

EDISI NOMOR : 260 - DESEMBER 2013



# WAHANA DHARMA

MAJALAH SPIRITUAL BERDASARKAN  
KEBENARAN - KEBAJIKAN - KEDAMAIAAN - KASIH SAYANG - TANPA KEKERASAN

**KESABARAN ADALAH JAKET PELINDUNG BAGI MANUSIA**

**DIAM ITU MENINGKATKAN ENERGI SPIRITUAL**

**Pengalaman Bakta Sai Mancanegara  
SAI JAGAT GURU**

Untuk kalangan sendiri



### Belajar Sabar

*Kesabaran adalah kebenaran, kesabaran adalah kebajikan, kesabaran adalah ajaran Veda, kesabaran adalah tanpa kekerasan, kesabaran adalah pengorbanan, kesabaran memberikan kegembiraan dan kebahagiaan abadi. Sesungguhnya kesabaran adalah segala-galanya di segala loka.* Demikian kutipan puisi dalam bahasa Telugu yang menjadi pembuka wacana Bhagawan Sri Sathya Sai Baba di Pendopo Prashanti Sai Kulwant Prashanti Nilayam, 26 Juni 1996 lalu.

Melalui wacana tersebut, Swami hendak mengingatkan para bakta tentang pentingnya belajar sabar. Tidak ada kekuatan lain yang lebih besar daripada kekuatan kesabaran. "Sekalipun dicengkeram berbagai kesedihan, kesulitan dan penderitaan, engkau harus berusaha mempertahankan kesabaran," demikian pesan Swami.

Namun kenyataan yang kita dapati dalam masyarakat saat ini adalah lebih banyak manusia yang kehilangan kesabaran ketika kesulitan dan kesedihan datang dalam hidupnya. Lihat saja, berita di berbagai media massa belakangan ini. Karena ketidaksabaran, manusia memilih menyelesaikan masalahnya dengan berunjuk rasa, dan melakukan kekerasan. Sehingga menimbulkan kekacauan dalam masyarakat.

Beruntung sekali, kita memiliki Sadguru yang selalu membimbing kita. Dalam situasi apapun Swami mengajar kita untuk mengutamakan kesabaran. Dan kesabaran hanya dapat dicapai dengan

pengamalan dalam hidup sehari-hari dan terus-menerus. Tidak ada cara lain untuk mencapainya. "Laksanakan tugas yang sulit dengan rasa pasrah kepada Tuhan dan terus-menerus berdoa kepadaNya. Palingkan pandanganmu ke dalam batin dan capailah tingkat ketenangan serta keseimbangan batin yang tertinggi." Demikian nasihat Swami untuk kita. Lebih lengkap tentang ini silakan baca wacana utama berjudul Kesabaran adalah Jaket Pelindung Bagi Manusia.

Dalam wacana kedua berjudul Diam itu Meningkatkan Energi Spiritual, Swami mengajar kita untuk mendengarkan suara hati. "Suara hatimu adalah pemimpinmu, dan Tuhanlah teman sejatimu," Melalui wacana ini Swami mengingatkan para bakta agar tidak terlalu banyak bicara. Sebaliknya kita diminta untuk banyak bekerja dan melakukan sadhana.

Selain dua wacana tersebut, redaksi menyajikan berbagai artikel, di antaranya rubrik Spiritual Corner. Penjaga rubrik Spiritual Corner kali ini menampilkan artikel berjudul Makanan Satwika Menentukan Kemajuan Spiritual. Tulisan tersebut intinya berisi ajaran Swami, bagaimana kita menghargai makanan, makanan seperti apa yang boleh kita makan, dan bagaimana kita memakannya.

Akhirnya, selamat membaca dan semoga kita masih diberi kesempatan untuk menggunakan hidup kita bagi misi Beliau hingga penghujung tahun ini, dan tahun-tahun yang akan datang.

*Jai Sai Ram.*

**Wacana Bhagawan Sri Sathya Sai Baba  
pada hari pertama perayaan Dasara di Pendapa Sai Kulwant  
Prashānti Nilayam, 26 - 6 - 1996**

## **KESABARAN ADALAH JAKET PELINDUNG BAGI MANUSIA**

*Kesabaran adalah kebenaran, kesabaran adalah kebajikan, kesadaran adalah ajaran Veda, kesabaran adalah tanpa kekerasan, kesabaran adalah pengorbanan, kesabaran memberikan kegembiraan dan kebahagiaan abadi. Sesungguhnya, kesabaran adalah segala-galanya di segala loka.*

*(Puisi bahasa Telugu).*

### **Bila Engkau Meningkatkan Kasih Sejati, Engkau Tidak akan Merasa Ragu**

*Para Siswa!*

Kesabaran adalah keutamaan pertama dan terpenting yang harus dipupuk manusia. Keutamaan suci ini tidak dapat dipelajari dengan membaca berbagai buku. Kesabaran tidak bisa diajarkan oleh para guru, juga tidak dapat diperoleh dari teman-teman. Keutamaan ini juga tidak dapat dibeli di pasar, dan tidak ada perusahaan yang dapat menyediakannya. Keutamaan ini hanya dapat diperoleh dengan mengikuti jalan kebenaran dan kebajikan dalam kehidupan sehari-hari, dan dengan pengamalan terus menerus. Tidak ada cara lain untuk mencapainya.

### **Kesedihan dan Penderitaan Mengungkapkan Sifat Kemanusiaanmu**

Kesabaran dapat diibaratkan dengan jaket pelindung bagi manusia. Orang yang mengenakan jaket pelindung ini akan dapat dengan tabah menanggung segala jenis kesulitan, kesedihan,

serta penderitaan, dan akan mampu melangkah maju tanpa terpengaruh oleh semua hal itu. Tidak ada kekuatan lain yang lebih besar daripada kekuatan kesabaran. Kesabaran adalah keutamaan yang terpenting bagi manusia. Namun, kini manusia telah melupakan keutamaan kesabaran ini dan sudah kehilangan sifat kemanusiaannya karena ia terlibat total dalam usaha mencari hal-hal yang bersifat keduniawian dan fana.

Sekalipun dicengkram berbagai ke-sedihan, kesulitan, dan penderitaan, engkau harus berusaha mempertahankan kesabaran. Namun, kini manusia dikuasai sepenuhnya oleh kesulitan dan kesedihan dalam kehidupannya sehari-hari dan telah kehilangan keutamaan yang berharga ini.

Kehidupan manusia itu sangat berharga dan suci. Kehidupan ini ibarat perjalanan lama yang harus ditempuh dengan mengikuti jalan yang benar. Di jalan yang suci ini, sifat sabarlah yang paling penting. Hanya aneka kesulitanlah yang membantumu meningkatkan sifat sabar. Tidak mungkin meningkatkan kesabaran tanpa mengalami berbagai

kesulitan. Kesenangan adalah selingan di antara dua kepedihan. Hanya kesulitanlah yang membuat engkau menyadari nilai kehidupan manusia. Kesedihan membuat sifat kemanusiaanmu terungkap.

Apa pun yang mungkin kaukejar dalam hidupmu, jangan pernah meninggalkan sifat kemanusiaanmu. Sifat baik kesabaranlah yang melindungi Pāndava dalam berbagai kesulitan yang mereka alami. Sesungguhnya aneka kesulitan itu adalah batu loncatan untuk menuju kebahagiaan.

Walaupun mengalami berbagai kesulitan, janganlah manusia membuang kesabaran dan sifat pemaaf. Meskipun begitu, sifat pemaaf harus diterapkan sesuai dengan waktu dan situasi. Engkau harus berhati-hati dalam menerapkan sifat pemaaf. Engkau harus tahu kapan harus memaafkan dan dalam kaitannya dengan siapa.

Ketika Mohammad Ghori (raja di wilayah yang sekarang disebut Afghanistan) menyerang Prithvi Raj (raja di Rajasthan), ia dikalahkan sepenuhnya oleh Prithvi Raj. Namun, Prithvi Raj sebagai raja yang berhati mulia, memaafkan dan membebaskannya. Setelah itu, Mohammad Ghori menyerang Prithvi Raj lagi dan mengalahkannya. Mohammad Ghori menawan Prithvi Raj dan membuatnya buta. Ia tidak mempunyai rasa terima kasih kepada Prithvi Raj yang dahulu telah mengizinkan ia kembali ke negaranya dengan selamat. Karena itu, engkau harus berhati-hati menerapkan sifat pemaaf ketika berurusan dengan orang yang bengis. Tentu saja sifat pemaaf itu keutamaan yang mulia, tetapi

bila diterapkan pada orang yang jahat, akan menyebabkan kerugian yang lebih besar daripada kebaikan.

Kini manusia sama sekali tidak mempunyai rasa terima kasih. Karena ia benar-benar tenggelam dalam sifat mementingkan diri dan mengutamakan kepentingan pribadi, ia sudah menjadi korban beragam kesulitan. Manusia harus membatasi sifat mementingkan diri dan mengendalikan pikiran serta perasaannya.

*Mungkin seseorang menguasai berbagai jenis pengetahuan.*

*Mungkin seseorang mengalahkan lawan dalam perdebatan.*

*Mungkin seseorang bertempur dengan perkasa dan gagah berani di medan laga.*

*Mungkin seseorang adalah maharaja yang memerintah berbagai kerajaan besar.*

*Mungkin seseorang memberikan banyak sapi betina dan emas sebagai derma.*

*Mungkin seseorang menghitung bintang yang tak terbilang di angkasa.*

*Mungkin seseorang dapat menyebutkan nama berbagai makhluk hidup di dunia.*

*Mungkin seseorang ahli dalam kedelapan bentuk yōga.*

*Mungkin seseorang bahkan dapat mencapai bulan.*

*Akan tetapi, adakah orang yang dapat mengendalikan badan, pikiran, dan indranya?*

*Palingkan pandanganmu ke dalam batin, dan*

*Capailah tingkat ketenangan*

*serta keseimbangan batin yang tertinggi.*

*(Puisi bahasa Telugu).*

### **Bakti Sakkubai yang Patut Diteladani**

Pengendalian indra dan kepasrahan kepada Tuhan sangat perlu untuk meningkatkan kesabaran. Tanpa kasih kepada Tuhan, tanpa pasrah diri kepada Tuhan, dan tanpa karunia Beliau, tidak mungkinlah manusia dapat meningkatkan kesabaran.

Kesabaran adalah kebenaran, kesabaran adalah kebajikan, sesungguhnya kesabaran adalah Tuhan. Kebenaran adalah Tuhan, kasih adalah Tuhan. Bila engkau meningkatkan kasih, secara otomatis engkau akan mencapai kebenaran dan kesabaran.

Siang malam Sakkubai merenungkan Pandurangga (Sri Krishna) dengan iman yang teguh. Ia menganggap Beliau sebagai tujuan hidupnya. Ibu mertua dan suaminya membuat Sakkubai sangat menderita. Mereka memberinya banyak tugas yang sulit semata-mata untuk menghukumnya. Dalam, situasi itu, kesabaran adalah kekuatan yang terbesar. Kemampuan menanggung segala kesulitan dengan tabah memberinya kedamaian dan kesabaran. Sakkubai melaksanakan semua tugas yang sulit dengan rasa pasrah kepada Tuhan. Segala usaha dilakukannya untuk menyenangkan Tuhan. Ia mengungkapkan kesengsarannya kepada Tuhan dan terus menerus berdoa kepada-Nya.

*Oh Pandurangga! Tanpa naungan atau perlindungan, saya terus menanggung beban kehidupan ini*

*demis Paduka belaka.*

*Bila tidak melihat senyum Paduka yang indah, saya menjadi resah. Oh Krishna! Setidak-tidaknya datanglah dalam mimpi saya. Anugerahi saya penampakan Paduka karena saya tidak sanggup lagi menanggung perpisahan dari Paduka.*

*(Lagu bahasa Telugu).*

*Oh Krishna! Nyanyikan lagu yang merdu,*

*Penuhi hati saya dengan kata-kata semanis madu dan kebahagiaan jiwa. Kumpulkan intisari Veda, ubahlah menjadi musik surgawi, mainkan di suling Paduka yang mempesona,*

*dan tawanlah saya dengan lagu Paduka.*

*Bernyanyilah, oh Krishna! Bernyanyilah untuk saya!*

*(Nyanyian bahasa Telugu)*

Sambil menyanyikan doa ini, ia mulai menggiling berkarung-karung gandum yang diberikan oleh ibu mertua kepadanya untuk dilumatkan dengan gilingan tangan. Akhirnya ia benar-benar kehabisan tenaga dan jatuh pingsan. Namun, ia tidak pernah kehilangan kepercayaan kepada Pandurangga.

*Yad bhāvam tad bhavati.*

Artinya,

'Sebagaimana perasaannya, maka demikianlah hasilnya.'

Perasaan apa pun yang kaumiliki, engkau akan mendapat hasil yang sesuai. Sebagaimana perasaanmu, maka akan demikian pulalah aneka sifat baikmu.

Sebagaimana perbuatannya, maka demikianlah hasilnya. Jangan merasa takut dalam hal-hal yang berkaitan dengan Tuhan. Dengan keberanian dan keyakinan seperti itu, engkau harus meningkatkan keutamaan kesabaran. Tuhan itu *bhakta paradhīna* 'dikuasai oleh bakta-Nya'. Karena itu, Sakkubai berdoa kepada Tuhan,

*“Berapa lama saya dapat menanggung penderitaan ini, oh Rangga! Mengapa Paduka menguji saya demikian berat? Tidakkah Paduka menaruh belas kasihan kepada saya? Apakah Paduka tidak suka kepada saya? Tidakkah hati Paduka luluh melihat keadaan saya yang menyedihkan? Bukankah benar saya ini hamba Paduka? Tidakkah reputasi Paduka akan terpengaruh bila Paduka membuat saya demikian menderita?”*

*(Nyanyian bahasa Telugu).*

Ia berdoa dengan sungguh-sungguh kepada Pandurangga, “Kalau saya abdi Paduka yang sejati, mengapa saya demikian menderita? Tentu ada cacat cela dalam diri saya. Pasti saya telah berbuat dosa. Itulah sebabnya Paduka tidak segera menolong saya. Mohon beritahukan cacat cela saya agar saya dapat memperbaiki diri.” Saat itu juga Pandurangga menampakkan diri di hadapannya.

*Īshā vāsyam idam jagat.*

Artinya,

‘Seluruh alam semesta ini diliputi dan diresapi Tuhan’.

Brahman ‘kesadaran semesta’

meliputi seluruh alam semesta. Semuanya (segenap ciptaan) adalah pengejawantahan Brahman. Semua adalah perwujudan Tuhan. Tidak ada nama dan wujud yang bukan nama dan wujud Tuhan.

*Sahasra-shīrshāh Purushah  
Sahasrākshah sahasra-pād.*

Artinya,

‘Pribadi Kosmis mempunyai ribuan kepala, mata, dan kaki’.

Tuhan dapat mengambil ribuan wujud. Pandurangga mengambil wujud Sakkubai, melakukan segala pekerjaan rumah tangga yang biasa dilakukannya, dan menyuruhnya pergi ke Pandharpur (pusat peziarahan tempat patung Pandurangga disemayamkan) untuk menyenangkan hatinya.

*Jangan pernah sangsi bahwa Tuhan ada di sini dan tidak ada di sana. Ke mana pun engkau mencari, Tuhan ada di situ.*

*(Puisi bahasa Telugu).*

## **Fokuskan Pandanganmu kepada Tuhan**

Mendapatkan penampakan Tuhan itu tidak sulit bila hatimu murni. Sesungguhnya memperoleh penampakan Tuhan itu sangat mudah. Engkau tidak dapat mencapai Tuhan karena kurang murni. Engkau harus membuka mata untuk melihat matahari yang cemerlang. Walaupun surya ada di angkasa, bagaimana engkau dapat melihatnya bila matamu kaupejamkan? Demikian pula, engkau harus memurnikan pandangan batinmu. Kemudian engkau akan melihat Tuhan

di mana-mana. Namun, hati manusia tertutup rapat oleh kotoran berbagai pikiran yang buruk. Pikiran dan perasaan manusia penuh dengan beragam keinginan duniawi dan jasmani yang bersifat sementara. Perlulah memurnikan hatimu agar dapat melihat Tuhan yang abadi dan selalu benar.

Engkau tidak dapat melihat pantulan bayanganmu di cermin jika bagian belakang cermin itu tidak dilapisi bahan kimia. Hati dapat diibaratkan dengan cermin dan bahan kimianya adalah kasih. Bila kaulapisi cermin hatimu dengan kasih, engkau akan segera memperoleh penampakan Tuhan. Namun, dalam hati manusia dewasa ini, lapisan kasih itu sama sekali tidak ada. Sebaliknya, hati manusia bahkan penuh dengan sifat-sifat jahat kebencian, kedengkian, rasa sombong, dan suka pamer. Sepanjang waktu Tuhan terus melimpahkan karunia-Nya kepada manusia. Namun, manusia tidak mampu menerimanya karena ia salah paham. Sesungguhnya sifat-sifat kemanusiaannya sudah lenyap sama sekali.

Apa pun yang kaulihat di dunia ini hanyalah cerminan berbagai perasaanmu sendiri. Tuhan itu *nirgunam, niranjanam, sanātana nikētanam, nitya, shuddha, buddha, mukta*, dan *nirmala svarūpinam*. Artinya, 'Tuhan itu tidak bersifat, tidak bercela, sumber dan tujuan segala eksistensi, abadi, murni, menyadari kenyataan-Nya yang sejati, bebas (dari perbudakan pada keinginan dan kelekatan duniawi) dan perwujudan kesucian'. Tuhan sama sekali tidak berubah sepanjang waktu. Namun, engkau teperdaya oleh berbagai perasaanmu sendiri. Perasaan-

perasaanmu tidak fokus kepada Tuhan.

Ketika Nārāyana bergegas pergi untuk menyelamatkan Gajendra yang diterkam buaya, permaisuri Beliau, Dewi Lakshmi, berada dalam situasi yang sulit dan membingungkan, apakah ia harus bertanya kepada Nārāyana atau tidak, mengapa dan ke mana Beliau pergi.

*Mulanya Lakshmi berjalan cepat di belakang Nārāyana untuk menanyakan ke mana Beliau pergi. Kemudian ia berhenti karena berpikir, mungkin suaminya tidak akan menjawab karena Beliau sedang berlari dengan sangat tergesa-gesa. Dalam keadaan yang membingungkan itu, jalinan rambutnya terlepas, dan ia tidak dapat melangkah maju atau mundur.*

*(Puisi bahasa Telugu).*

Pada mulanya Dewi Lakshmi melangkah maju untuk bertanya kepada Nārāyana, kemudian mundur lagi. Walaupun ia adalah permaisuri Nārāyana, ia ragu apakah suaminya akan menjawab pertanyaannya atau tidak. Bilakah rasa ragu timbul? Keraguan timbul bila ada suatu cacat cela dalam diri seseorang. Apakah cacat Lakshmi? Ia memupuk rasa keakuan karena berpikir, "Mengapa Nārāyana pergi tanpa memberi tahu aku?" Rasa keakuan inilah cacatnya yang utama. Rasa keakuan adalah cacat terbesar dalam diri manusia. Ini menyebabkan kehancurannya.

Prinsip kasih yang suci hanya akan terungkap dalam dirinya bila ia mengalahkan rasa keakuan ini. Bila manusia ingin membebaskan diri dari sifat-sifat jahat seperti rasa keakuan,

suka pamer, dan kedengkian, ia harus meningkatkan kesabaran. Kesabaran adalah kebenaran, kesabaran adalah kebajikan, kesabaran adalah *yōga*, sesungguhnya kesabaran adalah Tuhan. Kesabaran adalah segala-galanya.

Kini kasih hanya terbatas pada pembicaraan manusia, tetapi sudah lenyap dari hatinya. Orang-orang hanya berpura-pura mengasihi, tetapi mereka tidak benar-benar mengerti apa arti kasih. Bila engkau mempunyai kasih, engkau tidak akan mempunyai rasa takut, marah, atau benci. Engkau tidak perlu pergi ke hutan untuk bertapa, engkau juga tidak perlu melakukan berbagai latihan spiritual. Bila kaupenuhi hatimu dengan kasih yang murni, itu sudah cukup. Kasih itu selalu murni dan luhur. Karena orang-orang tidak atau kurang mempunyai kasih, mereka bahkan mulai meragukan Tuhan. Bila mereka meningkatkan kasih sejati, mereka tidak akan mempunyai keraguan. Tuhan selalu siap menolong dan melayani bakta yang menyerahkan diri sepenuhnya kepada Beliau. Bakta semacam itu tidak mempunyai pekerjaan untuk (kepentingan) dirinya sendiri.<sup>1)</sup> Mereka selalu memikirkan Tuhan, dan Tuhan selalu mengurus kesejahteraan mereka. Tuhan selalu mengajarkan kepada manusia apa yang baik dan bermanfaat bagi mereka. Demikian pula, manusia harus mematuhi perintah Tuhan secara mutlak. Ini harus menjadi tujuan hidupnya. Karena melupakan hal ini, kini manusia mengejar hal-hal yang tidak perlu. Ini tidak baik.

