અંતઃપ્રજ્ઞા

'આનંદમય જન્મદિવસ' માટે
ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદ દ્વારા પસંદ કરાયેલો એક સદ્ગુણ

સિદ્ધયોગ ધ્યાનશિક્ષિકા માર્ગરેટ સિમ્પસન દ્વારા લિખિત વ્યાખ્યા

અંતઃપ્રજ્ઞા વિશે આધુનિક સમજ છે કે તે ''ત્વરિત અને સહજ જ મળનારી અંતર સમજ (રહસ્યમય પૂર્વાભાસ),'' છે અથવા ''તત્ક્ષણ મળનારી કોઈ સમજ કે જ્ઞાન''[1] છે. પૂર્વકાલીન લૅટિન અને મધ્યકાલીન અંગ્રેજી ભાષામાં આ શબ્દના જે અર્થ હતા, તે રહસ્યાત્મક અંતરર્દષ્ટિ તરફ સંકેત કરતા હતા. આ ગૂઢ અર્થ ભારતની આધ્યાત્મિક શિખામણોમાં પણ જોવા મળે છે. ઉદાહરણ તરીકે, ઋષિ પતંજલિ પોતાના ગ્રંથ, 'યોગસૂત્ર'માં કહે છે કે અંતઃપ્રજ્ઞા એ શક્તિ છે જે દિવ્ય જ્ઞાનને ઉજાગર કરે છે. આ ગ્રંથ યોગ પર આધારિત સૌથી સન્માનનીય પ્રાચીન ગ્રંથોમાંથી એક છે, જેમાં મનના સ્વરૂપ પર પ્રભાવશાળી અંતર્દષ્ટિઓ આપવામાં આવી છે.

> *પ્રતિભાદ્વા સર્વમ્* ।। ૩.૩૩ ।।
>
> પ્રતિભા અર્થાત્ અંતઃપ્રજ્ઞાથી સર્વ પ્રાપ્તિ (બધા જ વિષયોનાં જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ) થાય છે.[2]

અંતઃપ્રજ્ઞા માટે સંસ્કૃત શબ્દ છે, 'પ્રતિભા' જે એક સૂચનાપ્રદ કે બોધપ્રદ શબ્દ છે કારણકે તે સૂચવે છે કે અંતઃપ્રજ્ઞા ક્યાંથી અને કેવી રીતે ઉદિત થાય છે. પ્રતિભાનો અર્થ છે પ્રકાશની ચમક, પરમ આત્મા દ્વારા પ્રગટ જ્ઞાન, જે એ ક્ષણે થાય છે જ્યારે માયા અર્થાત્ અજ્ઞાનતાનું આવરણ ભેદાઈ જાય છે અને આપણે આપણી અંતર દિવ્યતાની સર્વજ્ઞતાના સંપર્કમાં આવીએ છીએ. આવી ક્ષણમાં બની શકે, એ શિખામણનું સત્ય અચાનક ''આપણા મનમાં પ્રગટ થાય'' જેને આપણે અત્યાર સુધી માત્ર બૌદ્ધિક સ્તર પર સમજ્યા હતા — એટલે કે એ શિખામણમાં નિહિત સત્ય આપણા માટે જીવંત થઈ જાય છે અને આપણે તેને એક એવા સ્તર પર સમજવા લાગીએ છીએ જે ચિંતનશીલ મન કરતાં વધુ ગહન છે. એ જ રીતે, જેમ ઋષિ પતંજલિ દર્શાવે છે કે સૃષ્ટિના એ પાસાંઓને પણ જાણી શકાય છે જેનાથી આપણે પહેલાં અજાણ હતા. 'પ્રતિભા' એટલે અંતઃપ્રજ્ઞા, દિવ્ય જ્ઞાન પામવાની આપણી અંતર્નિહિત શક્તિ છે.

આપણે આવા સદ્ગુણનો વિકાસ કેવી રીતે કરી શકીએ? ગુરુમાઈજી કહે છે :

> જ્યારે તમે આત્મવિચાર કરો છો ત્યારે તમે તમારી પોતાની શક્તિના સંપર્કમાં આવો છો. પછી તમે સાચા અવાજને, વાસ્તવિક અવાજને, વાસ્તવિક અંતઃપ્રજ્ઞાને સાંભળી શકો છો.[3]

વેદાંત દર્શન શીખવે છે કે '*હું કોણ છું*' — આ સૌથી ગૂઢ પ્રશ્ન વિશે સ્વયંને પ્રશ્ન કરવો અને તેના પર મનનચિંતન કરવું, એ જ આત્મવિચારનું મૂળ છે.

જેમજેમ આપણે આ આત્મવિચાર કરીએ છીએ તેમતેમ અહમ્ સાથે જોડાયેલી આપણી અસ્થાયી ઓળખ ભૂલાતી જાય છે, અને આપણે આપણી ગહનતમ, પરમ વ્યાપક શક્તિ અર્થાત્ મહાન આત્મા સુધી પહોંચી જઈએ છીએ. ત્યારે આપણે 'પ્રતિભા'ના અવાજને સાંભળી શકીએ છીએ. જ્યારે આપણે આ પ્રશ્ન પૂછીએ છીએ કે '*હું કોણ છું?*' તો ગહન અને દૃઢ વિશ્વાસની સાથે આ ઉત્તર ઉદ્ભવે છે : ''હું સર્વાત્મા છું, બધાંનો આત્મા છું.''

અંતઃપ્રજ્ઞા માટે અભિકથન

હું સર્વાત્મા છું, બધાંનો આત્મા છું.

(અભિકથન : એ કથન જેનું જાગરૂકતાથી વારંવાર ઉચ્ચારણ કરવામાં આવે છે જેથી તે આપણી ચેતનામાં ફેલાઈ જાય.)

---

૧ *Merriam-Webster's Collegiate Dictionary, અગિયારમું સંસ્કરણ* (સ્પ્રિંગફિલ્ડ, મૅસાચ્યુસેટ્સ : મેરીઅમ વેબસ્ટર, ૨૦૦૭) પૃ. ૬૫૮.

૨ યોગસૂત્ર, ૩.૩૩; ઍડવિન એફ. બ્રાયન્ટ, અનુવાદ, *The Yoga Sutras of Patanjali: A New Edition, Translation and Commentary* (ન્યૂયોર્ક : નૉર્થ પૉઈન્ટ પ્રેસ, ૨૦૦૯) પૃ. ૩૬૩.

૩ સ્વામી ચિદ્વિલાસાનંદ, "The Real Intuition," દર્શન પત્રિકા, અંક ૮૮, *Self-Inquiry*, પૃ. ૪૨.

© ૨૦૨૦ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર સુરક્ષિત.