

[In the Prosperity of May 2018, on page 4, some words were left out in the prayer of 23 October 1937.

We give here the correct version of the prayer.-Editor]

....
We stand here before Thee that Thy will may be fulfilled in us, in every element, in every activity of our being, from our supreme heights to the smallest cells of the body.

....
Grant that everything in us may collaborate in Thy work and all be ready for Thy realisation.

~
તારી સમક્ષ અમે આવ્યાં છીએ એટલા માટે કે તારી ઈચ્છા અમારામાં સિદ્ધ થાય, અમારા એકેએક તત્ત્વમાં, અમારી એકેએક પ્રવૃત્તિમાં, અમારી ચેતનાનાં ઉચ્ચોચ શિખરોથી માંડી અમારા શરીરના નાનામાં નાના અણુ સુધી.

....
અમારામાંની પ્રત્યેક વસ્તુ તારા કાર્યમાં સહકાર આપો. તારા સાક્ષાત્કાર માટે સર્વ કંઈ તૈયાર થાઓ.

- The Mother - શ્રી માતાજી

*The victory is to
the most enduring.
With my blessings*

The victory is to the most enduring.

With my blessings

- The Mother

પરમ વિજય એને માટે છે જે સૌથી વધુ સહન કરે છે.
મારા આશીર્વાદ સાથે
- શ્રી માતાજી

Mantras of the Mother - 6 September 1954 / શ્રી માતાજીના મંત્રો - ૬ સપ્ટેમ્બર ૧૯૫૪

From: Dakshina Karyalaya, Sri Aurobindo Ashram, Pondicherry-2. © 0413-2331470
રવાના: દક્ષિણા કાર્યાલય, શ્રી અરવિન્દ આશ્રમ, પોંડિચેરી-૨૦ ૦૪૧૩-૨૩૩૧૪૭૦ • July 2018
<https://themothersprosperity.org>



Prosperity

શ્રી માતાજીની
સિદ્ધિ-રિદ્ધિ

2018
JULY

૧ જુલાઈ, ૨૦૧૮

— Resistance and Receptivity —

— વિરોધશક્તિ અને શ્રદ્ધાશક્તિ —

*On the spiritual
path each step forward
is a conquest and
the result of a fight.
With my blessings*

On the spiritual path each step forward is a conquest and the result of a fight.

With my blessings

- The Mother

આધ્યાત્મિકતાના માર્ગ ઉપર આગળ મૂકેલું દરેક પગલું એક યુદ્ધના પરિણામે મેળવેલી જીત છે.

મારા આશીર્વાદ સાથે
- શ્રી માતાજી

Mantras of the Mother - 5 September 1954 / શ્રી માતાજીના મંત્રો - ૫ સપ્ટેમ્બર ૧૯૫૪

What is Resistance ?

વિરોધ શું છે ?

You have said that on the material plane “receptivity is mixed with a large amount of resistance.” What is this resistance ?

The Mother: You don't have resistances in your body? When you want to do an exercise, can you do with your body whatever you want? And when you try to be in good health, does your body always obey?... That is the resistance, it is all that refuses to progress. And I believe that unfortunately the amount of resistance is much greater than the amount of receptivity. One must work very hard to become receptive.

... You cannot imagine the immense flood of force at your disposal! And generally you do not feel it even. When you feel it, something in you shrinks because it is too much and produces a kind of instinctive fear in your cells; and when you receive it, more than three quarters of it you throw away like an overfilled vessel! It gushes out, spills over, because you are not able to hold it.

- The Mother

તમે કહ્યું છે કે સ્થૂલ સ્તર ઉપર ગ્રહણશીલતા એના કરતાં ઘણા મોટા પ્રમાણમાં રહેલા વિરોધ સાથે મિશ્રિત છે. આ વિરોધ શું છે ?