### **Kemuliaan Draupadī**

Apa arti *kshama* 'sifat pemaaf' yang sesungguhnya? Ashvatthāmā

membantai kelima putra Draupadī dalam kegelapan malam ketika mereka sedang tidur lelap. Mereka tidak bersalah dan tidak pernah merugikan atau menjahatnya. Meskipun demikian, ia menghabiskan mereka secara kejam. Akhirnya Arjuna menangkap Ashvatthāmā dan membawanya ke hadapan Draupadī. Dari kejadian ini engkau dapat melihat sendiri betapa mulia sifat pemaaf Draupadī. Ia bertanya kepada Ashvatthāmā,

*Di kaki ayah Anda, Dronāchāryalah, para suami saya telah mempelajari segala yang mereka ketahui. Sebagai putra Dronāchārya, pantaskah Anda menghabiskan para putra saya? Bagaimana Anda bisa tega membunuh mereka yang tidak bersenjata, masih muda, sedang tidur lelap, tidak menaruh dendam kepada Anda, dan tidak berpikir untuk merugikan Anda?*

*(Puisi bahasa Telugu).*

"Dapatkah dibenarkan (bila Anda) membantai anak-anak yang tidak berdosa, yang tidak berada di medan laga, dan tidak menyangdang senjata apa-apa?" demikian ia bertanya kepada Ashvatthāmā.

Kemudian Draupadī bersujud di kaki Arjuna dan berkata,

*Oh Pārtha!<sup>2)</sup> Tidak sesuai dengan darmalah, bila Kakanda membunuh seseorang yang ketakutan, atau kehilangan keberaniannya, yang sedang tidur, atau mabuk, yang mohon perlindungan, atau seorang wanita. Janganlah Kakanda*

*menghabisi Ashvatthāmā karena ia adalah putra guru Kakanda.”*

*(Puisi bahasa Telugu).*

Ketika Draupadī mengucapkan perkataan ini untuk memaafkan (Ashvatthāmā), Bhīma menjadi sangat berang dan berkata,

*“Draupadī ini perempuan bodoh karena ia mohon agar bedebah celaka ini dibebaskan. Ia tidak merasa marah kepada orang yang telah membantai putra-putranya. Ashvatthāmā pembunuh ini bukan brahmana. Jangan lepaskan dia! Habisi dia! Bila Adinda (Arjuna) tidak melakukannya, aku sendiri yang akan menghantam kepalanya dengan tinjuku yang perkasa, biar kalian saksikan!*

*(Puisi bahasa Telugu),*

Draupadī mendebat Bhīma, “Membunuh Ashvatthāmā itu tidak adil. Sebagaimana saya sedih karena putra-putra saya dibunuh, tidakkah ibu Ashvatthāmā akan sedih bila putranya tewas dengan cara yang sama? Bagaimanapun juga anak-anak saya sudah tiada. Saya tidak dapat menghindari kesedihan ini. Mengapa sekarang Kakanda akan membuat ibu Ashvatthāmā sedih dengan membunuhnya?” Inilah sifat pemaaf sejati.

Engkau harus memahami kebenaran bahwa sebagaimana engkau menderita bila dirugikan atau dijahati, orang lain juga menderita seperti itu bila engkau merugikan atau menjahatinya. Di dunia dewasa ini adakah ibu yang dapat memperlihatkan sifat pemaaf dan

toleransi seperti itu? Inilah keluhuran Draupadī. Draupadī bukan wanita biasa. Ia lahir dari api *yajna* dan dapat mengendalikan indranya secara sempurna.

Sejak zaman dahulu banyak wanita mulia semacam itu telah lahir di negeri *Bhārat* yang suci ini dan telah memperlihatkan kebesaran kebudayaannya yang asli. Namun kini, para putra *Bhārat* sendiri tidak mampu memahami kebesaran budaya pusaka mereka. Para siswa harus mengetahui betapa hebatnya kebudayaan India dan bertindak sesuai dengan pemahaman itu.

Pada waktu tertimpa kemalangan, engkau harus sabar agar dapat menempuh hidup dengan tenteram. Sejak zaman dahulu kala para putra *Bhārat* menghargai dan menyimpan keutamaan ini di hati mereka. Kesabaran adalah kebajikan utama para resi kita. Itulah keelokan mereka yang sesungguhnya. Meskipun demikian, sejumlah resi jatuh dalam usaha spiritual mereka karena mereka kehilangan keutamaan kesabaran ini. Mereka kehilangan segala kekuatan spiritual yang diperoleh setelah bertapa selama bertahun-tahun. Demikian pula banyak maharaja kehilangan kerajaan mereka, dan cendekiawan besar mengalami kegagalan karena mereka kehilangan keutamaan kesabaran ini. Karena itu, engkau harus menganggap kesabaran sebagai keutamaan yang memberimu perlindungan secara total. Kesabaran adalah jaket pelindungmu. Bila engkau melupakan jaket pelindung kesabaran ini dan mencari kesenangan duniawi yang bersifat sementara, engkau akan

membuat dirimu sendiri menjadi sasaran berbagai kesulitan yang tak tertahankan.

## **Marah adalah Dosa Besar**

*Para siswa!*

Kesabaran itu paling penting. Apa pun juga situasinya, engkau harus selalu sabar dan dapat mengendalikan diri. Jangan pernah tergesa-gesa. Ketergesaan menyebabkan kerugian, dan kerugian menyebabkan kecemasan. Karena itu, jangan tergesa-gesa. Selalulah tenang dan sabar. Jangan pernah melakukan apa saja dalam keadaan terburu-buru. Selalulah memelihara kedamaian hatimu. Bila engkau mempunyai kedamaian hati, engkau dapat mencapai apa saja. Tanpa kedamaian dan ketenangan, manusia tidak dapat mencapai kebahagiaan. Karena itu, pertahankan ketenanganmu, inilah perlindunganmu yang terbesar. Jangan pernah bertindak secara tergesa-gesa.

(Nasihat) ini ditujukan terutama kepada para siswa karena banyak di antara mereka yang lekas naik darah. Kesabaran penting sekali bagi mereka. Mereka harus meningkatkan kesabaran dan siap menghadapi berbagai jenis cobaan. Engkau harus tetap sabar sekalipun dicaci-maki. Sebaliknya, bila engkau langsung menanggapi kecaman orang lain, engkau akan kehilangan keutamaan kesabaran yang berharga.

Tetaplah tenang sekalipun orang lain memfitnah atau menjelek-jelekkan engkau. Kesabaranmu sangat berharga bagaikan berlian, sedangkan omong-kosong orang lain itu seperti arang. Jangan kautukar berlianmu yang

berharga dengan arang mereka yang tak bernilai. Jangan gelisah bila orang lain menjelek-jelekkan engkau.

Kini manusia menyia-nyiakan hidupnya karena ia tidak mempunyai kesabaran. Kadang-kadang ia menjadi marah. Marah itu dosa besar. Ada beberapa orang yang bahkan melantunkan doa dengan nada marah bila mereka sedang gusar kepada seseorang. Misalnya saja pada waktu engkau sedang duduk mengikuti acara kidung suci, seseorang yang duduk di dekatmu mungkin membuat engkau tidak nyaman karena tidak memberimu tempat yang cukup untuk duduk. Engkau tidak mempunyai pilihan lain dan terpaksa menanggung keadaan yang tidak menyenangkan ini. Pada akhir kidung suci, dilantunkan doa, "*Shānti, shānti, shānti,*" tiga kali. Akan tetapi, karena engkau marah kepada orang itu, engkau juga melantunkan, "*Shānti, shānti, shānti,*" dengan nada marah! Jadi, bagaimana engkau dapat mencapai kedamaian? Engkau harus menganggap hal ini sebagai tes untuk menguji kesabaranmu dan tetap damai sepenuhnya ketika melantunkan, "*Shānti, shānti, shānti.*" Namun, para bakta dewasa ini penuh kemarahan bahkan pada waktu melantunkan, "*Shānti, shānti, shānti.*"

Apa gunanya menyanjikan kidung suci tanpa bakti? Bila engkau mempunyai bakti sejati, engkau akan tetap sabar apa pun juga situasi yang mungkin kauhadapi. Akan tetapi, bahkan untuk hal-hal yang remeh pun engkau menjadi marah dan jengkel, mulai

*Bersambung ke halaman 21*

**Wacana Bhagawan Sri Sathya Sai Baba  
pada hari pertama perayaan Dasara di Pendapa Sai Kulwant  
Prashānti Nilayam, 27 - 6 - 1996**

## **DIAM ITU MENINGKATKAN ENERGI SPIRITUAL**

*Kini para siswa hebat dalam bicara, tetapi kosong melompong dalam tindakan.  
Hidup mereka sudah menjadi beban karena sikap suka pamer. Inilah keadaan  
siswa modern yang menyedihkan.*

*(Puisi bahasa Telugu).*

### **Ugahari dalam bicara Membantu Meningkatkan Berbagai Perasaan yang Suci**

Kini pikiran para siswa kacau. Mereka terlalu banyak bicara. Mereka yang terlalu banyak bicara tidak dapat belajar dengan baik. Mereka yang belajar dengan baik tidak banyak bicara. Itulah sebabnya Aku sering memberi tahu mereka, "Kurangi bicaramu, belajarlah lebih banyak."

### **Bicara Terlalu Banyak itu Tidak Baik**

Kini tampaknya sifat-sifat kemanusiaan sudah lenyap dari hati manusia, dan sikap serta tingkah lakunya tidak sesuai dengan statusnya sebagai manusia. Ia memikirkan satu hal, mengatakan lainnya, dan melakukan sesuatu yang sama sekali berbeda. Selain itu, ia membuang-buang waktunya dengan terlalu banyak bicara. Dengan demikian, ia kehilangan kesucian dan energi sakral yang sianugerahkan Tuhan kepadanya. Tidak hanya itu, ia juga kehilangan daya ingat, energi fisik, dan kemampuan konsentrasi.

Orang yang terlalu banyak bicara cenderung merasa lapar yang tidak normal sehingga ia makan terlalu banyak. Terlalu banyak makan membuatnya lesu, dan karena lesu, ia kehilangan minat untuk bekerja. Orang semacam itu tidak pernah bisa ikut serta dalam kegiatan bakti sosial atau pelayanan tanpa pamrih. Semangat untuk menolong atau melakukan pelayanan itu penting sekali bagi kaum muda dewasa ini. Karena itu, mereka harus ugahari dalam hal makan. Makan terlalu banyak juga tidak baik untuk kecerdasan. Makan secara terbatas itu sangat bermanfaat. Vallabhbai Patel<sup>1)</sup> juga biasa berkata, "Sedikit bicara, lebih banyak bekerja." Karena mengikuti prinsip ini, ia dapat melakukan pekerjaannya dengan disiplin dan tekun. Semua orang menyebutnya orang yang praktis.

Para resi kita zaman dahulu tahu bahwa diam itu menimbulkan kekuatan yang tiada bandingnya. Itulah sebabnya mereka biasa melakukan *maunam* 'tirakat diam', dan dengan kekuatan (yang ditimbulkannya) mereka dapat mencapai (kesadaran) Tuhan. Melaksanakan tirakat

diam ini meningkatkan energi spiritual. Bicara terlalu banyak menimbulkan kegelisahan dan kegugupan. Akibatnya, manusia kehilangan kemampuan untuk membedakan, apa yang harus dibicarakannya, dan apa yang tidak. Semakin sedikit bicaramu, semakin banyak kegiatan bakti sosial yang dapat kauikuti. Dengan mengikuti kegiatan bakti sosial, engkau dapat memupuk persahabatan dengan orang-orang lain.

Apa arti persahabatan? Itu tidak berarti saling mengatakan halo, halo. Persahabatan sejati terletak dalam kerja sama secara kompak sepanjang waktu, dalam segala keadaan, dan dalam segala bidang. Akan tetapi, di dunia dewasa ini, tidak terlihat persahabatan dan semangat persatuan semacam itu.

Siapakah temanmu yang sejati? Hanya Tuhanlah teman sejatimu di dunia ini. Mungkin ada juga sifat mementingkan diri dalam pertalian duniawi yang erat seperti ayah, ibu, istri, suami, anak laki-laki, dan sebagainya. Hanya Tuhanlah yang mengasihi engkau tanpa sifat mementingkan diri atau kepentingan pribadi sedikit pun. Tuhan tidak mengharapkan apa-apa darimu. Beliau hanya memberi dan tidak mengambil apa pun darimu. Agar dapat mencapai (kesadaran) Tuhan, engkau harus meningkatkan sifat-sifat yang baik, kebiasaan baik, dan sikap serta tingkah laku yang baik.

Di manakah Tuhan? Bila kau selidiki secara mendalam, engkau sendiri akan dapat memahami kebenaran ini secara jelas. Jika ada orang yang menanyakan alamat temanmu, engkau memberitahukan nomor rumahnya dan nama jalannya, atau engkau berkata

bahwa ia tinggal di hotel tertentu. Akan tetapi, siapa yang sebenarnya tinggal di rumah atau hotel itu? Hanya badannya. Apakah ia hanya badan? Tidak, tidak, Lalu, ia tinggal di mana? Ia tinggal di dalam hati. Kasih adalah nama lain untuk hati. Karena itu, setiap orang hanya hidup di dalam kasih dan menempuh hidupnya dengan kekuatan kasih. Ia melakukan segala tugasnya sehari-hari dengan kekuatan (kasih) ini. Sejak bangun pada pagi hari hingga tidur pada malam hari, ia harus menyucikan waktunya dengan kasih.

Apakah tempat tinggal manusia yang sebenarnya? Tempat tinggalnya yang sebenarnya adalah kasih. Bila manusia menyadari alamatnya yang sejati, ia dapat membina hidupnya secara ideal dengan meningkatkan sifat-sifat yang baik dan sikap serta tingkah laku yang baik. Ia dapat menguatkan karakternya dengan perkataan yang baik, pikiran yang baik, dan sikap serta tingkah laku yang baik.

### **Bagaimana Das Ganu Datang dan Tinggal di Shirdi**

Ketika (Shirdi) Baba tinggal di Shirdi, ada seorang bakta bernama Das Ganu yang bekerja sebagai polisi. Di Shirdi Baba biasa merayakan Sri Rāma Navami dan *Urus*<sup>2)</sup> bersama-sama. Meskipun demikian, ada sejumlah pemeluk Hindu dan Muslim yang masih membedakan.

Dalam salah satu perayaan semacam itu, Das Ganu datang ke Shirdi. Suatu hari (Shirdi) Baba berkata kepada Das Ganu, "Das Ganu! Engkau penyanyi yang baik. Karena itu, nyanyikan sebuah lagu." Das Ganu melantunkan sebuah

lagu dengan suaranya yang merdu. Baba merasa senang dan berkata, "Das Ganu! Mengapa engkau tidak datang dan tinggal di Shirdi?" Das Ganu berjanji, "Tentu saja saya akan datang dan tinggal di sini selama-lamanya." Ketika akan kembali ke tempat tugasnya, Das Ganu menyampaikan hormat kepada Baba dan berkata, "Baba! Sudah tiga tahun ini saya berusaha mendapatkan kenaikan pangkat, dan ini membuat saya cemas sekali. Saya tidak terlalu berminat pada uang, tetapi saya ingin mempunyai kedudukan yang terhormat dalam masyarakat." Kemudian (Shirdi) Baba berkata kepadanya, "Das Ganu! Pekerjaanmu ada di Shirdi, bukan di kepolisian atau di dunia luar. Karena itu, cepat atau lambat engkau harus datang ke Shirdi. Jangan melupakan janji yang telah kauberikan kepada-Ku."

Setelah satu atau dua tahun, Das Ganu datang ke Shirdi lagi pada perayaan Sri Rāma Navami dan Urus. Baba bertanya kepadanya, "Das Ganu! Apa engkau sudah lupa pada janji yang kauberikan kepada-Ku?" Das Ganu berkata, "Swami! Saya tidak lupa pada janji saya, tetapi saya belum mendapat kenaikan pangkat yang masih saya tunggu-tunggu. Karena itu, saya harus bekerja keras." Setelah mohon diri kepada Baba, ia pulang dan masuk kerja lagi. Ternyata ia dituduh terlibat dalam kasus pencurian uang.

Ketika Das Ganu ditanya tentang uang yang hilang, ia menjawab bahwa ia tidak tahu tentang hal itu. Kemudian pejabat kepolisian yang menyelidiki kasus ini bertanya kepadanya, "Bagaimana Anda bisa berkata begitu bila Anda bekerja di pos polisi tempat uang yang hilang itu?" Das Ganu tidak

dapat memberi penjelasan apa pun bahwa ia tidak terlibat dalam pencurian itu. Kasus keterlibatan Das Ganu dalam pencurian ini diusut dengan saksama. Kemudian Das Ganu sadar, "Karena aku tidak menepati janji yang kuberikan kepada Baba, aku jadi dituduh macam-macam." Karena itu, ia meletakkan jabatan lalu datang ke Shirdi.

Tuhan melindungi manusia dengan segala cara, tetapi manusia sendiri yang mengundang berbagai kesulitan karena ia melupakan perintah Tuhan. Kegembiraan dan kesedihan tidak diberikan kepadamu oleh orang lain. Pikiran, sikap, dan tingkah lakumu sendiri yang bertanggung jawab atas kegembiraan dan kesedihanmu.

*Tuhan tidak berada di negeri asing.*

*Ia ada dalam dirimu.*

*Dosa tidak berada di tempat lain.*

*Dosa ada di tempat perbuatan yang salah.*

*(Puisi bahasa Telugu).*

Karena tidak mampu menyadari kebenaran ini, manusia menyalahkan orang lain untuk segala kesulitannya dan mengecam mereka. Akal budinya menyimpang karena berbagai perbuatan jahat yang dilakukannya. Akibatnya ia mengalami berbagai kesulitan, kesedihan, dan penderitaan.

### **Berusalahlah agar Tetap Awet Muda dengan Makanan yang Benar dan Kelakuan yang Baik**

Ketika Krishna pergi ke istana Kaurava dalam misi perdamaian untuk menghindarkan Perang *Mahābhārata*, Sahadeva, bungsu Pāndava, sangat mencemaskan keselamatan Beliau.

Sebelum Krishna kembali, ia tidak makan apa-apa, bahkan tidak minum air. Ketika Krishna kembali, ia sangat lega melihat Krishna selamat dan sehat. Ia memegang kedua tangan Krishna dengan penuh kasih dan berkata,

*Ketika Paduka berangkat ke Hastināpura untuk misi perdamaian, saya ingin menyatakan perasaan saya, tetapi saya tetap diam. Saya berdoa agar segalanya berakhir dengan baik bagi Paduka, seandainya pun misi perdamaian Paduka gagal. Hati saya sangat puas karena Paduka sudah kembali dengan selamat dari Hastināpura.*

*(Puisi bahasa Telugu).*

“Saya pikir, tidak amanlah mengutus kakak ipar saya ke Hastināpura. Walaupun saya tidak dapat membuka mulut untuk mengatakan tidak, sepanjang waktu saya terus berdoa agar Paduka kembali dengan selamat.”

Demikianlah jalan pemikiran dan kelakuan bakta Sang Avatar yang penuh keyakinan. Arjuna juga sama sekali tidak suka pada ide bahwa Krishna akan pergi menemui Kaurava. Ujarnya, “Oh Krishna! Apakah Kaurava yang busuk hati mau bekerja sama dengan kita? Mengapa Paduka membuang waktu dalam usaha yang sia-sia ini? Mari kita beri tahu mereka bahwa kita siap berperang. Memberikan nasihat baik kepada Kaurava yang jahat itu seperti memasukkan bunga melati ke dalam api. Apa perlunya membicarakan perdamaian, oh Gōpāla? Cukupilah semua ini. Bisakah kutub utara dan kutub selatan bertemu? Apa perlunya

membuang waktu bila peperangan tidak dapat dielakkan?”

