# विशुद्ध आनंद

## आनंदमय जन्मदिवसाप्रीत्यर्थ प्रस्तुत
## श्रीगुरुमाईंसमवेत घडलेले काही प्रसंग

### श्रीगुरुमाईंसमवेतचा प्रसंग : १

*लीलावती स्टुअर्ट*

वर्ष २०१६च्या हिवाळ्यातील पर्वांदरम्यान मी आणि माझी किशोरवयीन मुलगी, अलीशा सेवा करण्यासाठी श्री मुक्तानंद आश्रमात गेलो होतो. ख्रिसमसच्या दिवशी, श्रीगुरुमाईंसमवेत श्रीनिलय हॉलमध्ये झालेल्या एका अप्रतिम सत्संगानंतर, सर्वजण ख्रिसमसप्रीत्यर्थ आयोजित केलेल्या दुपारच्या भोजनासाठी अन्नपूर्णा भोजनकक्षाकडे गेले.

त्यानंतर थोड्याच वेळात, श्रीनिलय हॉलमधून निधीचौकाकडे जात असताना श्रीगुरुमाईंनी पाहिले की, अलीशा आणि मी तिथे जवळच उभ्या आहोत. हसतमुखाने श्रीगुरुमाईंनी आम्हा दोघींना सांगितले, “आनंद पसरवा.” त्यांनी सांगितले की, आम्ही गाण्याद्वारे आनंद पसरवावा.

अलीशा आणि मी, लगेचच गाऊ लागलो. आणि त्याच वेळी श्रीगुरुमाईंनी खुणावून सांगितले की, आम्ही गात-गात त्यांच्या पुढे चालावे व सोहळ्यासाठी सजवलेल्या भव्य दरवाज्यांमधून भोजनकक्षात प्रवेश करावा.

श्रीगुरुमाईंनी आम्हाला “आनंद पसरवा,” असे सांगितले होते; म्हणून गात असताना, मी कल्पना करत होते की, माझ्या गाण्याच्या माध्यमातून श्रीगुरुमाईंचे प्रेम मी अन्नपूर्णात उपस्थित असलेल्या प्रत्येकापर्यंत पोहोचवते आहे. “आनंद पसरवा,” हा श्रीगुरुमाईंचा संकल्प साकार होत होता—माझ्या अंतरी तसेच बाहेर. मला असे वाटत होते की, या संकल्पाशी मी अगदी समरस झाले आहे आणि परिणामी भोजनकक्षात इतका आनंद पसरला होता की, तो अगदी स्पष्टपणे जाणवत होता.

गात-गात आम्ही जेव्हा अन्नपूर्णा हॉलच्या मध्यभागातून चालत होतो, तेव्हा श्रीगुरुमाईंनी अलीशाला आणि मला सांगितले की, आम्ही त्या सर्व टेबलांच्या मधून जावे जिथे सर्व लोक बसले होते!

मग श्रीगुरुमाईंनी अलीशाला दुसरे एखादे गाणे गायला सांगितले. अलीशाने “I Love You a Bushel and a Peck,” [आय लव्ह यू अ बुशेल अँड अ पॅक] हे गाणे निवडले. हे गाणे ती या आशेने शिकली होती की, ती ते श्रीगुरुमाईंसाठी गाऊ शकेल. इतकेच नव्हे तर, तिला श्रीगुरुमाईंकडून प्रसाद म्हणून एक टी-शर्ट मिळाला होता ज्यावर या गीताचे शब्द “I Love You a Bushel and a Peck.” छापलेले होते, म्हणून त्या उपहाराबद्दल तिला कृतज्ञता व्यक्त करण्याची इच्छा होती. अलीशाची इच्छा आता पूर्ण झाली होती म्हणून तिने मनापासून ते गाणे गायले!

त्यानंतर श्रीगुरुमाईंनी ऑस्ट्रेलियाहून आलेल्या एका तरुणाला माझ्याबरोबर आणि अलीशाबरोबर गाण्यास सांगितले. जसजसे आम्ही गात होतो, तसतसा आनंददेखील वाढत गेला; इतका वाढला की, आम्ही हर्षभरित होऊन नृत्य करू लागलो. आणि जसजसे आम्ही गातागाता नृत्य करत सर्व टेबलांजवळून जात होतो, तेव्हा मला आढळून आले की, जो-जो चेहरा मला दिसत होता, तो प्रत्येक चेहरा प्रकाशाने उजळून निघाला होता. मग, एक-एक करत इतर लोकदेखील आमच्यासमवेत सहभागी होऊन टाळ्या वाजवत गाऊ लागले, नृत्य करू लागले. असे वाटत होते की, जणूकाही संपूर्ण भोजनकक्ष आणि तिथे उपस्थित प्रत्येकजण आनंदाचा एक महासागरच बनला होता!

तो अतिशय जिवंत अनुभव होता, जेव्हा मी अनुभवले की, श्रीगुरुमाईंचा आनंद आम्हा सर्वांमध्ये प्रवाहित होतो आहे. त्या अनुभवाबद्दल मी श्रीगुरुमाईंप्रति हृदयपूर्वक कृतज्ञ आहे.

श्रीगुरुमाई, मनापासून धन्यवाद.