શ્રી માતાજી: તમારા શરીરમાં શું વિરોધો નથી? તમારે કોઈ કસરત કરવી હોય, ત્યારે શરીર પાસે તમારે જે કોઈ કરાવવું હોય એ બધું તમારું શરીર કરી શકે છે ? શરીરને તંદુરસ્ત રાખવાનો પ્રયત્ન કરતા હો, ત્યારે શું શરીર હમેશાં તમારું કહ્યું માને છે ? ... એ, એ છે વિરોધ – જે બધું પ્રગતિ કરવાની સંમતિ આપતું નથી તે બધું વિરોધ છે. અને હું ધારું છું કે, કમનસીબે, વિરોધશક્તિની હાજરી ગ્રહણશીલતાની સ્થિતિ કરતાં ઘણી વધારે છે. ગ્રહણશીલ બનવા માટે આપણે ઘણી મહેનત કરવી પડે છે.

... તમે કલ્પના નથી કરી શકતા કે શક્તિનો કેટલો પ્રચંડ ધોધ તમારે માટે તૈયાર છે. અને સામાન્ય રીતે તમને એનો ખ્યાલ પણ નથી હોતો. એ પ્રચંડ શક્તિનો અનુભવ જ્યારે તમને થાય છે, તમારામાં એક સંકોચન ઊભું થાય છે કારણ એ શક્તિ તમારે માટે વધુ પડતી હોય છે અને સાહજિક રીતે જ એ તમારા કોષોમાં એક ભય ઊભો કરે છે. અને જ્યારે તમે શક્તિને ઝીલો છો, તમે પોણા ભાગનું વેડફી નાખો છો – ઉભરાતી તપેલીની માફક ! એ શક્તિ બહાર ધસી આવે છે અને ઉભરાય છે કારણ તમે એને ઝીલી રાખી શકતા નથી.

- શ્રી માતાજી

Increasing the Physical Receptivity

શરીરની ગ્રહણશક્તિ વધારવી

How can one increase the receptivity of the body?

The Mother: It depends on the part. The method is almost the same for all parts of the being. To begin with, the first condition: to remain as quiet as possible. You may notice that in the different parts of your being, when something comes and you do not receive it, this produces a shrinking – there is something which hardens in the vital, the mind or the body. There is a stiffening and this hurts, one feels a mental, vital or physical pain. So, the first thing is to put one's will and relax this shrinking, as one does a twitching nerve or a cramped muscle; you must learn how to relax, be able to relieve this tension in whatever part of the being it may be. The method of relaxing the contraction may be different in the mind, the vital or the body, but logically it is the same thing.

- The Mother

શરીરની ગ્રહણશક્તિ આપણે કેવી રીતે વધારી શકીએ ?

શ્રી માતાજી: એ કામ શરીરના કયા ભાગમાં કરવાનું છે એના ઉપર આધાર રાખે છે. શરીરના બધા ભાગ માટે પદ્ધતિ લગભગ સરખી છે. શીખવાની શરૂઆત કરીએ ત્યારે પહેલી શરત છે : શક્ય એટલા શાંત રહેવું. તમે નોંધ લઈ શકશો કે તમારા શરીરના જુદાજુદા ભાગમાં, જ્યારે કંઈક ઊતરે છે અને તમે એ ઝીલી લેતા નથી, ત્યારે એ ત્યાં એક સંકોચન ઊભું કરે છે – પ્રાણમાં, મનમાં અથવા શરીરમાં કંઈક કઠણ બની જાય છે. એક જાતની અકડાઈ આવે છે, સાથે દુઃખાવો પણ લાવે છે અને મન, પ્રાણ અથવા શરીર વેદના અનુભવે છે. એટલે પહેલું કામ તમારી સંકલ્પશક્તિ દ્વારા આ સંકોચનને શિથિલ કરવું – જે રીતે ખેંચાતી નાડી અથવા સંકોચાઈ ગયેલી માંસપેશીને શિથિલ કરીએ. શિથિલ કેવી રીતે થવું એ તમારે શીખવું જ પડશે, શરીરના જે પણ ભાગમાં તનાવ ઊભો થયો હોય એને દૂર કરતાં શીખવું જ પડશે. સંકોચનને શિથિલ કરવાની પદ્ધતિ મન, પ્રાણ અથવા શરીરમાં ભલે જુદી હોય પણ એ બધીના પાયામાં તો એક જ વિચારલક્ષ્ય હોય છે.

- શ્રી માતાજી