Ketika balatentara Kaurava dan Pāndava saling berhadapan di medan pertempuran Kurukshetra, Arjuna mohon agar Krishna membawa keretanya ke tengah kedua pasukan itu. Ketika Arjuna memandang balatentara Kaurava, ia melihat para pinisepuh dan kerabat dekatnya berada dalam pasukan Kaurava. Arjuna yang pada suatu saat dengan gagah berani dan serius telah menyatakan siap berperang, kini diliputi rasa putus asa ketika melihat banyak sekali orang-orang yang dekat dan disayanginya berada dalam pasukan Kaurava. “Oh Krishna! Bagaimana saya dapat menghabisi para pinisepuh saya, guru saya, dan semua kaum kerabat saya? Kepala saya pening. Saya tidak siap bertempur,” ujarnya. Apakah sebelum datang ke medan laga ia tidak tahu bahwa ia akan bertempur dengan kaum kerabatnya sendiri? Ke mana lenyapnya semangat masa mudanya?

Biasanya kaum muda itu lekas naik darah dan terbawa emosi. Masa muda itu hanya berlangsung sebenar. Masa muda datang untuk waktu yang singkat di antara masa kanak-kanak dan masa tua, kemudian lenyap bagaikan awan yang berlalu. Mengapa engkau merasa bangga pada tahap kehidupan yang hanya berlangsung sebentar ini?

Pada waktu perang *Mahābhārata* berlangsung, Krishna berusia 76 tahun dan Arjuna 74 tahun. Pada masa itu orang yang berusia 70 tahun dianggap muda. Sekarang usia 18 atau 20 tahun yang dianggap sebagai usia muda. Pada zaman *Dvāpara* orang-orang dapat mempertahankan kekuatan masa muda

mereka bahkan setelah melewati usia 70 tahun. Apa sebabnya? Sebabnya adalah kebiasaan makan yang baik dan cara hidup yang ideal.

Berapa usia Bhīshma yang waktu itu menjabat sebagai panglima tertinggi pasukan Kaurava? Ia berumur 112 tahun. Namun, kini manusia menjadi tua sebelum waktunya karena kebiasaan makannya tidak baik dan cara hidupnya salah. Tidak hanya itu, kini kaum muda memenuhi *manas*-nya dengan berbagai pikiran yang tidak perlu dan tidak diinginkan. Mereka memasuki pintu gerbang perguruan untuk memperoleh pendidikan. Namun, mereka bukannya menjadi pencari pengetahuan (*vidyārthi*), melainkan pencari kesenangan duniawi (*vishayarthi*). Siswa harus bersikap dan bertingkah-laku sebagai siswa. Mereka tidak boleh menjadi pencari kesenangan duniawi.

### **Pendidikan Sejati Memberikan Pencerahan Spiritual**

Tujuan pendidikan tidak akan tercapai bila engkau mengejar kesenangan duniawi. Apa arti pendidikan (*vidyā*)? Kata *vidyā* terbentuk dari dua suku kata *vid* + *yā*. *Vid* berarti 'pencerahan'. Hal yang memberikan pencerahan adalah *vidyā*. Karena itu, seorang siswa harus memperoleh pendidikan yang menimbulkan pencerahan dalam dirinya. Janganlah ia mengejar apa saja yang bertentangan dengan hal itu. Akan tetapi, dewasa ini para siswa membuang-buang semua energi mereka karena terlalu banyak bicara. Akibatnya, bahkan pada usia muda 18 – 20 tahun pun mereka sudah kehilangan semua energi indra yang dianugerahkan Tuhan kepada

mereka. Para siswa harus menjaga dan memelihara kekuatan indra mereka.

Kini bahkan anak-anak kecil pun menggunakan kaca mata, dan orang-orang yang masih muda menggunakan alat bantu dengar. Apa yang menyebabkan semua ini? Apakah ini karena pengaruh Zaman Kali? Engkau tidak dapat menganggap hal ini sebagai akibat Zaman Kali. Kehilangan energi karena penyalahgunaan indralah yang merupakan pangkal penyebabnya.

Kini para siswa tidak memusatkan pikiran pada hal-hal yang perlu bagi mereka. Sebaliknya, mereka memenuhi dirinya dengan beragam pikiran yang tidak perlu dan menjadi korban berbagai kecemasan yang tiada batasnya. Segala kecemasan yang membuat mereka menderita, sama sekali tidak beralasan. Apa bentuk kecemasan? Itu hanya rasa takut yang diciptakan secara mental. Selain ini, kecemasan itu tidak ada.

Para siswa! Dengan keberanian dan keyakinan engkau harus memupuk berbagai sifat serta kelakuan yang baik dan menjadi siswa yang ideal. Engkau harus menyalurkan prinsip kasih yang ada dalam hatimu ke jalan yang suci. Itulah cara untuk mencapai Tuhan.

Pikiran-pikiran buruk yang datang ke dalam *manas*-mu itu tidak bernilai. Segala pikiran burukmu seperti: marah, dengki, dan rasa keakuan, dapat diibaratkan dengan arang. Sedangkan kesabaran, kedamaian, dan akal budi yang baik, dapat diibaratkan dengan berlian berharga. Bukankah orang yang menukarkan berlian berharga dengan arang itu orang yang bodoh?

Sebelum ini sudah sering Aku memberi tahu kalian tentang pentingnya

tiga K : kemurnian, kesabaran, dan ketekunan. Di mana ada kemurnian, di situ ada kedamaian. Di mana ada kemurnian dan kedamaian, di situ akan ada ketekunan.

Engkau harus menggunakan kekuatan tekadmu untuk berbuat baik kepada orang atau makhluk lain dan tidak merugikan, membahayakan, atau menyebabkan penderitaan kepada siapa pun. Bulatkan tekadmu untuk melakukan hanya pekerjaan-pekerjaan yang bermanfaat dan memberikan kegembiraan kepada orang atau makhluk lain. Pupuk tekad yang kuat untuk mencapai (kesadaran) Tuhan.

Perlulah engkau menyelidiki, di mana dan bagaimana engkau harus menerapkan tekadmu. Bila engkau menyelidikinya seperti ini, engkau akan dapat menggunakan kekuatan tekadmu dengan baik. Namun, kini kaum muda mudah terbawa emosi dan cepat mengambil tindakan tanpa dipikirkan lebih dahulu. Entah seseorang masih muda atau lanjut usia, jangan pernah melakukan tindakan secara gegabah.

Lakukan segala tugasmu dengan pikiran dan perasaan yang tenang. Sebelum melakukan pekerjaan apa saja, engkau harus menyelidiki, "Apakah pekerjaan ini baik atau buruk? Benar atau salah?" Lakukan hanya pekerjaan-pekerjaan yang dibenarkan oleh suara hatimu. Suara hatimu adalah saksimu. Engkau tidak memerlukan saksi lain.

Mungkin suara hati ini disebut dengan berbagai nama seperti *cit* 'kesadaran', dan pengertian. Nama-nama mungkin berbeda, tetapi prinsipnya satu dan sama. Prinsip itu mengambil berbagai nama tergantung pada tugas yang

dilakukannya. Bila seorang brahmana bekerja menyiapkan makanan, ia disebut brahmana *vanta*. Bila ia melakukan pemujaan, ia disebut brahmana *pujari*, dan bila ia membaca almanak, ia disebut brahmana *panchangga*. Brahmana itu satu, tetapi ia disebut dengan nama yang berlainan sesuai dengan pekerjaan yang dilakukannya.

Demikian pula *cit*, 'kesadaran', dan suara hati, adalah nama-nama berbeda yang digunakan untuk menyebut prinsip yang sama. *Cit* 'kesadaran' itu sangat penting. Ia dekat dengan *sat* 'eksistensi'. Sesungguhnya *cit* lah yang membuktikan adanya *sat*. Tanpa *cit* 'kesadaran', engkau tidak bisa mengetahui adanya *sat* 'eksistensi'.

Ini sebuah gelas. Bagaimana engkau dapat mengatakan bahwa benda ini sebuah gelas? Sinar mataharilah yang membuat engkau dapat melihatnya. Gelas itu hanya dapat dilihat bila ada sinar matahari. Sinar matahari membuktikan bahwa gelas itu ada. Namun, gelas itu tidak membuat matahari bersinar. Demikian pula *cit* 'kesadaran' menerangi *sat*. *Sat* berarti 'eksistensi'. *Sat* itu abadi dan tidak berubah. Namun, *cit* 'kesadaran'-lah yang membuktikan bahwa *sat* 'eksistensi' itu abadi dan tidak berubah. Karena itu, engkau harus mengikuti suara hatimu.

### **Pupuk Tekad yang Bulat**

Selama ini sudah berkali-kali Kuberitahu kalian tentang pentingnya empat hal.

- (1) Ikuti pemimpin.
- (2) Hadapi iblis.
- (3) Berjuanglah sampai saat terakhir, dan

(4) Selesaikan permainan.

Siapakah pemimpinmu? Suara hatimu adalah pemimpinmu. Karena itu, engkau harus mengikuti suara hatimu. Sesungguhnya suara hati adalah guru dan Tuhanmu. Hadapi iblis dengan suara hati sebagai pemimpinmu. Pikiran-pikiran jahat adalah iblis dalam dirimu. Engkau harus menghadapi dan mengusir mereka dengan berani.

Kedua kalimat berikutnya yaitu, “berjuanglah sampai saat terakhir”, dan “selesaikan permainan”. Tugas apa pun yang telah kaulakukan, selesaikan dengan berani dan tekad yang bulat. Apa pun yang terjadi, jangan hentikan usahamu hingga engkau menyelesaikan pekerjaan yang kaulakukan.

*Setelah memutuskan apa yang harus diputuskan,*

*Berpegang-teguhlah pada hal itu sampai engkau berhasil.*

*Setelah menginginkan apa yang harus diinginkan,*

*Berpegang-teguhlah pada hal itu sampai keinginanmu terpenuhi.*

*Setelah memohon apa yang harus dimohon,*

*Berpegang teguhlah pada hal itu sampai engkau memperolehnya.*

*Setelah memikirkan apa yang harus dipikirkan,*

*Berpegang teguhlah pada hal itu sampai engkau berhasil.*

*Dengan hati melunak, Tuhan harus mengabulkan keinginanmu,*

*Atau dengan melupakan diri sendiri, engkau harus memohon kepada-Nya dengan sepenuh hati.*

*Engkau harus tekun, gigih, dan jangan pernah menyerah,*

*Karena sifat bakta itu pantang mundur,  
Tidak pernah menghentikan niatnya.  
(Puisi bahasa Telugu).*

Ini harus menjadi nazar seorang bakta. Inilah tekad yang benar. Engkau harus menggunakan kekuatan tekadmu untuk tugas apa? Engkau harus menggunakan tekadmu untuk melakukan pekerjaan-pekerjaan yang baik dan suci bagi kesejahteraan orang atau makhluk lain. Jangan pernah menggunakan kekuatan tekadmu untuk pekerjaan yang tidak berguna bagimu dan juga tidak bermanfaat bagi makhluk lain.

Selalulah menolong, jangan pernah menyakiti atau merugikan. Para siswa harus mempunyai tekad yang teguh untuk menjunjung prinsip ini. Mereka harus menganggap Tuhan sebagai satu-satunya sahabat sejati. *Bhagavad Gītā* menggunakan kata *suhrut* untuk menyebut ‘teman’. Apa arti yang sebenarnya? Hanya Tuhanlah yang menolongmu dalam segala situasi tanpa mengharapkan apa pun darimu. Di mana pun engkau berada, Tuhan mengulurkan tangan untuk membantumu sepanjang waktu dan dalam segala keadaan. Karena itu, engkau harus selalu mencari bantuan Tuhan. Berapa pun banyaknya jumlah anjing, dapatkah mereka menyamai singa? Tidak, tidak. Para siswa dewasa ini menggunakan kekuatan tekad mereka untuk mengejar hal-hal yang tolol. Ini pengaruh buruk Zaman Kali.

Suatu kali semua rusa di hutan menyelenggarakan konperensi. Pemimpin konperensi berbicara kepada kumpulan rusa, “Teman-temanku para kijang yang terkasih! Dalam hal apa kita

lebih rendah daripada anjing? Mereka tidak bisa berlari secepat kita. Dalam hal kekuatan dan kemampuan, kita sama sekali tidak lebih rendah daripada anjing. Mereka juga tidak dapat menandingi kita dalam hal melompat. Kita makan makanan yang *sattvik*, sedangkan mereka makan makanan *tamasik*. Dalam hal makanan dan kebiasaan, mereka lebih rendah daripada kita. Kita menerima kasih Tuhan karena hati kita lembut dan suci. Secara fisik kita juga sangat kuat. Walaupun kaki kita kecil, bila kita tendang seekor anjing di perutnya, semua isi perutnya akan keluar menumpuk. Bila kita mempunyai kekuatan dan kemampuan seperti itu, mengapa kita harus takut kepada anjing?" Dengan suara bulat semua menerima resolusi bahwa mulai hari itu mereka tidak akan takut lagi kepada anjing. Semua rusa yang hadir dalam konperensi mendukung resolusi itu dengan berkata, "Tentu saja. Itu sudah pasti."

Sementara itu, seekor anjing di suatu bagian hutan mulai menyalak keras karena mendengar suara demikian banyak rusa. Begitu mendengar gonggongan anjing itu, tidak ada seekor kijang pun yang tetap tinggal di tempat konperensi. Semua lari tunggang langgang. Keputusan macam apakah itu bila sama sekali tidak dilaksanakan?

Orang-orang berbicara yang muluk-muluk tanpa mempraktekkan apa pun. Karena itu, jangan terlalu banyak bicara. Bila untuk makan, orang-orang selalu siap, tetapi untuk bekerja, mereka enggan. Ini tidak pantas. Lebih baik sebaliknya. Mereka harus lebih siap untuk bekerja daripada untuk makan.

## **Dapatkan Peringkat yang Tinggi dan Pupuk Watak yang Baik**

Masa muda adalah tahap kehidupan yang amat suci dan hebat. Ini ibarat buah yang mengandung sari manis. Jangan kausia-siakan masa muda yang berharga ini dalam pergaulan dengan orang-orang yang tidak baik dan berbuat jahat. Dapatkan karunia Tuhan dengan bergaul dengan orang-orang yang baik, meningkatkan berbagai pikiran yang baik, perasaan yang suci, dan tingkah laku yang mulia. Bila sikap dan tingkah lakumu ideal, orang tuamu juga akan senang. Semua orang tua ingin agar anak-anak mereka mendapat nama yang baik, lulus ujian dengan nilai-nilai yang baik dan peringkat tinggi.

Ada sejumlah siswa yang memperoleh peringkat tinggi, tetapi dalam hal kelakuan, nilainya nol. Di satu pihak mereka mempunyai peringkat tinggi, di lain pihak mereka sama sekali nol. Peringkat dan tingkah laku mereka bertentangan sepenuhnya. Mereka harus menghindari kontradiksi semacam itu. Mereka harus mempunyai peringkat tinggi tidak hanya dalam ujian, tetapi juga dalam tingkah laku mereka. Mereka harus menghindari tingkah laku yang tidak baik dan mencegah agar sifat-sifat buruk tidak memasuki hati mereka.

Dari mana datangnya sifat-sifat buruk itu? Bicara terlalu banyak adalah salah satu sebab utama sifat buruk. Bila engkau berjumpa dengan seorang teman, katakan saja, "Halo, halo, apa kabar?", lalu ucapkan selamat jalan. Cukuplah itu. Tidak perlu berbicara terlalu banyak. Bila engkau terlalu banyak bicara, engkau cenderung mengatakan

hal-hal yang tidak perlu. Engkau juga akan kehilangan energi. Akibatnya, engkau tidak akan mempunyai cukup tenaga untuk melakukan tugas apa saja dengan baik. Karena itu, bicaralah seperlunya saja, belajarlah dengan baik, dan dapatkan nilai-nilai yang baik.

Sikap ugahari dalam bicara membantu meningkatkan berbagai perasaan yang suci. Sebagai hasilnya, engkau akan dapat melakukan berbagai kegiatan yang baik dan suci. Bicara terlalu banyak menimbulkan percakapan yang tidak perlu. Bila engkau mendengarkan pembicaraan yang tidak perlu, engkau akan memupuk kecenderungan untuk memperaktekannya juga. Jangan bicara yang tidak baik tentang orang lain.

*Advēṣhṭā sarva-bhūtānām ....*

'la yang tidak membenci makhluk apa saja ....'

*(Bhagavad Gītā XII : 13).*

Jangan membenci siapa pun.

Siapakah yang disebut siswa (*vidyārthi*)? Orang yang mencari *vidyā* 'pengetahuan' adalah *vidyārthi*. Para siswa harus mendapatkan nama yang baik. Mereka harus menghormati para guru dan sesepuh mereka. Mereka harus menyayangi orang tua mereka. Inilah yang kini harus dipelajari oleh para siswa.

*Matru Dēvō bhava,  
Pitru Dēvō bhava,  
Āchārya Dēvō bhava,*

Artinya,

'Hormati ibu, ayah, dan gurumu sebagai (perwujudan) Tuhan.'

Engkau harus mempunyai perasaan suci seperti itu dalam hatimu. Hanya dengan demikianlah engkau dapat memahami serta meresapkan intisari pendidikan, dan menyadari kesucian perguruan ini.

Siswa harus bertingkah-laku sebagai siswa. Hidup ini dapat diibaratkan dengan rumah gadang bertingkat empat. Keempat tingkat itu adalah: *brahmacarya* 'tahap kehidupan sebagai siswa yang selibat', *grihastha* 'tahap hidup berumah tangga', *vānaprastha* 'tahap hidup menyepi sambil mempelajari kitab-kitab suci', dan *sannyāsa* 'tahap hidup yang dilewatkan dalam tirakat dan matiraga secara total sambil merenungkan Tuhan dengan tiada putusnya'.

*Brahmacarya* merupakan fondasi rumah gadang ini. Bila fondasinya kuat, ketiga tingkat lainnya juga akan aman dan kokoh. Bila fondasinya goyah, seluruh bangunan akan runtuh. Bila engkau ingin mempunyai kehidupan rumah tangga yang ideal, engkau harus menguatkan fondasi tahap kehidupan sebagai siswa.

Para siswa harus mendapatkan nama baik di rumah dan juga di dunia luar.

Sekadar kelahiran seorang putra bukanlah alasan untuk menyelenggarakan perayaan dan membagi-bagikan kue manis.

*Seorang ayah tidak merasakan  
senangnya mempunyai putra  
hanya karena lahirnya si anak.  
Hanya bila orang-orang memuji  
putranya karena berbagai  
perbuatan dan prestasinya yang*

*baik, maka sang ayah merasa gembira.*

*(Puisi bahasa Telugu).*

Saat yang benar untuk menyelenggarakan perayaan yaitu bila putramu mendapat nama yang baik dalam masyarakat serta dunia, dan semua orang berkata, "Putra Anda adalah anak laki-laki yang baik." Anak-anak harus mendatangkan kebahagiaan semacam itu kepada orang tuanya. Orang tua tidak ingin mempunyai anak-anak sekadar untuk merasa puas karena mempunyai anak. Mereka ingin mempunyai anak-anak agar kelak anak-anak itu mendapat nama yang harum (karena jasa serta perbuatan baik mereka), dan membuat orang tua bahagia dalam senja kehidupan mereka.

Orang tua selalu mencintai anak-anak mereka, tidak menjadi masalah bagaimanapun keadaan mereka. Mungkin ada anak-anak yang jahat, tetapi tidak ada orang tua yang jahat. Karena itu, anak-anak harus membantu serta mengasahi orang tua mereka, dan menjadi putra atau putri yang berguna.

### **Kedamaian Hati adalah Sumber Energi yang Sangat Besar**

Sikap ughari dalam bicara itu merupakan sumber kegembiraan yang sangat besar. Dengan cara itulah kaum bijak kita zaman dahulu meningkatkan energi spiritual mereka yaitu dengan mengendalikan indra dan melakukan tirakat diam. Ada dikatakan bahwa suara keheningan adalah Tuhan.

Orang-orang memejamkan mata dan duduk bermeditasi. Bagaimana engkau harus bermeditasi? Engkau harus

sama sekali diam. Engkau hanya dapat mendengar suara langkah-langkah kaki Tuhan dalam keheningan yang mendalam. Bila engkau sendiri berisik, bagaimana engkau dapat mendengar langkah-langkah kaki Tuhan? Semakin mendalam keheninganmu, semakin keras suara langkah kaki Tuhan yang kaudengar. Itulah sebabnya dikatakan, "Keheningan adalah Tuhan." Engkau hanya dapat mendengar sabda Tuhan dalam keheningan.

