे. मला जरी शांत झोप लागली नाही, तरी मंत्रजप केल्याने माझे शरीर व मन ताजेतवाने होते. माझी जपमाळ सदैव माझ्याजवळच असते, त्यामुळे मी जागरूक राहते आणि मंत्रावर एकाग्र राहते.

मंत्रजपाचा अनुभव मी अशा एका सहचराच्या रूपात करते, जो मला एकाग्र ठेवतो आणि शांती व दिलासा देतो. जप मला पुनः माझ्या आत्म्याकडे घेऊन येतो. जप मला अशा एका आंतरिक स्थानी स्थिर करतो, जिथे मी श्रीगुरूंच्या सान्निध्यात असते.

