

## પ્રાર્થનાઓ અને ધ્યાન

૨૦ નવેમ્બર ૧૯૧૪

**પ્રભુ,** હું તો તારી સમક્ષ એક સાવ કોરા પાના જેવી બની રહેવા માગું છું, કે જેથી તારી ઇચ્છા એના પર કશીયે મુશ્કેલી વિના, કશાયે મિશ્રણ વિના અંકિત થઈ જાય.

કદીક તો ભૂતકાળની અનુભૂતિઓની ખુદ સ્મૃતિને પણ ચિત્તમાંથી સાવ ભૂંસી નાખવાની રહે છે. એ સ્મૃતિને એમ ભૂંસી નાખીએ તે પછી જ તે આ વિશ્વના સતત થતા રહેતા નવસર્જનમાં આડખીલી બનતી નથી. આ સાપેક્ષતાઓની બનેલી સૃષ્ટિમાં, આ અસ્ખલિત થતા રહેતા નવસર્જન દ્વારા જ તારો પૂર્ણ આધિભાવ બનવાનો છે.

અમે ઘણીયે વાર ભૂતકાળને ખૂબ જ વળગી રહીએ છીએ. અમને ડર લાગે છે કે આ કોઈ કીમતી અનુભૂતિ થઈ તેનું પરિણામ ચાલ્યું ગયું તો શું થશે, આ એક વિશાળ ઊર્ધ્વ ચેતના અમને મળી તે મૂકી દઈશું અને પછી પાછા કોઈ નીચલી અવસ્થામાં સરી પડ્યા તો અમારું શું થશે !

પરંતુ જે વ્યક્તિ તારી થઈ ચૂકેલી છે તેણે શાનાથી ડરવાનું હોય ? એણે શું પોતાના આનંદ ભરેલા આત્મા સાથે અને તેજોમય લલાટ લઈને, તું એને માટે જે કોઈ માર્ગ આંકી આપે, પછી તે માર્ગ ગમે તે હો, તેની મર્યાદિત બુદ્ધિને તે સાવ અગમ્ય જ રહેતો હોય તો પણ, એ માર્ગે જ શું ચાલ્યા જવાનું નથી ?

પ્રભુ, વિચારનાં આ જૂનાં ચોકકાંને ભાંગી દિયો, ભૂતકાળની અનુભૂતિઓને ભૂંસી નાખો, અમારા બુદ્ધિજન્ય સમન્વયોને પણ, આપને જરૂરી લાગે તો વિખેરી નાખો, અને એમ પૃથ્વી ઉપર આપનું કાર્ય વધુ ને વધુ સારી રીતે સિદ્ધ થાઓ, આપની સેવાનું કાર્ય પૂર્ણતાને પામો.

— શ્રી માતાજી



# Prosperity

શ્રી માતાજીની  
સિદ્ધિ-રિદ્ધિ

2017  
NOVEMBER  
૧ નવેમ્બર, ૨૦૧૭

— So That Thy Work... / To Eliminate Inertia —  
— જેથી આપનું કાર્ય ... / તમસનો નિકાલ કરવા —

**Oh,** I would be before Thee, Lord, always like an absolutely blank page, so that Thy will may be written in me without any difficulty, any mixture.

The very remembrance of past experiences should sometimes be swept away from the thought so as not to obstruct this work of perpetual reconstruction which alone in a world of relativities permits Thy perfect manifestation.

Often one clings to that which was, fearing to lose the result of a precious experience, to give up a vast and high consciousness, to fall back into a lower state.

And yet, what should he fear who is Thine? Can he not walk with joyful soul and illumined brow upon the path Thou tracest for him, whatever it may be, even if this path be altogether incomprehensible to his limited reason?

O Lord, break the old frames of thought, abolish past experiences, dissolve the conscious synthesis if Thou thinkest it necessary, so that Thy work may be accomplished better and better, Thy service upon earth be perfected.

— The Mother

November 20, 1914  
Prayers and Meditations

**શરીરનું** તમસ તરફ આકર્ષણ ઘણું જોરદાર હોય છે. ઊર્ધ્વ ચેતનામાં રહેવાની ટેવ હોવા છતાં, શરીરનો કોઈક ભાગ, મોટે ભાગે સૌથી બહારનો અથવા તો સૌથી સ્થૂલ ભાગો તમસનું દબાણ અનુભવી શકે છે. તમસ સામાન્ય રીતે અવચેતનમાંથી ઉપર આવે છે અને શરીરમાં ગોઠવાયેલી ઊર્ધ્વ ચેતનાનો નાશ નથી કરતું પણ એની સક્રિયતાને મંદ પાડે છે, અથવા એ ચેતનાને ઉપરના સ્તરેથી નીચેના સ્તરે લઈ આવે છે. ...