Engkau dapat mencoba sendiri. Tutup kedua telingamu dan diamlah dalam keheningan total, kemudian engkau akan dapat mendengar suara "Ōm" timbul dari dalam dirimu. Itulah suara keheningan. Suara ini adalah Brahman.

*Shabda Bramamaya, carācaramaya,  
jyotirmaya, vāngmaya,  
nityānandamaya, parātparamaya,  
māyāmaya, dan shrīmaya.*

Artinya,

'Tuhan adalah perwujudan sabda pramula (Ōm), Beliau adalah segala yang bergerak dan tidak bergerak, kecemerlangan, hakikat segala kemampuan bicara, kebahagiaan kekal, Yang Mahakuasa, Mutlak, dan Abadi, kemampuan maya, keselamatan, keindahan, dan kemakmuran.'

Sabda adalah Tuhan. Apakah sabda? Itu adalah suara keheningan. Bila suara keheningan tidak ada, suaramu sendiri menjadi lebih keras. Karena itu, engkau harus diam sekurang-kurangnya sejam dalam sehari. Dengan diam, tidak berbicara, engkau dapat memulihkan tenagamu yang hilang. Misalnya saja,

engkau bekerja keras sepanjang hari. Bila engkau tidur pada malam hari, semua indramu diistirahatkan. Karena indramu diistirahatkan, keesokan harinya engkau dapat melakukan semua tugasmu dengan giat dan penuh tenaga. Ini berarti istirahat bagi indra itu perlu sekali. Bila indra kauistirahatkan, pikiran juga diistirahatkan. Kedamaian hati merupakan sumber tenaga yang sangat besar.

Dalam istilah *Vēdānta* ini disebut keadaan *amanaska*, artinya 'keadaan yang melampaui *manas*'. Bilakah *manas* lenyap? *Manas* lenyap dalam keadaan tidur lelap. Namun, *manas* ada dalam keadaan mimpi. Dalam keadaan mimpi, *manas* menciptakan segala sesuatu, termasuk dirinya sendiri. *Sushupti* atau keadaan tidur lelap adalah keadaan tanpa *manas*. Itulah sebabnya mengapa disebut *su-shupti*, artinya 'tidur yang dalam dan baik'. Selain keadaan jaga, mimpi, dan tidur lelap, ada tingkah kesadaran keempat yang disebut *turiya* 'kesadaran super'. Inilah tingkat kesadaran yang tertinggi. Tingkat kesadaran *turiya* ini memberimu kedamaian abadi. Namun, banyak siswa bahkan tidak bisa tidur dengan baik karena sepanjang waktu terus memikirkan satu atau lain hal.

Dalam masa ujian, beberapa siswa bahkan sama sekali tidak tidur. Mereka terus bergadang sepanjang malam dan membaca, katakan dua puluh halaman. Namun, apa gunanya membaca dua puluh halaman pada malam hari bila mereka tidak dapat mengingat satu halaman pun ketika bangun pada pagi hari? Tidur yang baik secara wajar itu sangat diperlukan dan penting bagi para siswa. Sesungguhnya engkau tidak bisa

maju dalam studimu bila engkau tidak tidur.

Tidurlah dengan baik pada malam hari dan bangun pada pukul tiga pagi, lalu belajar dengan pikiran yang segar. Tidak perlu engkau sampai tidak tidur. Manusia bisa hidup tanpa makan selama beberapa waktu, tetapi tidak bisa tanpa tidur. Jadi, tidur itu sangat penting. *Nidra sāmādhi sthitih*. Artinya, 'tidur itu seperti *sāmādhi*, keadaan kesadaran super'.

Tidur akan terganggu oleh kecemasan dan kekhawatiran. Mengapa? Engkau terus berbicara sepanjang hari dan hal yang sama datang kepadamu pada malam hari sebagai gema. Segala sesuatu kembali kepadamu sebagai reaksi, pantulan, dan gema.

Para siswa!

Ambillah sikap sedang atau tidak berlebihan dalam bicara. Bicaralah sebanyak yang diperlukan saja. Bila berjumpa dengan seorang teman, engkau dapat membicarakan tentang hal yang kau pelajari. Jangan mempercakapkan hal yang tidak perlu.

Bila engkau bergaul dengan teman-teman yang tidak baik, mungkin pada mulanya engkau tidak merasakan dampak buruknya. Akan tetapi, kemudian engkau tidak akan dapat melepaskannya. Masuk dalam pergaulan yang tidak baik itu mudah, tetapi akan sulit sekali meninggalkannya. Karena itu, jangan bergaul dengan teman-teman yang tidak baik. Bersamaan dengan itu, jangan memupuk permusuhan dengan siapa pun. Berapa lama engkau menempuh studi di perguruan tinggi? Paling-paling tiga atau empat tahun. Mengapa engkau memupuk pertalian dalam masa yang tidak lama itu?



**(Pertanyaan 158):** *Swami! Apakah latihan rohani (sādhana) itu suatu keharusan dalam kehidupan sehari-hari? Apakah hal ini wajib?*

**Bhagawan:** Ya, perlu sekali engkau melakukannya setiap hari. Bukankah engkau mencuci dan menggosok peralatan dapur setiap hari agar tetap bersih? Sampai engkau menjadi mantap, tingkatkan kepercayaan yang teguh dan pasrah diri sepenuhnya kepada Tuhan. Melakukan *sādhana* setiap hari itu sangat perlu.

Kaulihat sawah diairi setiap hari. Jika tidak, tanaman yang diusahakan akan kering dan mati. Tetapi, pepohonan yang tinggi seperti ekaliptus, banyan, imbau, dan sebagainya tidak perlu diairi setiap hari. Mengapa? Sebabnya sederhana. Akar pepohonan itu tumbuh sangat dalam sampai ke permukaan air di dalam tanah, dan mengisap zat makanan untuk seluruh pohon. Tampaknya mengherankan karena tanaman yang kecil-kecil perlu diairi setiap hari sedang pepohonan yang sangat besar, tidak. Akar tanaman yang kecil hanya tumbuh beberapa inci ke dalam dan tidak dapat mengisap air dari dalam tanah. Akan tetapi, akar pepohonan yang besar menyebar dan tumbuh masuk jauh ke dalam sehingga dapat mengisap air dari dalam tanah.

Demikian pula, sebelum akar imanmu tumbuh dalam memasuki tanah hatimu, engkau harus melakukan

latihan rohani (*sādhana*) setiap hari. Kini imanmu ibarat akar tanaman kecil yang belum tumbuh dalam memasuki hatimu. Karena itu, engkau harus melakukan *sādhana* setiap hari.

**(Pertanyaan 159 A):** *Swami! Latihan spiritual (sādhana) sangat ditekankan, tetapi kami dapati melakukan sādhana apa saja ternyata sulit dan berat. Apa jalan keluarnya?*

**Bhagawan:** Untuk mencapai apa saja dalam hidup, manusia perlu melakukan praktek atau latihan (*sādhana*). Berjalan, berbicara, membaca, makan, menulis, segala sesuatu dalam hidup ini kaupelajari dengan latihan. Bagaimana seorang anak kecil bisa berjalan? Jelas hanya dengan mempraktekannya. Penyanyi harus banyak berlatih. Mengendarai mobil juga harus dilatih dan dipraktekan. Roda kemudi terletak di satu tempat, remnya di tempat lain, koplingnya di tempat lain lagi, dan seterusnya. Meskipun demikian, engkau hanya bisa mengendarai mobil bila engkau berlatih. Demikian pula dengan *sādhana* dalam bidang spiritual.

**(Pertanyaan 159 B):** *Swami! Apa peran guru di jalan spiritual?*

**Bhagawan:** Engkau harus percaya sepenuhnya kepada guru. Misalkan engkau ingin pergi ke suatu kota untuk piknik. Engkau tidak tahu apa-apa tentang kota itu karena belum pernah pergi ke situ. Engkau lalu

memakai bantuan seorang pemandu untuk pergi berkeliling kota. Engkau tidak mempertanyakan penjelasan pemandu di tempat mana pun karena engkau benar-benar orang yang baru di kota itu. Demikian pula, seorang guru (spiritual) yang mempunyai sangat banyak pengetahuan dan pengalaman harus diikuti secara cermat. Janganlah ia dipertanyakan, diragukan, atau tidak dipatuhi dengan alasan apa pun.

Engkau juga mendapati papan penunjuk jalan di persimpangan yang menunjukkan arah ke berbagai tempat yang berbeda. Ini pengalaman biasa bagimu. Agar tiba di tempat yang kautuju, engkau harus mengikuti arah yang ditunjukkan oleh papan penunjuk jalan itu. Engkau tidak mengharapkan papan penunjuk jalan itu membawa atau mengangkatmu ke tempat itu. Engkau harus pergi menempuh perjalanan sesuai dengan petunjuk papan penunjuk itu. Demikian pula seorang guru spiritual menunjukkan jalan spiritual, mengajarmu teknik-teknik yang harus kauikuti, dan menjelaskan secara rinci segala yang kauperluan di jalan spiritual. Engkau harus berusaha dan mencapainya sendiri. Tidak ada seorang pun yang dapat melakukannya atas namamu.

Dalam bahasa Telugu, kata "guru" terbentuk dari dua aksara "gu" dan "ru". Kata ini mempunyai dua arti. "Gu" adalah kegelapan (ketidaktahuan), "ru" adalah terang (kebijaksanaan) yang melenyapkan kegelapan ini. Arti kedua: "gu" berarti 'yang tidak bersifat' (*gunātita*) dan "ru" berarti 'yang tidak

berwujud' (*rūpavarjita*). Jadi, guru adalah ia yang mengajar engkau tentang Tuhan yang tidak bersifat dan tidak berwujud.

Guru sejati selalu mengharapkan yang terbaik untuk murid-muridnya. Ia memberi tahu murid-muridnya tentang apa yang baik (*hita*) dan bukan apa yang disukai (*ishta*). Murid sejati mengikuti petunjuk gurunya secara mutlak.

**(Pertanyaan 160):** *Swami! Kami merasa bahwa hasil sādhana itu lambat. Kami tidak memperoleh hasil yang cepat, sedikit-tidaknya sesuai dengan harapan kami. Bagaimana pendapat Swami?*

**Bhagawan:** Engkau tidak memahami *sādhana* dengan baik. Lihatlah, di dunia ini engkau mulai belajarsejak masak-anakanak. Setelah sekolah dasar, engkau melanjutkan ke sekolah menengah, akademi, kemudian universitas. Setelah belajar dengan sungguh-sungguh dan bekerja keras selama lima belas tahun, engkau memperoleh gelar S1. Ini pengalamanmu. Berapa banyak engkau bekerja untuk memperoleh gelar S1? Bukankah engkau memerlukan waktu yang lama untuk mendapat gelar S1? Untuk pendidikan serta gelar, dan untuk mencari nafkah, engkau bekerja demikian keras. Jadi, berapa lama waktu yang kauperluan, berapa besar usaha yang harus kaulakukan untuk memperoleh karunia Tuhan yang merupakan kebenaran spiritual abadi? Pikirkan hal ini. Salah besar bila engkau mengharapkan hasil yang cepat dalam *sādhana*.

**(Pertanyaan 161):** *Swami! Apakah Swami senang dengan meditasi kami?*

**Bhagawan:** Apa hal yang kaulakukan setiap hari kausebut meditasi? Tidak, engkau tidak melakukannya dengan baik. Mungkin itu entah apa, tetapi yang jelas bukan meditasi. Engkau duduk bermeditasi, itu baik, tetapi pikiranmu berada di pasar, engkau memikirkan apa yang akan kaumakan pada siang hari, atau engkau memikirkan tukang cuci, kapan ia akan membawa pakaianmu yang sudah disetrika. Apakah itu meditasi? Jelas bukan.

Sebuah contoh sederhana. Engkau duduk di sini menunggu-nunggu kedatangan Swami dengan penuh hasrat dan tidak sabar. Suara pintu atau mobil akan menarik perhatianmu karena Swami mungkin datang kapan saja. Pikiranmu fokus sepenuhnya kepada Swami dan engkau mulai melihat segala sesutu dalam kaitannya dengan kedatangan Swami, bukan? Sebaliknya, bila engkau asyik memikirkan sesuatu dan tidak waspada, sekalipun Swami datang dan berdiri di depanmu, engkau tidak akan melihat Beliau.

Karena itu, dalam meditasi, yang paling penting yaitu engkau memusatkan perhatian sepenuhnya kepada Tuhan. Engkau harus waspada sepenuhnya, perhatianmu tidak boleh teralih atau menyimpang. Jadi, untuk meditasi Kutekankan pikiran yang teguh dan mantap.

**(Pertanyaan 162):** *Swami! Berapa banyak hal yang harus kami pelajari dan ketahui agar dapat melakukan*

*sādhana, menempuh jalan spiritual? Berapa banyak detail yang harus kami ketahui dari kitab-kitab suci agar dapat memulai sādhana kami?*

**Bhagawan:** Banyak hal atau detail itu tidak perlu. Kita lihat sebagian besar orang membaca berbagai buku. Mereka mendengarkan darmawacana selama bertahun-tahun. Tetapi, apa gunanya? Mereka tetap berada di tempat yang sama di jalan spiritual. Apa sebabnya? Kurangnya latihanlah yang menghambat mereka, memperlambat kemajuan mereka.

Sesungguhnya engkau tidak harus membaca demikian banyak buku. Engkau tidak perlu mempelajari banyak hal. Jika engkau memahami satu hal sepenuhnya secara jelas, cukuplah itu. Bila engkau mempraktekkan satu hal, itu cukup. Mengapa mempelajari banyak hal dan tidak menerapkan satu pun? Untuk bunuh diri, sepucuk peniti atau jarum sudah cukup. Tetapi, untuk membunuh orang lain engkau memerlukan pistol, revolver, atau pisau. Demikian pula, untuk mengajar orang lain engkau perlu mempelajari dan mengetahui banyak hal, dan untuk itu engkau harus banyak membaca. Tetapi, untuk mengusahakan kebebasanmu sendiri (dari lingkaran kelahiran dan kematian) dan mencapai kesadaran diri sejati, cukuplah bila engkau mempraktekkan satu hal dengan sungguh-sungguh. Jadi, melaksanakan itu lebih penting daripada mengetahui dan mempelajari (banyak hal) dalam hidupmu.

*Alih bahasa : Dra. Retno S. Buntoro*

# NILAI PERSAHABATAN - 3

KETIKA BURUNG RAJAWALI BERCEKITA ...

APAKAH MEREKA SUDAH MEMANJAT POHONNYA?

BELUM, MEREKA SIBUK MEMBUAT API UNGGUN



PULANGLAH KE RUMAHMU DAN TENANGKANLAH ISTRIMU, AKU AKAN MENGURUS PARA PEMBURU ITU



DALAM KEGLAPAN MALAM, BURUNG ELANG ITU TERBANG DAN HINGGAP DI POHON KADAMBA, MENUNGGU DAN MEMPERHATIKAN

API UNGGUN KITA SUDAH MENYALA, AYO KITA AMBIL ANAK-ANAK BURUNG ITU



SEKARANG SAATNYA AKU MENJALANKAN RENCANA SECEPAT KILAT



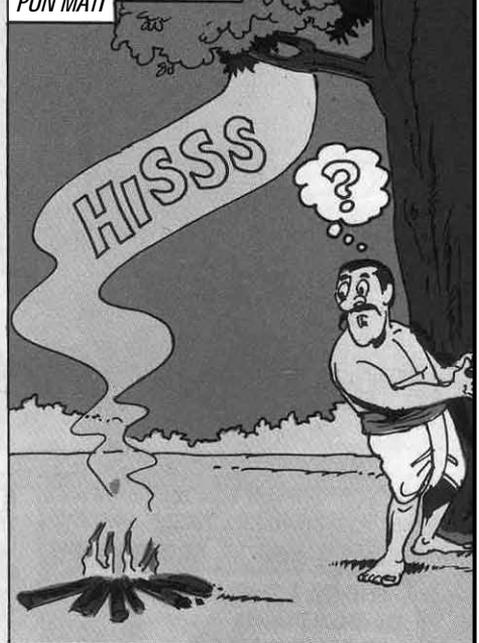
BURUNG ELANG ITU MENCEBURKAN DIRI KE DANAU



... LALU KELUAR DAN MENGEPAKKAN DIRI DI ATAS API UNGGUN ITU



...DAN API UNGGUN ITU PUN MATI



APA YANG TERJADI DENGAN API ITU? MUNGKIN KAYUNYA BASAH.

AYO TURUN, TIDAK ADA GUNANYA MENGAMBIL ANAK BURUNG ITU SAMPAI KITA PUNYA API UNGGUN

SUMBER : AMAR CITRAKATHA  
ALIH BAHASA : PUTU GEDE PURWANTA

PEMBURU ITU SEGERA MEMBUAT API UNGGUN YANG LAIN.

SEKARANG AYO KITA AMBIL ANAK-ANAK BURUNG ITU!



TAPI SEGERA SAJA ELANG ITU MEMADAMKAN API UNGGUN ITU.



## MEMBERI KARUNIA BERUPA PENGETAHUAN, KEKAYAAN DAN PEKERJAAN

Shevde seorang bakta Baba. Ia suatu hari pergi kepada Baba ketika masih belajar di bidang hukum. Baba berkata, "Jangan khawatir tentang apapun juga. Kembangkanlah keyakinanmu. Engkau pasti akan lulus ujian. Yakinlah dengan kata-kata-Ku." Baba memberkatinya seraya berkata seperti itu. Sapathnekar adalah teman kuliahnya, ia memiliki perasaan yang berbeda terhadap orang-orang suci dan *leela* mereka. Ia tidak pernah percaya akan kekuatan maupun kata-kata mereka. Ia selalu mengejek Shevde mengenai hal ini

Meskipun semua teman-temannya belajar dengan tekun, Shevde tidak bisa belajar dengan baik karena suatu masalah. Melihat keadaannya, teman-temannya mengejeknya "kamu tidak akan lulus ujian". Shevde yang yakin kepada Baba berkata, "Baba telah memberkatikku, berkat Beliau sangatlah manjur, apa yang Beliau katakan pasti akan menjadi kenyataan, aku pasti akan lulus." Mendengar ia berkata begitu, teman-temannya tertawa mengejeknya. Ia tidak dapat mengerjakan dengan baik soal-soal ujiannya. Semua orang yakin bahwa ia pasti akan gagal. Tetapi berkat Baba membuat segala hal yang tidak mungkin menjadi mungkin. Shevde lulus ujian itu. Apa yang mustahil jika ada berkat Baba?

Cholkar seorang juru tulis di

pengadilan negeri di Thane. Ia mendengar banyak hal tentang Baba, rasa bakti tumbuh dalam dirinya dan ia lalu berdoa, "Baba, aku orang yang sangat miskin. Dengan penghasilan yang sekedarnya, aku tidak dapat memenuhi kebutuhan keluargaku. Kalau aku ingin dipromosikan, aku harus lulus dari ujian yang dilaksanakan oleh pemerintah. Setelah itu aku akan mendapat lebih banyak penghasilan dan masalah keluargaku akan selesai. Oleh karena itu Lord Sai, mohon bermurah hati memberkatiku untuk lulus ujian itu." Ia kemudian membuat janji, "Kalau aku bisa diangkat, aku akan datang ke Shirdi dan membagikan gula-gula atas nama-Mu." Atas curahan cinta kasih Baba, ia lulus ujian itu dengan baik.

Karena teramat miskin, ia tidak punya cukup uang untuk pergi ke Shirdi dan memenuhi janjinya, lalu ia memutuskan untuk menyisihkan uang dengan cara tidak menggunakan gula kalau minum teh. Menyisihkan uang dengan cara seperti itu, ia akhirnya bisa berangkat ke Shirdi dan membagikan gula-gula atas nama Baba. Menyadari bahwa semua itu bisa terjadi hanya atas karunia Baba, ia menjatuhkan diri dan bersujud di kaki Baba. Baba mengangkatnya dengan penuh cinta kasih dan memberkatinya. Baba memanggil Jog dan berkata sambil tersenyum, "Ini adalah tamumu, bawalah

ia ke rumahmu dan sungguhkan ia teh dengan gula yang banyak." Tak ada yang mengerti mengapa Baba berkata seperti itu. Cholkar memahami kemahatahuan Baba, kemahakuasaan dan kehadiran Beliau dimana-mana. Keyakinannya kepada Baba semakin kuat dan ia pulang ke tempat tinggalnya dengan kebahagiaan yang berlimpah.

