अंतःप्रज्ञा

‘आनंदमय जन्मदिवस’ याप्रीत्यर्थ
गुरुमाई चिद्विलासानंद यांनी निवडलेला एक सद्‌गुण

सिद्धयोग ध्यानशिक्षिका मार्गरेट सिंपसन यांच्याद्वारे लिखित भाष्य

अंतःप्रज्ञेविषयी आधुनिक समजूत अशी आहे की, ही एक ‘त्वरित आणि स्वयंस्फूर्तपणे मिळणारी अंतर्दृष्टी [रहस्यमय पूर्वाभास]’ किंवा ‘तत्काळ होणारे आकलन वा ज्ञान’[१] आहे. पूर्वकालीन लॅटिन व मध्ययुगीन इंग्रजीत हा शब्द रहस्यात्मक अंतर्दृष्टीशी निगडित असलेले अर्थ सूचित करत असे. हा गूढ अर्थ भारताच्या आध्यात्मिक शिकवणींमध्येही पाहायला मिळतो. उदाहरणार्थ, ऋषी पतंजली योगसूत्र या आपल्या ग्रंथात सांगतात की, अंतःप्रज्ञा ती शक्ती आहे, जी दैवी ज्ञान प्रकट करते. हा ग्रंथ योगावर आधारित असलेल्या सर्वाधिक आदरणीय प्राचीन ग्रंथांपैकी एक आहे, ज्यामध्ये मनाच्या स्वरूपाविषयी स्पष्ट व प्रभावी अंतर्दृष्टी अंतर्भूत आहेत.

> प्रतिभाद्वा सर्वम् ॥ ३. ३३ ॥
>
> प्रतिभा अर्थात अंतःप्रज्ञेने सर्वप्राप्ती [समस्त विषयांचे ज्ञान प्राप्त] होते.[२]

अंतःप्रज्ञेसाठी संस्कृत शब्द आहे ‘प्रतिभा’ जो एक उद्‌बोधक शब्द आहे, कारण तो हे सूचित करतो की, अंतःप्रज्ञा कोठून आणि कशी उदित होते. प्रतिभा म्हणजे एकाएकी प्रकाश चमकून जाणे, परम आत्म्याद्वारे प्रकट झालेले ज्ञान, ज्याचा उदय त्या क्षणी होतो जेव्हा मायेचे अर्थात अज्ञानाच्या आवरणाचे भेदन होते व आपण आपल्याच आंतरिक दिव्यतेच्या सर्वज्ञतेच्या संपर्कात येतो. अशा क्षणी, त्या शिकवणीतील सत्य आपल्या अंतरी ‘अचानकपणे चमकून जाते’ जे आतापर्यंत आपल्याला केवळ बौद्धिक स्तरावरच उमगलेले होते—म्हणजेच त्या शिकवणीत निहित असलेले सत्य आपल्याकरिता जिवंत होते आणि आपल्याला त्याचे आकलन अशा स्तरावर होते जे चिंतनशील मनापेक्षाही अधिक सखोल असते. अगदी त्याचप्रमाणे, जसे ऋषी पतंजली सांगतात की, सृष्टीच्या त्या पैलूंनादेखील जाणता येऊ शकते ज्यांच्याविषयीचे ज्ञान याआधी आपल्याला नव्हते. ‘प्रतिभा’ म्हणजे अंतःप्रज्ञा ही दैवी ज्ञान प्राप्त करण्याची आपली अंगभूत शक्ती आहे.

अशा या सद्‌गुणाचा विकास आपण कशा प्रकारे करू शकतो? श्रीगुरुमाई म्हणतात :

> जेव्हा तुम्ही आत्मविचार करता, तेव्हा तुम्ही स्वतःच्या ऊर्जेच्या संपर्कात येता. मग तुम्हाला खरा स्वर, वास्तविक स्वर, वास्तविक अंतःप्रज्ञा ऐकू येते.[३]

वेदान्त तत्त्वज्ञान शिकवते की, 'मी कोण आहे?'—या सर्वाधिक गूढ प्रश्नाविषयी स्वतःला प्रश्न विचारणे व त्यावर मनन-चिंतन करणे हाच आत्मविचाराचा गाभा आहे.

आपण जसजसा हा आत्मविचार करत जातो, तसतसे अहंकाराशी असलेले आपले अस्थायी तादात्म्य [अहंकारावर आधारित असलेली आपली अस्थायी ओळख] गळून पडते आणि आपण आपल्या गहनतम, परम व्यापिनी शक्तीपर्यंत अर्थात आपल्या महान आत्म्यापर्यंत पोहोचतो. तेव्हा आपल्यात प्रतिभेचा स्वर ऐकण्याची क्षमता येते, जी आपल्या अंतःप्रज्ञेचा प्रकाश आहे. आपण जेव्हा हा प्रश्न विचारतो की, 'मी कोण आहे?', तेव्हा गहन, दृढ विश्वासासह हे उत्तर उदित होते : "मी सर्वात्मा आहे, सर्वांचा आत्मा आहे."

अंतःप्रज्ञेसाठी अभिकथन

मी सर्वात्मा आहे, सर्वांचा आत्मा आहे.

[अभिकथन—ते कथन ज्याचे जागरूकतेसह वारंवार उच्चारण केले जाते, जेणेकरून ते आपल्या चेतनेत स्थिरावेल.]

---

[१] *Merriam-Webster's Collegiate Dictionary,* अकरावी आवृत्ती [स्प्रिंगफील्ड, मॅसाचुसेट्स : मेरीअम वेबस्टर, २००७] पृ. ६५८.

[२] योगसूत्र, ३.३३; एड्विन एफ. ब्रायंट यांच्याद्वारे अनुवादित, *The Yoga Sutras of Patanjali: A New Edition, Translation and Commentary* [न्यूयॉर्क : नॉर्थ पॉइंट प्रेस, २००९] पृ. ३६३.

[३] गुरुमाई चिद्विलासानंद, "The Real Intuition," दर्शन पत्रिका, अंक ८८, *Self-Inquiry,* पृ. ४२.

© २०२० एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®. सर्वाधिकार सुरक्षित.