... સુસ્તતા, બેચેની, અશક્તિ, વૃદ્ધત્વની, થાકની અથવા માંદગીની લાગણી – આ બધી નિશાનીઓ દેખાય છે જ્યારે શારીરિક પ્રકૃતિનું તમસ પ્રકાશનો વિરોધ કરતું હોય છે. ... એક જ લક્ષ્યને અનુસરવાનું છે – પોતાના સ્વરૂપમાં શાંતિ, પ્રકાશ, શક્તિની વૃદ્ધિ અને એક નવી ચેતનાનો વિકાસ.

શારીરિક તમસથી જ્યારે તમે વીંટળાયેલા હો, ઘણીવાર એવો અનુભવ થઈ શકે જાણે પહેલાંની અનુભૂતિઓ ક્યારેય થઈ ન હતી અથવા સાચી ન હતી. પણ નિઃસંદેહપણે તમારી અભીપ્સા અને અનુભૂતિઓ સાચે જ હતી. આ મુશ્કેલીનો સામનો કરતાં કરતાં તમારે આગળ વધવાનું છે જ્યાં સુધી તમે પ્રકાશ પાસે ન પહોંચો.

તમસને શાંતિમાં પરિવર્તિત કરવા માટે પહેલી પદ્ધતિ એ કે તમસ આવે અથવા રહી જાય ત્યારે અસ્વસ્થ ન બનવું. બીજી એ કે તમસથી જુદા થઈ જાઓ, એની સાથે એક ન બની રહો – નહિ તમારી સપાટી ઉપર કે નહિ તમારા ઊંડાણમાં. ત્રીજી એ કે તમસ જે બધું ઉપર લાવે છે એ બધાંનો અસ્વીકાર કરો, જરા પણ સ્વીકાર ન કરો, તમારું પોતાનું ન ગણો.

આટલું કરી શકશો તો તમારામાં એવી ચેતના તૈયાર થશે જે તમસના નિમ્નતમ ગર્તમાં પણ પૂરેપૂરી શાંતિ રહી શકશે. એ ચેતના દ્વારા તમે શાંતિ, શક્તિ, પ્રકાશ પણ અને જ્ઞાન પણ તમસની અંદર લાવી શકશો.

તમસ અથવા એના જેવી અન્ય કોઈ પણ વસ્તુને તમારાથી જુદી જ સમજવાની છે, તમારા સાચા સ્વરૂપના એક ભાગરૂપે નહિ. તમારું સાચું સ્વરૂપ ભગવાન સાથે એક છે.

એ સાચું છે કે તમસને દૂર રાખવા શારીરિક કસરતની ઘણી જરૂર છે. ...

શરીરના તમસનો સમૂળગો નિકાલ માત્ર અવતરણ અને રૂપાંતર દ્વારા જ થઈ શકે છે. પણ શારીરિક કસરત અને અમુક નિયમિત વ્યાયામ, એ તમસને શરીર ઉપર પ્રભુત્વ જમાવતાં હમેશાં રોકી શકે છે.

– શ્રી અરવિન્દ

Letters on Yoga - Vol.4.

p.392, 392, 395, 396, 397, 398.

**The physical's tendency** to inertia is very great; even after the habit of living in the higher consciousness is there, some part may feel the pressure of the inertia – generally the outermost or most material parts. The inertia usually rises up from the subconscious. It does not abolish the higher consciousness in the physical, but dulls its action or else brings it down from a higher to a lower level.

... **dullness**, uneasiness, weakness, feeling old and worn out or ill, are the reactions that come when the inertia of the physical Nature is resisting the Light – ... There is only one aim to be followed, the increase of the Peace, Light, Power and the growth of a new consciousness in the being.

**When** one is covered by the physical inertia one may often feel as if the former experiences had never existed or were not real. But certainly your aspirations and experiences were real enough. You have to fight out this difficulty until you have got through to the Light.

**The first means** [of changing inertia into peace] is not to get upset when it comes or when it stays. The second is to detach yourself, not only yourself above but yourself below and not identify. The third is to reject everything that is raised by the inertia and not regard it as your own or accept it at all.

If you can do these things then there will be something in you that remains perfectly quiet even in the pits of inertia. Through that quiet part you can bring down peace, force, even light and knowledge into the inertia itself.

**Inertia or anything else** must be felt as separate, not part of one's real self which is one with the Divine.

**It is quite true** that physical exercise is very necessary to keep off the tamas. ...

Physical tamas in its roots can be removed only by the descent and the transformation, but physical exercise and a regular activity of the body can always prevent a tamasic condition from prevailing in the body.

– Sri Aurobindo

Letters on Yoga - Vol.4.

p.392, 392, 395, 396, 397, 398.