Seorang bakta bernama Savithri Bai Tendulkar tinggal di Bandra. Seluruh anggota keluarganya adalah bakta Baba. Pada saat itu anaknya, Baba Tendulkar sedang belajar dengan tekun untuk masuk sekolah kedokteran. Melihat horoscope-nya, beberapa ahli perbintangan mengatakan kepadanya bahwa pengaruh bintangnya tidak baik tahun ini dan menyarankan kepadanya untuk mengikuti ujian tahun depan ketika ia pasti akan lulus. Ramalan ini membuatnya gelisah. Beberapa hari kemudian ibunya, Savithri Bai Tendulkar pergi ke Shirdi untuk mendapatkan *darshan* Baba. Ia bersujud di kaki Baba dan menceritakan ujian anaknya serta ramalan para ahli perbintangan itu. Ia memohon petunjuk Baba. Mendengar hal itu Baba berkata, "Anak-Ku, mengapa cemas akan hal yang sepele itu, apakah Aku tidak di sini? Sekalipun para ahli bintang memberikan ramalan mereka, bahkan jika bintangnya sedang tidak baik, apa yang dapat dilakukannya kepada anak-anak-Ku? Katakan kepadanya untuk belajar dengan tekun dan jangan berkecil hati. Katakan kepadanya untuk memiliki keyakinan kepada-Ku. Selama Aku ada di sini, engkau tidak akan punya masalah. Katakan kepadanya untuk tidak

lupa kepada-Ku, selebihnya biarlah Aku yang mengurus. Katakan kepadanya bahwa ia tidak perlu mengkhawatirkan apapun." Baba memberkati ibu itu dan mengijinkannya pergi. Ibu itu pulang ke rumah dan mengatakan pesan Baba kepada putranya. Putranya selalu mengingat Baba dan belajar dengan tekun. Ia khawatir bahwa ia tidak akan lulus ujian. Atas berkat Baba, ia lulus ujian tulis dan dipanggil untuk ujian lisan. Berkat Rahmat Baba, ia juga lulus ujian lisan itu. Apa yang tidak mungkin terjadi jika memiliki berkat dari Lord Sai. Dimana ada keyakinan, di sana ada kemenangan. Dimana ada keraguan di sana ada kekalahan.

Suatu hari Baba memanggil seorang bakta bernama Nana Saheb Nimonkar dan bertanya, "Nana, mengapa engkau tidak membaca *bhagavatham* setiap hari?" Ia berkata, "Baba, Aku tidak mengerti *Sanskrit*." Baba berkata, "Tidak masalah, Aku akan mengajarimu *Sanskrit*, engkau teruskanlah melakukan *sadhana* membaca kita suci." Mengikuti kata-kata Baba, ia sedikit demi sedikit mulai memahami *Bhagavatham* dan juga mulai dapat menerangkan maknanya kepada orang lain dengan bekal pengetahuan *Sanskrit* yang diperolehnya. Ia mampu menjelaskan makna yang sulit dari *Jnaneshwari Geetha* dan kitab-kitasuci lainnya kepada para terpelajar seperti Kaka Saheb Dixit, Jog dan yang lainnya. Suatu ketika Baba memanggilnya dan berkata, "Nana, menjelaskan kepada orang lain, membuat munculnya ego. Siapa kita sehingga dapat memberi pemahaman kepada orang lain? Hanya

mereka yang bebas dari ego berhak untuk memberi pemahaman kepada orang lain.”

Seorang fakir bernama Maddusha tinggal di Meran dekat Jalgaon di wilayah Khandesh. Ia perlu tujuh ratus rupees untuk suatu tujuan, tidak ada siapapun yang bersedia menolongnya. Merasa hanya Baba tempatnya berpaling, ia datang ke Shirdi. Ia datang kepada Baba, menangis tersedu-sedu dan berkata, “Baba, hanya Engkau yang dapat menyelamatkan-Ku dalam situasi yang teramat sulit dan mendesak ini. Engkaulah penyelamat-Ku. Baba berbelas kasih kepadanya dan meminta Jog untuk memberikan tujuh ratus rupees kepada fakir itu. Jog segera membawa sejumlah uang yang diminta dan meletakkannya di kaki Baba. Baba meminta Gulab dan Lakshman, dua orang pemuda, untuk menyerahkan uang itu kepada fakir yang duduk di luar Dwarakamayi. Mereka mengambil dua ratus rupees dan hanya menyerahkan lima ratus rupees kepada fakir itu. Fakir itu datang kepada Baba dan mengatakan bahwa ia hanya mendapatkan lima ratus rupees. Baba menenangkannya dengan berkata, “Anak-Ku, berbahagialah dengan apa yang sudah engkau terima. Tuhan akan menyediakan segalanya, janganlah cemas. Milikilah keyakinan kepada Tuhan, Beliau akan mengurus segala-galanya.”

Setelah menerima berkat Baba dan *udi*, ia berangkat pulang ke rumahnya. Ketika ia sampai di Neemgaon, ada kereta kuda berhenti di depannya. Pria dari Parsi bernama Irransha yang adalah

seorang pegawai pajak di wilayah Nizam turun dari kereta itu. Ia memberikan dua ratus rupees dan makanan kepada fakir itu. Ia bertanya, “Apakah engkau tenang sekarang?” Fakir itu merasa heran dan bertanya, “Mengapa engkau memberiku dua ratus rupees?” Irransha menjawab, “Baba muncul dalam mimpiku dan berkata, ‘Pergilah ke Neemgaon dengan kereta kuda, engkau akan bertemu seorang fakir yang menggunakan pakian dari kulit harimau. Berilah ia makanan dan uang dua ratus rupees dan tanyakan kepadanya apakah sekarang ia tenang’ Aku melakukan persis seperti yang dikatakan Baba. Semua ini bukanlah karena aku.” Mendengar semua itu, fakir itu merasa heran dan juga bahagia.

Betapa menakjubkan perlindungan Baba kepada para bakta Beliau, betapa indahnyanya semua itu. Cinta kasih adalah wujud Lord Sai, Tuhan semesta alam. Cinta kasih yang mengambil wujud, itulah Lord Sainath

Suatu ketika seorang bakta datang ke Shirdi. Ia mendapatkan *darshan* Baba dan meminta uang empat ribu rupees kepada Baba. Baba berkata, “Anak-Ku, kita seharusnya tidak mendambakan apa yang bukan takdir kita. Patuhlah kepada kehendak Tuhan dan selalulah mengingat Beliau.” Ia acuh tak acuh akan nasehat Baba ini. Ia terus memohon bahwa ia ingin sekali uang. Baba menyuruhnya untuk pergi ke pinggir desa dan mencari di bawah pohon banyan. Jika ia melakukan itu, ia akan menemukan pas bunga yang penuh berisi harta. Ia melakukan seperti yang

dikatakan Baba dan menemukan pas bunga itu. Tak mampu mengangkat pas bunga itu, ia kembali ke Chavadi dan memanggil beberapa orang bakta untuk menolongnya. Ketika ia kembali membawa beberapa orang, pas bunga itu telah hilang. Ia jatuh dalam keputusasaan menerima kejadian ini. Ia memukul-mukul dadanya dan pergi kepada Baba sambil meratap.

Mengetahui apa yang terjadi, Baba berkata, "Anak-Ku, Aku sudah mengatakan kepadamu supaya jangan mendambakan apa yang bukan takdirmu. Engkau tidak mendengarkan-Ku. Daripada jauh dari *athma* karena keinginan seperti itu, lebih baik singkirkan keinginan dan raihlah harta karun kekayaan *athma*. Hanya itu yang berlimpah kebahagiaan rohani. Mulai sekarang dan seterusnya, engkau dan keluargamu akan bebas dari segala kesulitan. Rumah bakta-Ku tidak akan dihantui oleh keinginan yang tak terkabulkan. Isilah waktumu dengan merenungkan Tuhan." Berkat ajaran ini, pikirannya menjadi damai. Atas rahmat Sai, pikirannya berpaling dari duniawi kepada Tuhan dan ia mencapai 'kebebasan'. Cara Baba melindungi sungguh-sungguh unik.

Di tahun 1917, seorang bakta bernama Tharkad berhenti dari pekerjaan sebagai manajer di sebuah pabrik karena sesuatu alasan. Untuk mendapatkan kedamaian, ia bersama istri datang ke Shirdi. Setelah menghabiskan beberapa hari bersama Baba, ia memohon ijin Baba untuk kembali. Baba berkata, "Anak-Ku, pulanglah lewat Pune

daripada lewat Manmad." Istrinya menggerutu bahwa pulang lewat jalan itu akan menghabiskan lebih banyak uang. Karena merasa bahwa perintah Baba harus dilaksanakan, mereka pulang lewat Pune. Ia berhenti di Pune untuk mengunjungi seorang teman. Akhirnya temannya itu mengetahui keadaannya saat ini dan memperkenalkannya kepada seorang pria yang punya pabrik dan posisi salah satu manajer di pabriknya sedang kosong. Pria itu menawarkan barangkali Tharkad bersedia bekerja di pabriknya. Tharkad merasa sangat bahagia dan menerima tawaran itu. Berkat rahmat Baba ia dapat memperoleh kembali penghasilan untuk hidupnya. Kalau perintah Baba dilaksanakan, maka segala masalah akan teratasi.

Seorang bakta bernama Narke tidak memiliki pekerjaan dan merasa bahwa ia tidak akan punya uang untuk bisa bertahan hidup. Ibunya pergi kepada Baba dan meratap memohon pertolongan Baba. Baba memberikan jaminan Beliau, "Ibu, bagaimana kekurangan itu dapat terjadi jika Aku di sini? Aku akan memberikan pekerjaan kepada putramu di Pune, jangan cemas." Di tahun 1917, ia memperoleh pekerjaan yang baik di Pune. Begitulah Sai luluh oleh cinta kasih. Bahkan *Kamadhanu*, *Kaplathahu* dan *Chintamani* tidak sebanding dengan kaki Beliau. Beliau begitu mudah diraih oleh para bakta. Beliau adalah harta karun cinta kasih.

Sepasang suami istri hidup sangat miskin di Shirdi. Tak kuasa menahan kemiskinan yang dideritanya, sang istri meratap kepada Baba. Baba

mencurahkan rahmat Beliau dengan berkata, "Ibu, kesulitanmu akan berakhir saat ini juga. Aku akan datang ke rumahmu, katakanlah kepada suamimu untuk tidak menolak-Ku." Pada saat itu, Dixit mendapatkan inspirasi untuk memberikan sejumlah uang kepada mereka. Ia mengambil sejumlah uang dan membungkusnya di dalam kertas lalu menunjukkannya kepada Baba, ia bertanya, "Baba, bolehkah saya memberikan ini kepada mereka?" Segera Baba berkata, "Berikan." Inilah cara Baba membebaskan mereka dari kesulitan keuangan. Jika doa muncul dari hati yang mendalam, dapatkan ia yang menghuni hati itu tetap diam dan tidak melindungi orang itu? Lord Sai adalah samudra cinta kasih. Beliau senantiasa siap untuk memberikan pertolongan yang dibutuhkan, tetapi bukan yang diinginkan.

Suatu ketika seorang miskin bernama Karnik datang kepada Baba. Ketika ia mendekat, Baba memanggilmu, "Kemarilah orang kaya!" Ia heran mendengar panggilan itu. Tak lama setelah itu, ia menjadi milyoner. Seorang miskin menjadi kaya raya.

Hemadpanth pensiun dari pekerjaan di pemerintahan pada tahun 1916. Uang pensiun yang ia terima tidak cukup untuk menghidupi keluarganya. Mengetahui keadaannya seperti itu, Anna Chinchinikar berkata kepada Baba, "Baba, mohon curahkan berkat-Mu kepadanya, ia terbelenggu kesulitan keuangan, uang pensiun yang ia terima tidak cukup untuk menghidupi keluarganya. Berikanlah ia pekerjaan

yang lain, singkirkan segala kesulitannya dan berkatilah ia dengan kebahagiaan." Baba berkata, "Jika ia mau, Aku dapat memberinya pekerjaan yang lain. Tapi ia tidak akan lama di pekerjaannya itu, ia akan memperoleh kebahagiaan rohani karena melakukan pekerjaan-Ku. Ia tidak akan mengalami kekurangan apapun. Segala yang ia perlukan akan disediakan. Ia harus meninggalkan pergaulan dengan mereka yang tidak meyakini Tuhan dan pendosa. Ia harus rendah hati dan penuh keyakinan kepada Tuhan. Ia harus sepenuh hati melakukan pelayanan rohani dengan rasa bakti yang mendalam dan ketekunan. Hanya dengan melakukan itulah ia akan memperoleh kebebasan rohani yang abadi." Seperti yang dikatakan Baba, tak lama setelah itu Hemadpanth memperoleh pekerjaan baru, akan tetapi tak sampai lama, ia meninggalkan pekerjaan itu dan bergabung dalam pelayanan Sai. Setelah Baba *Samadhi*, ia terlibat dalam pelayanan di Sai-sansthan. Dengan begitu ia telah menyucikan hidupnya.

Anwarkhan Khaji dari Ahmednagar memutuskan untuk melakukan perbaikan tempat ibadah di Thalikakoot. Ia datang kepada Baba untuk memohon bantuan keuangan. Pada saat itu Baba sedang duduk di sebuah batu di depan Dwarakamayi. Ia mendekati Baba dan menceritakan masalahnya. Baba berkata, "Anak-Ku, Ibu Dwarakamayi tidak mengambil uang dari siapapun, walaupun demikian ia memberi sebanyak yang dibutuhkan. Galilah di salah satu tempat di bahwa pohon neem,

engkau akan menemukan harta karun di sana. Gunakanlah itu untuk perbaikan tempat ibadah itu." Ia menemukan harta karun itu seperti yang dikatakan Baba. Hasrat yang ada di pikirannya berwujud menjadi nyata dan masalahnya terpecahkan.

Cinta kasih G.D. Pensare kepada Baba tumbuh setelah ia mendengar banyak cerita tentang Baba dan keajaiban Beliau. Ia tidak punya pekerjaan. Kalau ia bisa lulus ujian, ia punya kesempatan untuk mendapatkan pekerjaan yang bagus. Oleh karena itu, ia bersujud di hadapan photo Baba, berdoa dan berjanji, "Baba, mohon berkati sehingga aku bisa lulus dengan baik dalam ujian dan memperoleh pekerjaan. Kalau aku bisa mendapatkan pekerjaan ini atas rahmat-Mu, aku akan datang ke Shirdi dan mendapatkan *darshan*-Mu. Atas curahan cinta kasih Baba, ia lulus dalam ujian dan memperoleh pekerjaan yang baik. Belakangan ia pergi ke Shirdi seperti janjinya. Baba memanggilnya mendekat dan bertanya kepadanya dengan penuh kasih, " Anak-Ku, apa pekerjaanmu?" Ia

menjawabnya dengan rendah hati,"Baba, aku seorang guru, semua ini atas berkat-Mu semata. Mengapa engkau bertanya seolah-olah Engkau tidak tahu?" Baba berkata, "Anak-Ku, ini bukanlah atas rahmat-Ku, Aku hanya seorang fakir miskin. Aku bukan orang spesial. Semua itu semata-mata hanyalah karena berkat Tuhan. Oleh karena itu, janganlah melupakan Beliau, milikilah rasa hormat dan bakti kepada Beliau."Baba mengajarnya itu, memberikannya dan mengijinkannya pergi.

Seseorang bernama Ananth Mahadev Singwekar datang kepada Baba dan memohon dengan pilu, "Baba, apakah aku akan lulus ujian? Apakah nomorku akan masuk dalam daftar yang lulus ujian?" Baba menyayanginya dan berkata, "Anak-Ku, jangan cemas. Engkau pasti akan lulus ujian. Nomormu 114 akan masuk dalam daftar mereka yang lulus ujian." Baba memberikan jaminan Beliau. Atas berkat Baba, hal itu terjadi persis seperti yang Beliau katakan.

*(bersambung)*

*Alih bahasa : Putu Gede Purwanta*

“Setelah lahir sebagai manusia, tujuan hidupmu harus terpenuhi. Engkau harus mengikuti jalan yang luhur. Jangan merasa bangga bila dipuji. Jangan terpengaruh oleh pujian dan celaan. Tingkatkan kedamaian. Dimanakah kedamaian? Kedamaian ada di dalam hatimu. Di dunia luar engkau hanya menemukan serpihan. Sesungguhnya segala sesuatu ada di dalam dirimu. Engkau adalah perwujudan kedamaian. Engkau adalah perwujudan kebenaran. Engkau perwujudan kasih. Engkau adalah perwujudan Tuhan.”

*(Bhagawan Sri Sathya Sai Baba)*

### SAI JAGAT GURU

*(Wacana Sanjay Sahni dalam acara Aradhana Mahotsavam di Pendopo Sai Kulwant, 4 Mei 2011).*

*Sanjay Sahni adalah alumnus Universitas Sri Sathya Sai Jurusan Perdagangan, angkatan pertama 1982-1987. Ia lulus S1 dan S2 sebagai juara dengan meraih medali emas. Kemudian Bhagawan memberinya pekerjaan sebagai dosen di Jurusan Perdagangan Kampus Prashānti Nilayam. Tiga tahun kemudian Bhagawan memberinya tugas untuk menjadi Bapak Asrama di Kampus Prashanti Nilayam. Tugas ini diberikan dari tahun 1990 – 1993. Kemudian ia dipindahkan ke Kampus Brindāvan untuk menjadi dosen di Jurusan Perdagangan. Pada tahun 2002 Bhagawan menunjuknya menjadi Pimpinan Kampus Brindāvan. Jabatan ini ia emban sampai sekarang.)*

Suatu kali redaksi majalah "Christian Health" ditanya, "Apakah Anda tahu tentang Tuhan?" dan ia menjawab, "Saya tahu sedikit sekali tentang-Nya, tetapi apa pun yang saya ketahui, walaupun sedikit, mengubah hidup saya." Hidup bersama Bhagawan benar-benar merupakan pendidikan, pembinaan sejati. Atas nama ribuan siswa yang beruntung menerima sistem pendidikan serta filsafat Bhagawan yang unik dan mulia di berbagai lembaga pendidikan Sri Sathya Sai, dan juga dalam program *Balavikas* serta *Pendidikan Nilai-Nilai Kemanusiaan*, saya persembahkan wacana ini sebagai pernyataan sembah sujud kami di kaki suci Bhagawan.

Waktu itu tahun 1983, perayaan Dasara sudah mendekat, dan beberapa mahasiswa telah dipilih untuk berbicara dalam pertemuan "*Prashanti Vidwan Mahā Sabha*" yang diselenggarakan tiap sore. Bhagawan memanggil kami untuk menghadap dan dengan penuh kasih menanyakan kepada setiap

siswa, apa topik wacana yang akan disampaikannya. Ketika tiba giliran saya, saya berkata, "Swami! Saya akan berbicara tentang "*Sai-Sadguru kami*". Seperti guru yang baik yang ingin agar muridnya mempunyai pemahaman lebih jelas, Bhagawan bertanya kepada saya, "Siapakah Guru?" Saya tahu, Beliau tidak mengharapkan terjemahan kata "Guru". Karena itu, saya tetap diam. Beliau menjelaskan, "GU artinya 'kegelapan kebodohan', dan RU adalah 'Beliau yang melenyapkannya'. 'Guru' adalah beliau yang melenyapkan kegelapan kebodohan (yang dimaksud dengan kebodohan yaitu tidak mengetahui kenyataan diri sejati, keterangan penerjemah)."

Bhagawan tidak hanya memberi kita hidup, tetapi juga cara hidup. Beliau memberi kita tujuan, makna, dan arah dalam hidup kita, agar kita menempuh jalan yang Beliau tunjukkan sehingga hidup kita mencapai pemenuhan.

Kemudian Beliau bertanya,

“Siapakah Sadguru?” Saya berkata, “Bhagawan, Sadguru adalah beliau yang membimbing individu menyeberangai lautan *samsāra*, lingkaran kelahiran dan kematian.” Tampaknya Beliau puas dengan jawaban ini. Kemudian Beliau mengungkapkan rahasia, Beliau berkata, “Sai bukan guru atau sadguru, Beliau adalah Jagadguru (Guru Dunia).”