***

## श्रीगुरुमाईंसमवेतचा प्रसंग : २

*जयलक्ष्मी लेझमा*

वर्ष २००९च्या हिवाळ्यात, मी सेवा करण्यासाठी श्री मुक्तानंद आश्रमात गेले होते. त्या वर्षी श्रीगुरुमाईंचा संदेश होता, ‘ॐ.’ त्यावेळी मी अठरा वर्षांची होते.

घरी परत जाण्याच्या आदल्या दिवशी, श्रीनिलय हॉलमध्ये श्रीगुरुमाईंसमवेत सत्संग आयोजित करण्यात आला होता. सत्संगाच्या समापनानंतर, श्रीगुरुमाई खालच्या लॉबीकडे जाणाऱ्या जिन्याच्या पायऱ्यांजवळ उभ्या होत्या आणि काही लोकांशी बोलत होत्या. श्रीगुरुमाईंना पाहिल्यावर मला माझ्या

हृदयात आनंदाची एक मोठी लाट उसळत असल्याचे जाणवले. माझ्या श्रीगुरूंचे दर्शन झाल्याबद्दल मला फार कृतज्ञता जाणवत होती, मला अंतरी धन्य वाटत होते. मी श्रीगुरुमाईंना सांगितले की, मी उद्या घरी परत जाणार आहे. त्यांनी अतिशय प्रेमाने आणि आपुलकीने मला निरोप दिला. असे वाटले की, यापेक्षा उत्तम असा निरोप घेणे तर असूच शकणार नाही.

मी विचार केला होता की, मी दुसऱ्या दिवशी दुपारनंतर आश्रमातून निघेन आणि म्हणून माझ्या निघण्याच्या दिवशी मला श्रीगुरुमाईंचे दर्शन होण्याची शक्यता कमीच होती. पण, दुसऱ्या दिवशी श्रीनिलय हॉलमध्ये श्रीगुरुमाईंसमवेत दुसरा एक सत्संग आयोजित करण्यात आला होता. त्या सत्संगानंतर, श्रीगुरुमाई त्याच जागी उभ्या होत्या आणि काही लोकांशी बोलत होत्या जिथे त्या आदल्या दिवशी उभ्या होत्या.

मीदेखील जाऊन त्या लोकांसमवेत उभी राहिले. श्रीगुरुमाईंनी मला विचारले. "तू केव्हा निघणार आहेस?"

मी म्हणाले की, मी दुपारनंतर निघेन. श्रीगुरुमाईंनी मला त्यांच्या नजीक येण्यास खुणावले. काही क्षण त्यांनी माझे हात त्यांच्या हातांमध्ये घेतले. त्यानंतर श्रीगुरुमाई म्हणाल्या की, या जागी आवाज विशेषतः खूप चांगल्या तऱ्हेने ऐकू येतो आणि त्यांनी सर्वांना 'ॐ' गाण्यास सांगितले.

आम्ही सर्वजण गाऊ लागलो, जसजसे आम्ही गात होतो, तसतसे ते पावन अक्षर भिंतींमधून निनादू लागले आणि त्यामुळे शक्तिपूर्ण स्पंदनांचे एक मंडल तयार होऊ लागले. श्रीगुरुमाईदेखील उच्च स्वरापासून ते खालच्या स्वरापर्यंत मुक्तपणे ' ॐ' गात होत्या. श्रीगुरुमाईंचा आवाज माझ्या हृदयाला आरपार भेदून जात होता आणि 'ॐ'ची ती स्पंदने माझ्या संपूर्ण अस्तित्वात प्रतिध्वनित होत होती. ही घटिका कधी संपूच नये असे मला वाटले. मी श्रीगुरुमाईंकडे पाहत होते आणि त्या माझ्याकडे पाहत होत्या. प्रेमाने ओतप्रोत अशा त्या क्षणी श्रीगुरुमाईंच्या नजरेला माझी नजर जेव्हा भिडली, तेव्हा माझे सर्व विचार विलीन झाले आणि माझे हृदय विस्तारले. आम्ही त्या स्थितीत होतो, जी स्थिती स्थानाच्या आणि काळाच्या पलीकडे होती.

आम्ही काही मिनिटे 'ॐ'चे गायन करत राहिलो आणि मग ध्वनीचे ते तरंग हळूहळू शांत होत गेले व अखेरीस तो ध्वनी मौनात विलीन झाला. वातावरण शुद्ध स्पंदनांनी व्याप्त झाले होते आणि आम्ही सर्वजण त्याचे रसास्वादन करत होतो.

नंतर, मी माझा हा अनुभव मनात धारण करून जेव्हा ध्यान करायला बसले, तेव्हा माझ्या डोळ्यांमधून आनंदाश्रू वाहत राहिले. तेव्हा मला जाणवले की, मला विशुद्ध आनंदाची, परिपूर्ण आनंदाची अनुभूती झाली होती.

घरी परत आल्यानंतर, मी माझा अनुभव आत्मसात करण्याचा अभ्यास करू लागले; ध्यान करण्यासाठी मी एक धारणा म्हणून अशी कल्पना करत असे की, मी श्रीगुरुमाईंबरोबर ‘ॐ’ गाते आहे तसेच ध्यान करताना मी ‘ॐ’ मंत्राचा जप करत असे. अशा प्रकारे, ते खरोखरच एक परिपूर्ण निरोप घेणे होते—त्या निरोप घेण्यात असे काहीतरी होते की, जे मी माझ्याबरोबर घरी घेऊन जाऊ शकले.

© २०१७ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®. सर्वाधिकार सुरक्षित.