Beliau bukan sekadar *Vyaktinath* ‘junjungan orang banyak’, melainkan *Lōkanath* ‘junjungan dunia’, dan visi ini saya peroleh pada hari Maha Samadhi Beliau ketika ratusan ribu bakta dari segala penjuru dunia datang berduyunduyun ke Prashānti Nilayam. Pada waktu itu, di satu pihak ada pengunjung dari kalangan atas, orang-orang yang paling berkuasa di India, berkumpul di sini untuk menyampaikan hormat bakti mereka kepada Bhagawan, di lain pihak rakyat jelata, tanpa mengindahkan ketidaknyamanan, berjalan tanpa alas kaki dalam terik matahari musim panas, sekadar untuk menyampaikan penghormatan dan melihat sekilas jenazah suci Beliau.

### **Kasih Demi Kasih**

Bahkan sebelum *Mahāsamadhi*, kami menyaksikan kejadian yang indah. Sejak Bhagawan dirawat di rumah sakit, staf pengajar di Sekolah Lanjutan Tingkat Atas Sri Sathya Sai bersama beberapa siswa melakukan *Ākhanda Nāma Japa* (berkumpul untuk bersama-sama melakukan japa nama Bhagawan) hari demi hari. Suatu hari, seorang pengajar S.L.T.A. menyaksikan kejadian yang indah. Salah satu siswa telah menyelesaikan pelantunan nama

Bhagawan ini pada pukul 2.30 pagi lalu pergi ke kamarnya untuk tidur. Guru S.L.T.A. ini menyelesaikan pelantunannya pukul 3.30 pagi lalu berjalan ke kamarnya. Ia mendengar suara pelantunan nama Bhagawan dari kamar siswa tadi, karena itu, ia masuk ke kamar tersebut. Astaga! Apa yang dilihatnya? Siswa itu tidur lelap, tetapi dalam keadaan tidur ia terus melantunkan nama Bhagawan!

Akan saya ceritakan tentang penduduk desa Puttaparti. Setiap sore pria, wanita, dan anak-anak melakukan prosesi. Mereka membawa lilin yang menyala sambil melantunkan nama Bhagawan dan berdoa mohon agar Baba segera kembali ke ashram. Bahkan jauh dari Puttaparti, suasananya sangat mengharukan. Di Distrik Kanker, Negara Bagian Chattisgarh, India, ketika disiarkan berita bahwa Bhagawan sudah Maha Samadhi, kaum pria di desa itu mencukur gundul kepala mereka (kebiasaan bila ada anggota keluarga yang meninggal) seakan-akan setiap lelaki telah kehilangan seorang anggota keluarganya.

Kejadian berikut ini terjadi di India Selatan, di perbatasan antara Negara Bagian Andhra Pradesh dan Tamil Nadu, tempat aliran air dari Proyek Sai Gangga yang diprakarsai Swami, memasuki Tamil Nadu. Suatu kali ketika pimpinan Organisasi Sri Sathya Sai tingkat Distrik di Tamil Nadu sedang berada di tokonya, sekitar 15 – 20 penduduk desa datang ke situ. Ia mengira barangkali ia akan menghadapi kesulitan karena waktu itu sedang masa pemilu. Apa maksud kedatangan orang-orang desa ini? Mereka berkata, “Pak,

kami mendengar bahwa Ayya (Bapak) sedang tidak sehat.” (Mereka biasa menyebut Swami sebagai Ayya dalam bahasa Tamil) dan dirawat di Rumah Sakit. Kami bukan orang-orang kaya. Hanya ini yang bisa kami lakukan. Kami urunan dan berhasil mengumpulkan uang Rs 2.000,- (sekitar Rp 340.000,-). Apakah Anda dapat mengirimnya ke Puttaparti dan mengusahakan agar Ayya dirawat dengan baik di Rumah Sakit?” Ketika rombongan penduduk desa itu berjalan pergi, salah satu dari mereka kembali menemui pimpinan Organisasi Sai tersebut dan berkata, “Saya termasuk dalam kasta yang sangat rendah. Saya tidak tahu apakah saya bisa menyampaikan hal ini, tetapi saya ingin mengatakannya. Rupanya organ-organ badan Ayya tidak berfungsi dengan baik. Dapatkah Anda memberi kabar kepada mereka bahwa saya bersedia mempersembahkan organ-organ badan saya agar Ayya bisa sehat lagi?”

Bhagawan telah berkata, “Hanya ada satu kasta, kasta umat manusia; hanya ada satu agama, agama kasih; hanya ada satu bahasa, bahasa hati; hanya ada satu Tuhan, Ia ada di mana-mana!” Lihatlah perasaan yang telah Beliau timbulkan dalam hati orang banyak! Itulah visi yang saya miliki.

### **Di Manakah Swami?**

Saya tiba di Prashānti Nilayam pada tanggal 1 April setelah menyelesaikan tugas-tugas resmi saya di Brindāvan. Sejak waktu itu, setiap hari kami berharap-harap bisa memperoleh sedikit kabar yang dapat memberi harapan bahwa Swami bisa segera

kembali di antara kami. Pada waktu saya merenungkan lagi hal ini, saya berpikir, jika Swami menghendaki, pasti Beliau dapat meninggalkan raga dalam sekejap, tetapi pasti kami tidak akan mampu menghadapi keadaan itu. Beliau memberi kita waktu untuk menerima keadaan ini. Dalam proses itu, Swami dapat diibaratkan sebagai pelempar bola yang ulung. Beliau tidak pernah melempar satu bola tanpa banyak tujuan. Walaupun Beliau adalah pengejawantahan kebahagiaan jiwa, Beliau menggunakan masa satu bulan itu untuk mengalihkan dosa-dosa umat manusia ke badan jasmani Beliau dan menghapusnya.

Pada tahun 2003 ketika Swami jatuh<sup>1)</sup> di Brindāvan, suatu hari beberapa sesepuh duduk di dekat kaki Beliau. Salah satu di antara mereka bertanya, “Mengapa ini terjadi Swami?” Bhagawan berkata, “Engkau tidak akan dapat memahaminya.” Kemudian seorang sesepuh lain berkata, “Swami, Swami mengalihkan dosa-dosa umat manusia ke badan Swami.” Swami berkata, “Aku telah datang justru untuk tujuan itu, bukan?” Bahkan dalam tindakan Beliau yang terakhir, Beliau selalu memikirkan kita! Beliau selalu memikirkan untuk mengambil alih beban kita.

Di manakah Swami? Di mana ada tempat tanpa kehadiran Beliau? Salah satu latihan indah yang telah Beliau berikan kepada kita yaitu agar menyadari bahwa Beliau selalu menyertai kita.

Suatu hari saya menceritakan suatu kejadian kepada para siswa sambil mengutip puisi Swami. Beliau sering berkata, “Aku berada dalam

dirimu, di sekelilingmu, di atasmu, di bawahmu, di depanmu, di belakangmu ...” dan ketika saya selesaikan kalimat sampai di situ, Swami mengoreksi saya lalu menyelesaikan kalimat itu; Beliau berkata, “Aku bersamamu, Aku bersamamu.”

Dalam konteks ini, saya akan menceritakan pengalaman salah satu anggota staf pengajar di Brindāvan. Ketika mendengar bahwa Swami sudah Maha Samadhi, ia bingung dan merasa pikirannya kacau. Ia berkata bahwa pada pukul 5 pagi ia berdoa, “Swami, kami menjadi yatim piatu!” Swami sering memberi tahu para bakta, “Jangan pernah menyebut dirimu *anāth* (yatim piatu atau tidak mempunyai pelindung). Tidak ada seorang pun yang *anāth*. Mengapa? Karena kalian mempunyai Swami sebagai *Nātha* (junjungan dan pelindung) kalian. Hanya ada satu orang yang dapat menyebut dirinya seperti itu (*anāth*) yaitu Tuhan sendiri karena Beliau tidak mempunyai *Nātha* ‘junjungan atau pelindung.’”

Ketika ia sedang berdoa seperti ini, pukul 5.30 pagi itu, saudara perempuannya yang sedang tidur di rumahnya di Chennai bermimpi. Wanita itu bermimpi sedang berada di rumah saudara lelakinya di Whitefield, Bangalore dan sama-sama sedang bingung. Wanita itu berdoa, “Swami! Mengapa Swami meninggalkan kami?” Kemudian ia melihat Swami muncul di rumah itu, datang kepadanya, dan berkata, “Ke mana Aku pergi? Aku di sini bersamamu.”

Wanita itu menjawab, “Tidak Swami.” Swami berkata, “Lakukan *namaskar*.”

(Berkat yang diperoleh dengan menyentuh kaki suci Swami). Ketika ia sedang melakukan hal itu, Swami menebarkan *akshatha* ‘beras kuning yang telah diberkati’ kepadanya. Ketika ia terbangun pada pagi hari, tempat tidurnya benar-benar penuh *akshatha*.

“Aku bersamamu,” inilah jaminan yang diberikan Bhagawan kepada kita semua. Swami pernah berkata, “Mungkin engkau melupakan Aku, tetapi Aku tidak akan pernah melupakan engkau ... Aku tidak akan pernah melupakan engkau.”

### **Lalu Apa yang Harus Kita Lakukan?**

Timbul pertanyaan, berikutnya apa yang harus kita lakukan? Salah satu sarjana yang sedang melakukan riset di perguruan kita, mengajukan pertanyaan ini kepada Swami dalam meditasinya, “Berikutnya apa yang harus dilakukan?” Swami menjawab, “Tahap berikutnya adalah *Sārūpyam*.” Kita sudah mengalami *Sālōkyam* ‘berada di kerajaan yang sama dengan Sang Avatar junjungan kita’. Kita sudah mengalami *Sāmīpyam* ‘kita menikmati kedekatan dengan Beliau’. Tahap berikutnya adalah *Sārūpyam*. Lalu, apa yang dimaksud dengan *Sārūpyam*? Menjadi seperti Sang Avatar junjungan kita. Dari tahap seperti satpam di gerbang istana, Anda menjadi putra mahkota. Kemudian Anda tampak sama seperti Sang Junjungan, Sang Raja sendiri.

Swami memberi contoh Bharata. Ketika Bharata kembali dari mengunjungi Sri Rāma di hutan, ia setuju untuk memerintah kerajaan atas nama Rāma. Rāma adalah penguasa sejati kerajaan itu. Karena itu, Bharata meninggalkan

istana lalu tinggal di desa Nandigrāma di pinggiran kota. Ia mengenakan pakaian seperti Sri Rāma, makan makanan seperti yang dimakan Rāma di hutan, mengempalkan rambutnya seperti Rāma, dan terus menerus merenungkan Rāma. *Yad bhāvam tat bhavati*, 'Engkau menjadi seperti apa yang kaurenungkan'. *Brahmavid Brahmaiva bhavati* 'orang yang merenungkan Brahman menjadi Brahman'.

Empat belas tahun kemudian, ketika Rāma kembali, Bharata menyambut Beliau, lalu mereka berdua memasuki kota Ayodhyā bersama-sama. Mereka berdua tampak serupa. Penduduk Ayodhyā tidak dapat membedakan mereka berdua. Mereka berlari ke arah Bharata untuk mengalungkan untaian bunga kepadanya. Karena memahami kesulitan mereka, Bharata berkata, "Inilah Sri Rāma, inilah Sri Rāma, kalungkan bunga kepada Beliau, sambutlah Beliau." *Sārūpyam* berarti hidup kita harus menjadi amanat Sai. Seluruh kehidupan Swami adalah hidup yang ditempuh dalam kasih tanpa pamrih. Sekarang giliran kitalah untuk menempuh hidup semacam itu.

### **Tujuan Setiap Bakta Sai**

Saya ingin mengakhiri wacana ini dengan menceritakan suatu pengalaman sederhana. Saya rasa ini pengalaman pribadi, tetapi saya anggap pengalaman itu merupakan amanat untuk kita semua, terutama bagi mereka yang berhubungan dengan lembaga-lembaga dan organisasi Swami.

Beberapa bulan yang lalu, pada bulan Februari, para mahasiswa

Brindāvan yang kuliah di tingkat terakhir dan akan meninggalkan perguruan, telah merencanakan perayaan sehari penuh sebagai perpisahan. Ada berbagai kegiatan sepanjang hari.

Pada sore hari mereka menyelenggarakan semacam bazar di halaman asrama mahasiswa. Ada banyak gerai, dan ketika saya masuk, seorang mahasiswa datang dan berkata, "Pak, ada peramal, silakan datang ke situ." Ketika saya lihat, tampak antrian yang sangat panjang karena banyak sekali mahasiswa yang ingin mengetahui peruntungan mereka. Saya katakan bahwa saya akan datang terakhir; biarlah setiap orang mengetahui peruntungannya lebih dahulu. Akhirnya, saya pergi ke gerai itu. Ada seorang mahasiswa yang berkata, "Pak, apakah Bapak mau mengambil sehelai kertas?" Saya ambil kertas itu, ternyata kertas putih kosong. Saya agak bingung. Saya kira akan ada tulisan di situ, tetapi kertas itu ternyata kosong. Pemuda itu mengambil kertas itu lalu mencelupkannya dalam semangkuk air. Kemudian kertas itu ia keluarkan lalu ia keringkan. Saya tahu, dia ahli kimia dan sedang melakukan suatu reaksi kimia, maka saya tanyakan larutan kimia apa yang digunakan, dan ia menyebutkannya.

Segera saya teringat pada suatu kejadian yang berlangsung dalam musim panas 1972. Ada seorang siswa di Prashanti Nilayam yang duduk di dekat kaki suci Swami. Bhagawan bertanya kepadanya, "Apa yang paling kauinginkan dalam hidupmu?" Siswa itu bingung, ia tidak tahu akan memberikan jawaban apa. Swami berkata, "Ambillah

segelas air dan sehelai kertas.” Swami mengambil kertas itu, menggulungnya seperti pensil, lalu mencelupkannya ke dalam gelas hingga kertas itu menjadi basah. Kemudian Swami menaruh kertas itu dalam saku sebelah kiri kemeja si pemuda. Beberapa menit kemudian, ketika kertas itu kering, Swami menyuruhnya membaca kertas itu. Ternyata ada tulisan yang muncul di kertas putih itu. Tulisan apa? “Swami! Berilah saya kekuatan untuk mengasihi Swami dengan segenap hati saya.”

Saya teringat pada kejadian itu ketika mahasiswa di hadapan saya sedang mengeringkan kertas. Saya bertanya-tanya dalam hati, tulisan apa yang akan muncul untuk saya. Perlahan-lahan timbullah tulisan di kertas itu. Saudara-saudari sekalian, ternyata amanat itu bukan untuk saya, melainkan amanat untuk kita semua, yang telah tampil untuk ikut serta dalam misi suci Bhagawan Sri Sathya Sai Baba. Amanat itu berbunyi sebagai berikut.

**“Banggaru (panggilan kesayangan yg artinya ‘Emas’)! Engkau melakukan pekerjaan-Ku. Aku mengasihi engkau! – Baba.”**

Nārāyana berkata, “Di mana saja nama-Ku dinyanyikan, Aku berada di

situ.” Tetapi, Bhagawan berkata, “Di mana saja pekerjaan-Ku dilakukan, Aku mewujudkan diri.”

Kemujuran terbesar dalam hidup kita yaitu Beliau memberi kita kesempatan untuk mengabdikan hidup kita bagi misi Beliau. Marilah kita bawa maju api kasih yang telah Beliau nyalakan dalam hati kita, mari kita jaga nyala itu dan kita berikan kepada siapa saja yang kita jumpai dalam hidup kita, dengan keberanian, keyakinan, semangat, dan dengan kesadaran penuh bahwa kekuatan di belakang kita adalah kekuatan Tuhan sendiri, dan kita ini hanyalah alat-alat Beliau. “Engkau hanyalah alat-Ku,” (*Nimitthamāthram bhavya savyasāchi*), kata Sri Krishna kepada Arjuna dalam Bhagavad Gītā, maka Zaman Keemasan pasti akan tiba. Jai Sai Ram!

Penjelasan:

- 1) Sejak masa muda Bhagawan telah berulang-ulang memberi tahu bahwa Beliau tidak bisa sakit atau mengalami kecelakaan. Bila hal itu terjadi, itu karena Beliau mengambil alih penyakit atau kecelakaan yang seharusnya menimpa bakta.

Sumber: Radio Sai

Alih bahasa: T. Retno Buntoro

Yang terpenting, lakukan setiap kegiatan sebagai persembahan kepada Tuhan, tanpa merasa amat gembira bila berhasil dan kecewa bila gagal. Ini akan memberikan ketenangan dan keseimbangan batin yang diperlukan untuk berlayar mengarungi lautan kehidupan.

(Bhagawan Sri Sathya Sai Baba)

## SPIRITUAL CORNER

Di bawah asuhan Koordinator Nasional Bidang Spiritual  
SAI STUDY GROUP INDONESIA

### MAKANAN SATWIKA MENENTUKAN KEMAJUAN SPIRITUAL

Masa sekarang ini orang-orang sedang dilanda oleh kecenderungan mencari kenikmatan hidup melalui makanan. Bisnis kuliner tumbuh subur dimana-mana. Hal ini menyebabkan keinginan menyantap makanan bertambah kuat hingga berlipat ganda karena variasi makanan bertambah banyak serta rekayasa citarasa semakin canggih. Orang-orang gemar makan diluar rumah, dirumah makan atau tempat makan di pinggir jalan. Orang makin bergantung pada citarasa dari suatu makanan serta cenderung mengabaikan kebersihan dan nutrisi dalam makanan.

Makanan memang dibutuhkan oleh badan namun tidak semua jenis makanan berguna dalam pertumbuhan spiritual. Kemajuan dalam spiritual sangat ditentukan oleh jenis makanan yang disantap sehari-hari. Seorang praktisi spiritual hendaknya bisa merelakan berpisah selamanya dengan makanan yang nikmat yang menjadi penghalang dalam perjalanan spiritual. Para bhakta Sai hendaknya selektif dalam menyantap makanan serta dengan patuh mengikuti semua petunjuk Bhagawan Baba dalam memilih makanan.

Mari kita simak sabda Bhagawan Baba berikut ini :

*“Food plays a vital role in our spiritual progress as it is endowed with Divine power. There is an intricate inseparable*

*relationship between **food, head and God**. As is the food, so is the mind. Only one with pure mind can understand Divinity. In order to cultivate purity of mind, you should partake of pure and **sattwic** food. You should consider food as God (**Annam Brahma**)”.* (Wacana Baba 13 Oktober 2002). Makanan memegang peranan penting dalam kemajuan spiritual kita karena makanan mengandung kekuatan Tuhan. Ada kaitan yang tak terpisahkan antara makanan, pikiran dan Tuhan. Sebagaimana makanan demikianlah pikiran. Hanya orang dengan pikiran yang murni/suci dapat memahami Tuhan. Dalam menumbuhkan kemurnian pikiran, kalian hendaknya menyantap makanan yang murni dan satwika. Kalian hendaknya menganggap makanan sebagai wujud Tuhan (Annam Brahma).

Bhagawan berkata: *“Sathwic food is conducive to the progressive attainment of the four states of spirituality viz., **salokya, samipya, sarupya and sayujya**. Salokya is entrance to the field of Theo-centric reality. Samipya is proximity to the fundamental substance of the universe. Sarupya is the assimilation of the form of the deity. Sayujya is the liberation and ultimate union with the Godhead”.* (Summer Shower 1979). Makanan satwika amat kondusif untuk meraih pencapaian empat tingkat spiritualitas yakni salokya, samipya, sarupya dan

sayujya. Salokya adalah pintu masuk ke alam realitas yang serba Tuhan. Samipya adalah kedekatan dengan hakekat fundamental dari jagat raya. Sarupya adalah asimilasi dengan wujud Tuhan (Dewata). Sayujya adalah kebebasan dan persatuan tahap akhir dengan Tuhan Tertinggi (Moksha).

Seorang bhakta atau seorang praktisi spiritual, dalam kegiatan spiritual, tidak cukup hanya melaksanakan sadhana seperti bhajan, japa, meditasi, seva, namun mau tidak mau harus memperhatikan makanan serta mengikuti pola makan seperti yang dianjurkan Bhagawan. Kalau hal ini tidak dilaksanakan, maka sia-sialah sadhana yang selama ini ditekuninya. Ibarat orang sakit, selain dia minum obat dari dokter, dia juga harus mengikuti pantangan dalam makanan agar obat tersebut dapat bekerja dengan efektif sehingga dia cepat sembuh dari penyakitnya.

Pertama-tamahalpentingyangharus diperhatikan adalah kita hendaknya menghormati makanan. Menurut kepercayaan masyarakat tradisional di Nusantara, dari jaman dahulu kita diajarkan untuk menghormati makanan, karena makanan (khususnya beras/nasi) adalah penjelmaan Sanghyang Sri atau Dewi Sri (perwujudan Tuhan). Jangan membuang atau menyia-nyiakan nasi! Saat menanam padi dan saat memanen, ada ritual dan doa khusus untuk menghormati padi/beras sebagai anugerah Tuhan. Beras hendaknya disimpan ditempat khusus, tidak boleh disembarang tempat. Khususnya di Bali, pagi-pagi nasi yang sudah dimasak disisihkan sedikit dan dipersembahkan kepada Perwujudan Tuhan/Dewata

(dikenal dengan nama saiban). Sesudah itu barulah orang boleh menyantap nasi.

Bhagawan sering bersabda: *"Food is God, don't waste food"*. Makanan adalah wujud Tuhan (Annam Brahma), jadi makanan, baik yang lezat atau yang biasa saja, yang harganya mahal atau murah, semua adalah wujud Tuhan. Saat kita akan menyantap makanan, pertama-tama kita pusatkan pikiran pada Tuhan. Jangan cepat-cepat memasukkan kedalam mulut. Dengan tenang dan santai, berdoa kepada Tuhan atau ucapkan mantra (mantra Brahma-panam atau Gayatri mantra), dengan penuh keyakinan kita bayangkan makanan yang ada didepan kita penuh dengan rahmat Tuhan (*Divine Power*), Kasih Tuhan! Kemudian dengan tenang kita santap makanan tersebut. Jangan buru-buru ditelan, hendaknya dikunyah sampai lembut, baru ditelan. Selama kita menyantap, rasakan Kasih Tuhan/Rahmat Tuhan masuk kedalam tubuh kita dan meresap ke seluruh tubuh, membuat tubuh menjadi sehat dan kuat, pikiran menjadi murni/suci. Jangan membuang-buang makanan. Tubuh yang sehat dan kuat ini selanjutnya digunakan untuk berbuat kebaikan, menolong sesama (Seva). Perbuatan baik (Dharma), makanan satwika dan sadhana seperti bhajan, japa dan meditasi, akan memurnikan pikiran kita. Orang yang memiliki pikiran murni/suci dengan mudah dapat memahami Tuhan yang sesungguhnya.

Apakah makanan satwika itu? Makanan satwika adalah makanan yang dapat membuat pikiran menjadi murni, tenang serta menumbuhkan sifat-sifat baik. Jenis makanan ini antara lain buah-

buah, sayur-sayuran, susu, kacang-kacangan, umbi-umbian dan lain-lain (umumnya disebut makanan vegetarian). Makanan yang disantap jangan terlalu banyak (kwantitas makanan sedang-sedang saja) serta waktu makan diusahakan pada waktu yang sama setiap hari. Apakah ini saja yang disebut makanan satwika? Tidak! Mari kita ikuti sabda Bhagawan berikut ini. *"Each organ of perception must be provided with its proper spiritual sustenance. Thus, sathwic food does not mean the moderate consumption of milk, ghee and fruit alone but the enjoyment provided by noble thoughts, sacred sounds, holy sights, and spiritual discussion as well. Sathwic nature is developed by feeding the eyes with sathwic sights. The tongue is meant to sing the glory of God. The ears are meant for feasting on the glorious manifestations of the Divine"*. (Summer Showers 1979). Setiap indera persepsi hendaknya diberi makanan spiritual yang sesuai. Jadi, makanan satwika bukan saja berarti menyantap susu, ghee dan buah-buah dalam jumlah yang tidak terlalu banyak, namun juga menikmati pikiran mulia, pendengaran yang suci, penglihatan suci serta diskusi spiritual. Sifat satwika harus ditumbuhkan dengan memberi makan mata dengan penglihatan baik (satwika). Lidah diberi makan dengan menyanyikan kemuliaan Tuhan. Telinga berpesta dalam mendengarkan kebesaran wujud Tuhan.

Jadi makanan satwika bukan hanya makanan yang masuk melalui mulut, tetapi juga makanan yang masuk melalui indera-indera lainnya. Semua indera hendaknya diberi makanan satwika. Mata melihat yang baik, telinga mendengar

yang baik, lidah mengucapkan kata-kata yang benar dan santun, tangan berbuat kebajikan, kaki berjalan ke tempat-tempat suci dan seterusnya. Juga tidak kalah penting, bergaul dengan orang-orang baik serta sering berdiskusi tentang hal-hal spiritual.

Kebiasaan menyantap makanan satwika akan menumbuhkan sifat-sifat baik. Karakter baik akan melahirkan perbuatan baik. Prilaku dan tutur kata yang baik (Sathya dan Dharma) ditunjang oleh sadhana yang konsisten (Bhajan, japa, meditasi, seva dan lainnya) mengantarkan orang yang bersangkutan secara perlahan tetapi pasti menuju tingkat-tingkat spiritual yang tinggi seperti Salokya, Samipya, Sarupya dan akhirnya mencapai Sayujya (Moksha).

Selanjutnya Sabda Bhagawan Baba : *"Rajasic food generates virulent thoughts. By consuming non-vegetarian food, we develop brutal mentalities. Those who are practicing meditation must abstain from meat. We should also remember constantly that ahimsa or non-violence is the supreme dharma. It is sin to kill innocent animals for the sake of filling our stomachs"*. (Summer Showers 1979). Makanan rajasika membangkitkan pikiran-pikiran jahat. Dengan menyantap makanan non-vegetarian, kita mengembangkan sifat-sifat brutal. Orang-orang yang melatih meditasi harus menjauhkan diri dari daging. Kita juga harus selalu ingat bahwa Ahimsa (tanpa kekerasan) adalah Dharma tertinggi. Adalah dosa apabila kita membunuh hewan-hewan tak bersalah demi memenuhi perut kita. Makanan rajasika adalah makanan yang menimbulkan gejala pada pikiran, membuat pikiran menjadi liar dan

penuh keinginan/nafsu sehingga sulit dikendalikan. Makanan ini sangat tidak baik untuk kemajuan spiritual. Jenis makanan ini antara lain daging, ikan, telur, kopi, minuman beralkohol, rokok, makanan terlalu pedas, terlalu asam dan lainnya.

Bhagawan Baba bersabda “ *We should not give room to any type of talk when we take our food. With happy heart and with a sacred word, we must undertake to utter ‘Brahmarpanam’ mantra and then take our food. In this way whatever has been offered to Brahman will become the ‘prasad’, which comes to us as a gift of Brahman.*” (Summer showers 1977) Kita jangan memberi ruang pada percakapan apapun saat kita menyantap makanan. Dengan hati yang bahagia dan ucapan suci, kita mengucapkan mantra ‘Brahmarpanam’, kemudian kita mulai menyantap. Dengan cara ini, apapun yang sudah di persembahkan kepada Brahman akan menjadi ‘prasad’ sebagai anugerah dari Brahman kepada kita.

Apakah makna dari mantra ‘Brahmarpanam’ itu? Mantra ini berasal dari Bhagawad Gita Bab. IV sloka 24 dan Bab XV sloka 14. Bhagawan Baba menjelaskan makna mantra ini seperti berikut ;

*BRAHMĀRPANAM BRAHMA HAVIR  
BRAHMĀGNAU RAHMANĀHUTAM  
BRAHMAIVA TENA GANTAVYAM  
BRAHMA KARMA SAMĀDHINAHA*

Seluruh jagad raya ini adalah proyeksi kasar dari Brahman, Kesadaran Kosmik itu sendiri; makanan juga adalah Brahman, proses mempersembhkannya juga Brahman; dipersembahkan di dalam api Brahman. Dia yang menyaksikan

bahwa Brahman adalah tindakan akan mencapai Brahman itu sendiri.

*AHAM VAISHVANĀRO BHUTVA  
PRĀNINAM DEHAMĀSHRITHA  
PRĀNĀPĀNA SAMĀ YUKTAHA  
PACHĀMYANNAM CHATUR VIDAM*

Aku, Jiwa tertinggi, bersamayam di dalam tubuh setiap mahluk hidup, sebagai Api (Vaiswanara) di dalam perut mereka aku berhubungan dengan Prāna dan Apāna yang mencerna empat jenis makanan (padat, cair gas/*fluid*, setengah cair gas/*semi fluid* dan cairan). (Daily Prayers to Bhagawan).

Apabila mantra ini diucapkan dengan penuh penghayatan serta dengan keyakinan yang kuat, maka kita akan kontemplasi pada Brahman. Lama-lama kesadaran kita akan larut dalam Ketuhanan. Ini sama dengan meditasi! Jadi sekurang-kurangnya tiga kali sehari (saat makan) kita kontemplasi pada Tuhan dan dapat merasakan Kasih Tuhan dalam diri kita.

Bhagawan Baba benar-benar telah mengajarkan suatu teknik yang unik, kegiatan makan yang sangat biasa dapat diubah menjadi suatu sadhana yang amat efektif, dimana para bhaktaNya setiap saat dapat berkontemplasi/meditasi kepada Tuhan tanpa harus mencari waktu khusus serta tidak perlu meninggalkan tugas/kewajiban masing-masing. Dengan cara ini kita dapat meraih prestasi di dunia sekaligus dapat mencapai kemajuan dalam spiritual. Luarbiasa! Sembah sujud kepada Sadguru Bhagawan Sri Sathya Sai Baba.

Jay Sai Ram

Oleh: Agung Krisnanandha

Nopember 2013.

## Sri Rudraprasnah

### ॥ चमकप्रश्नः ॥ - ॥ Camakapraśnah ॥ प्रथमोऽनुवाकः : ANUVAKAM 2

ज्यैष्ठ्यं च म आधिपत्यं च मे

jyaiṣṭhyaṁ ca ma ādhipatyam ca me

Hamba berdoa agar hamba dapat diberikan posisi yang lebih tinggi, terhormat, dan kekuasaan (kepemimpinan) diantara sesama manusia.

मन्युश्च मे भामश्च मेऽमश्च मेऽम्भश्च मे

manyuśca me bhāmaśca me'maśca me'ambhaśca me

Semoga hamba memiliki rasa kebencian yang sesuai pada tempatnya dan kemarahan yang benar. Semoga hamba diberi hak kendali diri untuk bermartabat walau bermanifestasi dari kemarahan. Semoga hamba dapat diberi air minum dan manisan yang berlimpah.

जेमा च मे महिमा च मे वरिमा च मे प्रथिमा च मे

jemā ca me mahimā ca me varimā ca me prathimā ca me

Semoga hamba dapat diberikan kecakapan untuk mendominasi dan memperoleh kemenangan atas musuh hamba dan menambah kekayaan dan kemuliaan. Semoga hamba dapat dicari dan dihormati oleh orang lain. Semoga kekayaan dan harta hamba semakin hari semakin berlimpah.

वर्ष्मा च मे द्राघुया च मे वृद्धं च मे वृद्धिश्च मे

varṣmā ca me drāghuyā ca me vṛddham ca me vṛddhiśca me

Semoga hamba dapat diberikan keturunan yang baik dan silsilah yang tak terputus. Semoga pembelajaran, karakter dan kebenaran hamba membuat hamba superior(unggul) atas orang lain.

सत्यं च मे श्रद्धा च मे जगच्च मे धनं च मे

satyam ca me śraddhā ca me jagacca me dhanam ca me

Semoga hamba memiliki iman dalam *sastra*, *Veda* dan optimis tentang masa depan. Semoga hamba dapat diberikan properti bergerak dan tidak bergerak dan harta dan emas dan perak yang berlimpah.

व॒शश्च॑ मे॒ त्विषि॑श्च॒ मे क्री॒डा च॑ मे॒ मोद॑श्च॒ मे

vaśāśca me tviṣiśca me krīḍā ca me modaśca me.

Semoga kepribadian hamba menjadi menarik dan menyejukkan bagi orang lain. Semoga tubuh hamba menjadi kuat dan mulia yang tumbuh dari kesenangan dan kegembiraan dari olahraga dan perlombaan lainnya.

जा॒तं च॑ मे॒ जनि॑ष्यमाणं॒ च मे॒ सू॒क्तं च॑ मे॒ सु॒कृतं॑ च॒ मे

jātaṁ ca me janiṣyamāṇaṁ ca me sūktaṁ ca me sukṛtaṁ ca me

Semoga warisan yang telah turun kepada hamba dari nenek moyang hamba akan tetap dengan hamba dan apa yang hamba dapatkan dalam hidup hamba dilindungi. Semoga hamba menguasai nyanyian atau kidung Weda dan memperoleh kebaikan Kudus dengan mengadakan upacara ritual sakral dan tindakan yang baik.

वि॒त्तं च॑ मे॒ वेद्यं॑ च॒ मे भू॒तं च॑ मे॒ भवि॑ष्यच्च॒ मे

vittaṁ ca me vedyaṁ ca me bhūtaṁ ca me bhaviṣyacca me

Semoga masa lalu, sekarang dan masa depan hamba akan penuh dengan kelimpahan dan kemakmuran.

सु॒गं च॑ मे॒ सु॒पथं॑ च॒ म ऋ॒द्धं च॑ म॒ ऋ॒द्धिश्च॑ मे

sugaṁ ca me supathaṁ ca ma ṛddhaṁ ca ma ṛddhiśca me

Semoga hamba selalu berada di tempat-tempat yang menyenangkan, ramah dan aman. Semoga hamba menjadi bagian di dunia yang selalu lembut dan semoga hamba akan diberkahi dengan manfaat (kebaikan) rohani di akhirat hamba.

क्लृ॒प्तं च॑ मे॒ क्लृ॒प्तिश्च॑ मे॒ मति॑श्च॒ मे सु॒मति॑श्च॒ मे ॥२॥

klṛptaṁ ca me klṛptiśca me matiśca me sumatiśca me ॥2॥

Semoga hamba dapat diberikan kenyamanan materi dalam kelimpahan dalam perjalanan hidup hamba, agar dapat hamba melalui hidup ini dengan nyaman dan menyenangkan dan juga untuk menggunakan mereka dengan baik. Semoga hamba dapat diberikan kecerdasan yang cemerlang dan seimbang, untuk mengelola situasi sulit dengan cerdas dan berhasil.

## Ikhtisar Sri Rudram: Chamakam

ChaMaka ANUVAKA 2 - द्वतीयोऽनुवाकः ‘jyaiShThyan cha me’

(Anuvaka mengenai tubuh praaNa serta pencapaiannya dan perluasan kepribadian).

### ***Jadilah semua milikku... milik hamba...***

Tujuan yang hendak dicapai oleh kekuatan-kekuatan yang diperoleh di anuvaka 1 diuraikan di sini. Tujuan anuvaka kedua dapat dicapai terutama atas keunggulan (baca; penguasaan) energi pranNa. Pengakuan dari banyak pihak, kemampuan untuk memberikan anugerah, pancaran cahaya luar dan dalam (aura yang mempesona), banyak pengikut, inovasi & berdaya cipta, pikiran yang baik ... semua ini hanya mungkin terwujud bagi siapa saja yang berkuasa atas praaNa shakti atau singkat kata, bagi siapa saja yang mampu menguasai praaNa shakti maka hal-hal yang disebutkan di atas akan terwujud dengan sendirinya. Bagi orang yang sudah memiliki kualitas-kualitas di atas belum tentu kesemua orang itu memilikinya secara lahiriah. *(Doa ini dipanjatkan untuk memohon kemuliaan, keluhuran dan kepemimpinan, etika dan moralitas dalam berkehidupan sosial, pemikiran yang intelektual, kemampuan menghadapi tantangan, peningkatan laku spiritual, dan kenikmatan dan kepuasan duniawi).*

Alih bahasa dan ulasan dari berbagai buku Sri Rudram: Purnawarman dan Vijay Kumar

*\*ulasan mengenai Rudra Tattva atau Sri Rudram secara lengkap sedang dalam penyusunan dalam bentuk buku - Purnawarman*

## PEMUJaan GANESHA DAN LINGAM (3)

### GANESH ABHISEKAM – GANESH POOJA MEMANDIKAN GANESH – SETIAP HARI !!!

*Abhisekam sederhana bagi manusia di jaman Kaliyuga sebagaimana yang ditulis Ramon Quek dalam bukunya.*

#### Perlengkapan yang diperlukan:

1. ARCA GANESH (cukup yang kecil saja 2 atau 4 inchi bisa kuningan atau batu atau tembaga ... atau lainnya dan (kalau ada) rumahnya atau kuilnya atau alas untuk Bhagawan ditempatkan. Kalau sudah punya altar di rumah tidak masalah.
2. Bejana dan sendok kecil untuk *tirtham* (air suci).
3. Air atau susu
4. Kain lap bersih atau tissue
5. Vibhuti atau kum kum.
6. Bunga (kembang) – Jika ada
7. *PRASAD* - buah atau makanan - minuman yang akan dipersembahkan (jika ada). Bisa *panchambutham* sederhana (campurkan 1 atau 2 sendok makan susu sapi, madu, gula merah, ghee, yogurt/curd dalam satu cangkir kecil), persembahkan kepada Bhagawan saat Anda mengoleskan *vibhuti*, memakaikan pakaian dan sambil mengkidungkan *GANAPATI DHYANAM*.

\*\*\* Hari KAMIS adalah hari Bhagawan Ganesh – Anda bisa memandikannya dengan susu jika Anda mau – jika tidak pakai air saja.

### RANGKAIAN UPACARA ABHISEKAM



*Catatan:* jika Anda terbiasa bersadhana dipagi hari yaitu pada saat *bramhamuhurtam* antara jam tiga pagi sampai jam enam pagi (menjelang mentari terbit) Anda bisa menggabungkan ritual ini sekaligus sebagai satu paket *sadhana* ... tapi kalau Anda susah bangun pagi ritual ini bisa dilakukan pada jam kapan pun.

#### 1. ACHAMANAM (meminum air untuk penyucian diri)

(Menyesap air 3X dengan posisi *Brahma Grantha* - telapak tangan yang tertangkap seperti saat menerima air suci dari pendeta kuil dan diiringi mantra). Tuangkan sedikit air dari *bejana tirtham*

di telapak tangan kanan { ibu jari/jempol dan jari telunjuk ditebuk/lipat ke dalam sehingga membentuk rongga di tengah-tengah telapak tangan, sementara jari kelingking, jari manis dan jari tengah membentang/memanjang}. – jika tidak bisa dalam posisi *Brahma grantha* – tuangkan saja sedikit air ke telapak tangan kanan anda. Sesap air tersebut dan sisanya percikkan ke atas kepala sambil membacakan ketiga mantra ini untuk masing-masing mantra.

OM ACHYUTAYA NAMAHA  
OM ANANTHAYA NAMAHA  
OM GOVINDAYA NAMAHA  
OM SANTI 3X

## 2. Upacara Mandi

Letakkan Lord GANESHA ke wadah kecil (bisa piring atau mangkuk kecil) dan siapkan Bhagavan Ganesh untuk upacara pemandian (*abhisekam*). Jika Bhagawan memakai pakaian Anda harus membukanya terlebih dahulu sebelum dimandikan. Mandikan Bhagawan dengan air atau susu (cukup ¼ liter air atau susu (satu gelas kecil pun sudah cukup) atau lebih - pilihan di tangan Anda) dan sambil memandikan bacakan mantra MAHA GANAPATI GAYATRI/ GANESH GAYATRI MANTRA seperti di bawah ini.

“OM Tathpurushaya Vidmahe  
Vakkratundaya Dheemahi  
Tanno Dhanti Prachodayaat”  
OM SANTI 3X

Catatan: Anda bisa membaca 3X, 9X, ... pilihan di tangan Anda.  
Setelah upacara *abhisekam* selesai,

keluarkan Bhagawan dari wadah dan letakkan Ia di wadah yang telah disiapkan (bisa piring kecil atau mangkuk) ... dan selanjutnya

## 3. Upacara menyeka kering Bhagawan

Lalu keringkan/seka Bhagawan dengan tisu atau kain bersih yang sudah disiapkan, dan selagi menyeka/mengeringkan Bhagawan kidungkan SRI VALLABHA MOOLA MANTRA – MAHAGANAPATHI MOOL MANTRA berikut ini:

“Om Shreem Hreem Kleem Kloum  
Gam Ganapathaye  
Vara Varatha Sarvajanamay  
Vasamaanaya Swaha”  
OM SANTI 3X

Catatan: Anda bisa membaca 3X, 9X, ... pilihan di tangan Anda.

Setelah selesai menyeka Bhagawan Ganesh ... selanjutnya letakkan ia kembali ke kuilnya-rumahnya (atau altar tempat Beliau biasa berada ... kalau Anda punya rumahnya/atau kuilnya letakkan Beliau disitu).

SELANJUTNYA .... Sambil mengenakan pakaian-Nya (jika ada) dan mempersembahkan makanan-minuman atau buah atau Prasad lainnya (jika ada), bubuhkan/oleskan VIBHUTI atau KUM KUM di dahi atau keningnya, selagi melakukan semua ini KIDUNGKAN mantra GANAPATI DHYANAM di bawah ini:

OM SHUKLAAMBARADHARAM  
VISHNUM  
SASHIVARNAM CHATURBHUJAM  
PRASANNA VADANAM DHYAYETH

SARVA VIGHNOPA SHANTAYETH  
OM SANTI 3x

Selanjutnya

Setelah semua selesai, ambillah kembang/bunga curah apakah dari taman/kebun atau anda bisa membeli di pasar, dan persembahkan bunga tersebut sambil melantunkan ke 16 Nama Agung Bhagawan Ganesh satu demi satu ... (untuk setiap nama layangkan bunga tersebut ke arca Bhagawan Ganesh).

Kalau tidak ada bunga anda bisa melakukan *MANAS PUSHPAM PUJA* (tanpa bunga) bayangkan di tangan anda menggenggam bunga dan layangkan bunga tersebut untuk setiap nama kepada arca Bhagawan Ganesh.

1. OM SUMUKHAYA NAMAH
2. OM EKADANTHAYA NAMAH
3. OM KAPILAYA NAMAH
4. OM GAJAKARNAKAYA NAMAH
5. OM LAMBHODARAYA NAMAH
6. OM VIKATAYA NAMAH
7. OM VIGNARAJAYA NAMAH
8. OM GANADHIPAYA NAMAH
9. OM DHOOMAKETHUVE NAMAH
10. OM GANADHYAKSHAYA NAMAH
11. OM PHALACHANDRAYAN NAMAH
12. OM GAJANANAYA NAMAH
13. OM VAKRATHUNDAYA NAMAH
14. OM SOORPAKARNAYA NAMAH
15. OM HERAMBHAYA NAMAH
16. OM SKANDAPOORVAJAYA NAMAH

Om Santi 3x

Setelah selesai mempersembahkan bunga, anda siap untuk AARTHI.

AARTHI ada dua pilihan, anda bisa memilih salah satu, pilihan di tangan anda....

- Aarthi Ganesh
- Aarthi Sai

**GANESH AARTHI**

JAI GANESH ... JAI GANESH ... JAI GANESH  
DEVA

MATA JAKI PARVATI ... PITA MAHADEVA ...  
2X

EK DHANT DAYAVANT ... CHAR  
BHUJADHARI ...

MATHE PAR TILAK SUHAI ... MUSE KI  
SAVARI ...

PAAN CHARE, PHOOLA CHARE ... OUR  
CHARE MEWA ...

LADHWAN KA BHOGE LAGE ... SANT KARE  
SEVA ...

JAI GANESH ... JAI GANESH ... JAI GANESH  
DEVA ....

MATA JAKI PARVATI .... PITA MAHADEVA ...  
ANDHE KO AKH DHETE...KORHINA KO  
KAAYA....

BHANJHAN KA PUTRA DHETE...NIRDHAN  
KO MAYA...

SURYA SHAM SHARAR AHE...SAFAAL KEE  
JEE SHEWA...

MATA JAKI PARVATI... PITA MAHADEWA...

JAI GANESH... JAI GANESH ... JAI GANESH  
DEVA....

MATA JAKI PARVATI .... PITA MAHADEVA ...  
2X

MATA JAKI PARVATI....PITA MAHADEVA

MATA JAKI PARVATI....PITA MAHADEVA.

Catatan: wanita yang lagi mensturasi dilarang keras melakukan ini dan anggota keluarga lainnya bisa melakukan.

Alih bahasa: Purnawarman dan Vijay Kumar

## Rubrik Kontak Pembaca

*Rubrik Kontak pembaca Wahana Dharma edisi 260, dikutip dari buku “Percakapan Dengan Bhagawan Sri Sathya Sai Baba Oleh Dr. John S. Hislop, dicetak tahun 2007. Wawancara II, Januari 1968, halaman 14 - 18.*

Rekaman wawancara kedua pada hari berikutnya, setelah wawancara yang dikutip di atas. Kedua wawancara itu berlangsung pada minggu ketiga bulan Januari 1968.

*His: Apakah arti pasrah kepada Tuhan dalam hal yang biasa sehari-hari seperti bercukur, pergi ke pasar, berjalan, dan lain-lain?*

Sai : Pasrah kepada Tuhan adalah menyerahkan semua pikiran dan perbuatan tanpa mengharapkan hasilnya; bukan melakukan perbuatan untuk mendapatkan hasilnya, tetapi melakukan pekerjaan karena itu merupakan tugas. Perbuatannya dipersembahkan kepada Tuhan, karena itu akibatnya ditanggung oleh Tuhan. Perbuatan yang dilakukan seperti itu—hasilnya direlakan pada waktu melakukannya—perbuatan semacam itu bebas dari karma. Dengan cara ini ego tidak diberi makan dan dikembangkan, karena itu, tidak lama kemudian ia akan lenyap. Misalnya saja bila seseorang bercukur yang digolongkan sebagai jenis pekerjaan duniawi yang membosankan, orang itu harus beranggapan bahwa ia menyiapkan diri demi Tuhan yang bersemayam di dalam hati. Ia berusaha tampil sebaik mungkin untuk menghormati Tuhan, bukan untuk berlagak atau mendapat pujian. Juga

bila berjalan, persembahkan perbuatan itu kepada Tuhan untuk memelihara badan yang sehat agar layak bagi tempat kediaman Tuhan; itulah sikap yang tepat untuk semua perbuatan setiap hari. Menyapu rumah dipersembahkan kepada Tuhan agar Beliau mempunyai tempat tinggal yang nyaman. Memasak juga dipersembahkan kepada Tuhan agar badan menjadi kuat dan penuh tenaga bagi kepentingan Tuhan. Bodoh sekali jika manusia mencari buah perbuatannya. Jika seseorang mati, satu-satunya yang dibawa hanyalah perbuatannya yang baik dan yang buruk. Bukan kekuasaan, uang, kedudukan, reputasi, kekuatan dan keindahan tubuh, serta budaya pribadinya. Semua ini akan hilang. Karena itu, betapa bodohnya bekerja untuk semua itu. Manusia hidup dengan keinginan. Hidup tanpa keinginan adalah Tuhan. Manas adalah keinginan. Bila manas lenyap, keinginan juga lenyap.

*His: Swami, sebuah taksi akan datang pada tanggal 26 siang untuk keberangkatan kami.*

Sai : Tidak.Tidak.Itu salah.Bila engkau datang dari tempat yang demikian jauh untuk menemui Swami, kemudian mengambil taksi dari Bangalore, Sai malu. Harus Sai yang mengurus. Engkau jangan melakukannya sendiri.

*His : Saya akan segera membatalkan taksi itu.*

Sai : Kira-kira kemarin ada kerusuhan di Bangalore. Mahasiswa memprotes kampanye para politikus dari Utara yang menghendaki bahasa Hindi sebagai bahasa nasional dan bukannya bahasa Inggris. Ada pelemparan bom dan kekerasan lain. Lebih baik engkau dan istrimu berangkat dari sini tanggal 25, jangan tanggal 26, karena pada tanggal 26 akan datang pejabat tinggi dari Utara dan mungkin akan semakin rusuh.

*His : Apakah yang dimaksud bila Swami berkata kepada umat yang akan pergi bahwa, 'Swami akan bersamamu di mana pun engkau berada, Swami ada di hatimu.'*

Sai : Situasinya dapat dibandingkan dengan orang dan sepotong kayu yang terapung di lautan. Keduanya mempunyai gerakan yang sama, terombang-ambing bersama ombak, tetapi kayu itu tidak tahu apa yang terjadi, sedangkan manusia sadar akan gerakan itu. Gerakan sepotong kayu itu dapat dibandingkan dengan seseorang di Amerika. Tuhan bersemayam di dalam hatinya, tetapi ia belum pernah ke sini untuk bertemu Swami. Gerakan seseorang yang berenang dengan sadar di lautan dapat dibandingkan dengan seorang Amerika yang telah berkunjung ke sini lalu pulang. Sekarang ia akan menyadari adanya pengalaman spiritual dan itulah keadaan yang sebenarnya, entah kita menginginkan pengalaman itu atau tidak. Ada tiga tahapan untuk mengetahui Tuhan. Pertama adalah

intelektual, yang hanya merupakan imajinasi, satu lagi datang mendekat, dan yang ketiga adalah persatuan dengan Tuhan.

Contoh yang lain. Sungai menyatu dengan lautan, tetapi jika orang mengambil air tawar dari sungai dan memasukkannya ke dalam kantong plastik yang disegel, lalu memasukkan kantong plastik itu ke dalam lautan, maka air itu tidak akan bercampur menyatu dengan lautan. Kondisi semacam itu dapat dibandingkan dengan keadaan seseorang sebelum datang ke sini, tetapi setelah datang ke sini seolah-olah air tawar itu tidak terpisah lagi dari lautan, tetapi manunggal dan berbaur dalam samudra. Ini adalah tahap membaur. Swami adalah pelayan semua orang, dan sebagai pelayan Swami lebih senang daripada sebagai majikan.

*His : Apakah arti kata dharma?*

Sai : Kata dharma bukan berarti kewajiban. Dalam kewajiban tidak ada kebebasan; dalam nalar ada kebebasan; dan dalam kewajiban religius ada persatuan antara kewajiban dan nalar. Maka dharma menunjukkan kewajiban religius. Dalam kata itu tercakup kedua pengertian: kewajiban dan nalar.

*Tamu : Ada kesulitan yang timbul dalam melakukan penghormatan kepada dua aspek Tuhan yang berlainan. Misalnya, Ibu di ashram Sri Aurobindo dan Swamiji di sini.*

Sai : Ada dua jalan: yang satu yaitu melihat Tuhan di mana-mana, maka tidak ada pertentangan apa pun. Cara yang lain yaitu seseorang merasakan

bakti yang kuat pada satu tokoh dan berbahagia dalam pengabdian itu. Dalam kasus yang terakhir ini, orang harus berpegang teguh kepada guru itu dan tidak berurusan dengan guru yang lain. Jika seseorang mengerjakan suatu tugas, ia harus melakukannya dengan penuh perhatian dan konsentrasi dan tidak dapat memikirkan Tuhan jika sedang melakukan tugas itu. Namun, prinsip yang terlibat di dalamnya yaitu sikap mempersembahkan segala sesuatu kepada Tuhan dan bukannya melakukan pekerjaan karena hasil yang akan didapat dari pekerjaan itu, sebaliknya, melakukan pekerjaan karena merupakan tugasnya untuk melakukan hal itu sebaik-baiknya.

*Seorang pengunjung : Bolehkah saya mengenakan celana pendek bila sedang berada di ashram ini?*

Sai : Tidak. Jangan begitu.

Sai : Dalam kehidupan spiritual, kemajuan yang paling cepat terjadi jika perahu berlayar searah dengan angin. Jika perahu harus berlayar menentang angin, kemajuannya akan lambat.

*Seorang pengunjung: Itulah masalahnya Swami, yaitu menentukan ke arah mana angin bertiup.*

Sai : Sesungguhnya itu amat sederhana. Dengan latihan, seorang pengemudi mobil belajar agar terampil sekali mengemudi, sehingga baik jalan yang lebar mau pun sempit tidak ada

## FORMULIR BERLANGGANAN WAHANA DHARMA

Berikut ini adalah data pribadi saya untuk berlangganan Majalah Wahana Dharma :

Kode Pelanggan \*) : .....

Nama Pelanggan : .....

Alamat lengkap : .....

Kota : ..... Kode Pos : .....

No. Telepon/HP : .....

E-mail : .....

Mohon dicatat sebagai pelanggan tetap Majalah Wahana Dharma terhitung mulai :

Edisi Nomor : ..... s.d. ....

\*) Kode Pelanggan untuk pelanggan baru akan diisi oleh Staff Wahana Dharma

Untuk informasi lebih lanjut dapat menghubungi :

**Naresh Jairamdas, Hp. 0855 880 7280**



perbedaan baginya. Ia mengendarai mobilnya di kedua tempat itu dengan keyakinan diri yang sama. Demikian pula, seorang guru diperlukan untuk mempelajari bagaimana cara memanfaatkan angin di lautan rohani. Masalahnya dewasa ini sulit sekali mendapatkan seorang guru. Begitu seseorang mengenakan jubah kuning, ia menganggap dirinya seorang guru dan ingin mengajar orang lain. Cara terbaik untuk menentukan apakah seseorang adalah guru sejati yaitu (dengan memperhatikan) apakah kata-katanya penuh kebijaksanaan dan apakah di dalam hidupnya ia berbuat sesuai dengan perkataannya. Jika guru hanya mengucapkan kata-

kata kebijaksanaan—inilah zamannya ketika orang mengucapkan kata-kata kebijaksanaan, tetapi dia sendiri tidak bijaksana—kata-kata bijaksana itu tidak akan memberikan hasil apa pun dan tidak berguna. Guru yang terbaik sekarang ini adalah Tuhan. Dalam dunia spiritual, guru adalah dokter yang mengukur suhu sâdhaka. Dari suhu itu ia bisa menduga kondisi sâdhaka dan apa yang terbaik untuknya. Akan tetapi, jika gurunya sendiri demam, maka suhu peminat kehidupan rohani akan terkacaukan dengan suhu gurunya. Dengan demikian, guru yang terbaik masa kini adalah Tuhan.

*Alih bahasa : Dra. Retno S. Buntoro*

**Catatan :**

- 1) Majalah Wahana Dharma terbit setiap bulan atau 12 x setahun. **Harga langganan per tahun** (12 x terbit) = **Rp. 100.000,-** (untuk seluruh wilayah Indonesia sudah termasuk ongkos kirim).
- 2) Pembayaran biaya langganan Wahana Dharma dapat dilakukan dengan transfer ke :
  - **Bank BCA Cabang Green Garden**
  - No. Rekening : 2533918999**
  - a/n. Yayasan Sri Sathya Sai Baba Indonesia**(Dengan menuliskan “Kode Pelanggan dan Nama Pelanggan” pada kolom berita pembayaran)
- 3) Bukti Pembayaran di Fax : 021-5387524 atau di e-mail : suardika\_gk@yahoo.com atau diberitahukan melalui SMS : 0812 826 2127
- 4) Apabila Bapak/Ibu, lupa atau tidak menuliskan berita pembayaran, harap dengan segera memberitahukan kami via sms ke 08128262127 dengan memberitahukan: Tanggal pembayaran, Jumlah pembayaran, Nama Bank, Kode Pelanggan dan Nama Pelanggan.

Hal tersebut di atas harus dilakukan untuk mempermudah kami melakukan pencatatan transaksi atas pembayaran yang telah Bapak/Ibu lakukan.

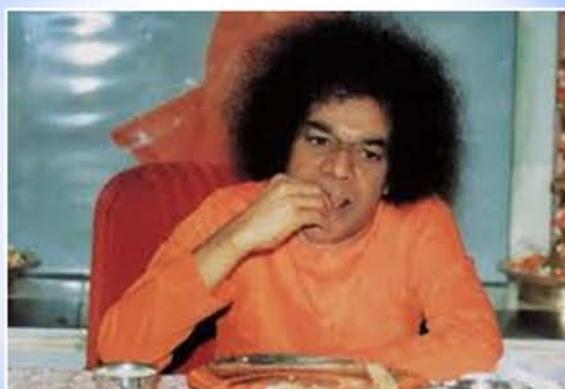


# DAFTAR BUKU YANG TELAH DITERBITKAN OLEH YAYASAN SRI SATHYA SAI BABA INDONESIA

- A. Kelompok Buku Vahini (yang ditulis langsung oleh Bhagawan Sri Sathya Sai Baba) :
1. Hikayat Sri Rāma 1
  2. Hikayat Sri Rāma 2
  3. Hikayat Sri Rāma 3
  4. Hikayat Sri Rāma 4
  5. Pancaran Bhagavatha 1
  6. Pancaran Bhagavatha 2
  7. Pancaran Dharma
  8. Pancaran Kasih Ilahi
  9. Pancaran Kebijaksanaan
  10. Pancaran Kedamaian
  11. Pancaran Meditasi
  12. Pancaran Penerangan
  13. Sandeha Nivarini
- B. Kelompok Buku Wacana Bhagawan Sri Sathya Sai Baba :
1. Sabda Sathya Sai 1
  2. Sabda Sathya Sai 2A
  3. Sabda Sathya Sai 2B
  4. Sabda Sathya Sai 33
  5. Sabda Sathya Sai 34
  6. **Sabda Sathya Sai 35** (buku baru)
  7. Wacana Dasara 1999
  8. Wacana Dasara 2000
  9. Wacana Dasara 2001
  10. Wacana Dasara 2002
  11. Wacana Musim Panas 1990
- C. Riwayat Hidup Bhagawan Sri Sathya Sai Baba (Ditulis oleh Bp. Kasturi) :
1. Kebenaran Kebajikan Keindahan 1
  2. Kebenaran Kebajikan Keindahan 2
- D. Kelompok Buku Ajaran Bhagawan Sri Sathya Sai Baba untuk Anak-anak :
1. Chinna Katha 1
  2. Chinna Katha 2
  3. Chinna Katha 3
  4. Chinna Katha 4
- E. Kelompok buku Ajaran Bhagawan Sri Sathya Sai Baba yang Ditulis oleh Penulis Lain :
1. Dalam Cahaya Sai
  2. Intisari Bhagawad Gita
  3. Karma Yoga
  4. Kasih Sayang dan Restu Bhagawan Sri Sathya Sai Baba
  5. Kepemimpinan (Wejangan Bhagawan Sri Sathya Sai Baba)
  6. Kesaktian dan Keampuhan Mantra Gayatri
  7. Meditasi Cahaya Sathya Sai
  8. Menjadi Orang Tua Yang Baik
  9. **My Baba and I** (Bhs. Indonesia)
  10. Parenting (Bahasa Inggris)
  11. Pelangi Indah
  12. Percakapan dengan Bhagawan Sri Sathya Sai Baba
  13. Pertanyaan dan Jawaban Pekerja Aktif
  14. Sai Baba Manusia Luar Biasa
  15. Sai Baba Manusia Mengagumkan
  16. Sathya Sai Bhajan
  17. Sinar Kasih Dari Bukit Tandus
  18. The Conversation (Bahasa Inggris)
  19. Wacana Mutiara

Redaksi telah menerbitkan bundel tahunan Majalah Wahana Dharma, tahun 2011 dan 2012 (hard cover lux). SSG dan para bhakta silahkan pesan, persediaan terbatas.

# PERSEMBAHAN



*Acara makan adalah sebuah acara ritual yang suci, adalah sebuah korban suci atau yagna. Sehingga acara makan seharusnya tidak dilakukan pada suasana tegang atau gelisah. Makanan harus dipertimbangkan sebagai obat bagi penyakit yang di sebut lapar dan sebagai sesuatu yang menjaga kelangsungan hidup.*

*-BABA-*

*Kesucian makanan ditentukan oleh bahan makanan, peralatan yang digunakan, dan proses memasaknya harus bersih dan suci (orang yang memasak harus memiliki pikiran dan kebiasaan yang suci). Makanan menjadi tidak suci jika salah satu komponen tersebut tidak terpenuhi. Saat ini sangat sulit memastikan komponen tersebut, sehingga kita harus mengingat dan melaksanakan nasehat Baba yaitu "Engkau tidak boleh lupa dengan disiplin yang paling penting yaitu mempersembahkan makanan kepada Tuhan dengan doa yang tulus. Hal ini akan menyucikan makanan tersebut dan mengubahnya menjadi Prasadam yang menyehatkan fisik, mental dan spiritual"*

*-BABA-*

*Seorang Ibu harus menyiapkan sendiri makanan untuk keluarga, makanan yang disiapkan dengan penuh kasih dan disajikan dengan senyum akan jauh lebih baik daripada makanan yang disiapkan oleh juru masak sewaan dan disajikan dengan muka masam.*

*-BABA SSS. Vol.9, Chapter 13-*