



PURITY IS ENLIGHTENMENT KEMURNIAN ADALAH PENCERAHAN

**STUDY GUIDE
PANDUAN BELAJAR**



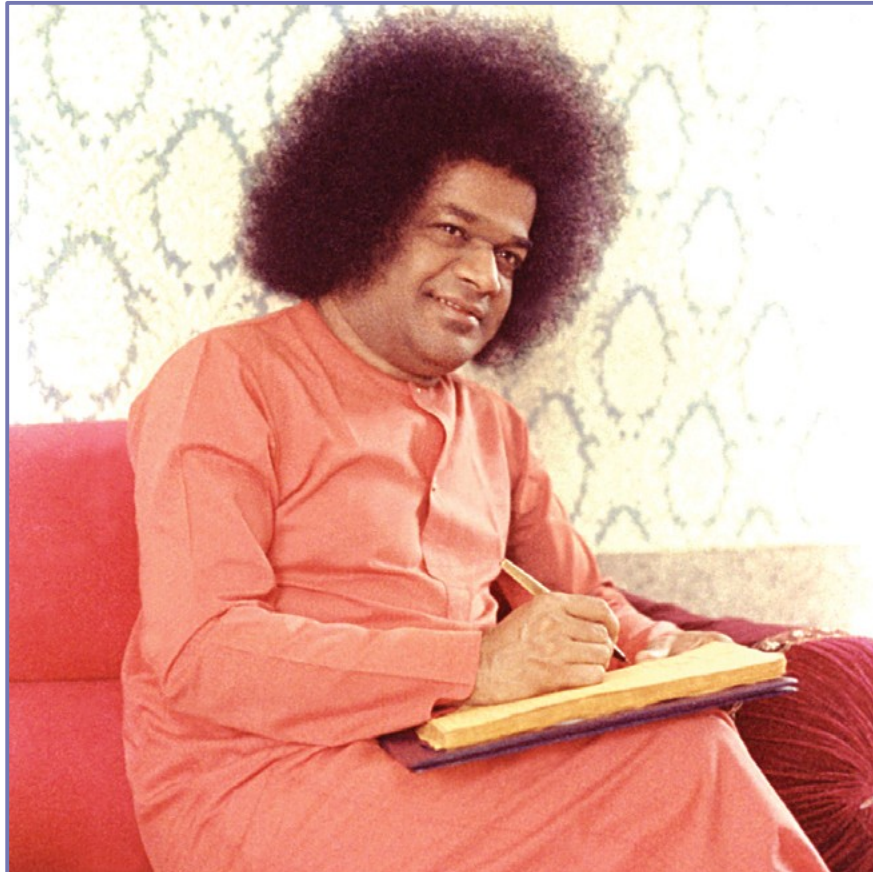
SATHYA SAI INTERNATIONAL ORGANISATION



©2019 Sathya Sai International Organisation

All Rights Reserved

sathyasai.org



Dedicated with love and reverence
at the divine lotus feet of

Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

The Embodiment of Divine Love

Table of Contents

Foreword	iii
----------------	-----

Section I

Introduction	1
1. Why is Purity Important?	3
2. Two Kinds of Purity – External and Internal.....	8
3. How to Develop Purity?	9
4. What are the External Factors Affecting Impulses? ..	16
5. How to Practice Purity?	21
6. How to Know if You have Developed Purity?	27
7. Purity in Worldly Relations	30
8. Purity in Nature	31
9. Purity in Sathya Sai Organisation.....	33
10. Exemplars of Purity.....	37

Section II

A Righteous Emperor and Virtuous Subjects	41
Students and <i>Satwic</i> Purity	49
Purity of the Heart is True Spiritual Discipline	54
Three Assets that You Must Safeguard	61

Kata Pengantar

"Practice what I teach, that is enough. That is all I ask."

Praktikkan apa yang Aku ajarkan, itu sudah cukup. Itu saja yang Aku inginkan.

–Sathya Sai Baba, 20 October 1963

Bhagawan Sri [Sathya](#) Sai Baba, the universal teacher, the embodiment of love and truth, teaches us the way to reach the ultimate and supreme goal of human life – namely, to realise our innate divinity and the divinity inherent in all creation. In His love for us, He has given us two key aphorisms: Unity is Divinity and Purity is Enlightenment. To attain unity and purity, He has also given four practical divine commandments – Love All; Serve All; and Help Ever; Hurt Never.

Bhagawan Sri [Sathya](#) Sai Baba merupakan guru universal, perwujudan akan cinta kasih dan kebenaran, mengajarkan kita cara untuk mencapai tujuan akhir dan tertinggi dari kehidupan manusia - yaitu, untuk mewujudkan keilahian bawaan kita dan keilahian yang melekat pada semua ciptaan Tuhan. Dalam kasih-Nya bagi kita, Beliau telah memberi kita dua kata mutiara yaitu: Kesatuan adalah Keilahian dan Pencerahan melalui kemurnian. Untuk mencapai persatuan dan kemurnian, Beliau juga telah memberikan empat perintah ilahi yang sangat praktis - Kasihilah Semua, Layani Semua, Selalulah Membantu, Jangan Pernah Menyakiti.

Baba lent His sacred name to the Sathya Sai Organisation wherein, as brothers and sisters, we can come together to realize the goal of life easily by following these aphorisms and commandments. He said that we can reach the *summum bonum* of existence by following His teachings immediately, implicitly and completely, with sincerity and absolute faith.

Baba memberikan nama-Nya yang suci untuk Organisasi [Sathya](#) Sai di mana, sebagai sesama kita dapat bersama-sama mewujudkan tujuan hidup dengan mudah dengan mengikuti kata-kata mutiara dan perintah-perintah ini. Beliau mengatakan bahwa kita dapat mencapai akhir kebaikan yang tertinggi dengan mengikuti ajaran-ajaran-Nya segera, dan secara implisit dan sepenuhnya, dengan ketulusan dan keyakinan.

Accordingly, the 11th World Conference of the Sathya Sai International Organisation (SSIO) will focus on two seminal teachings of Bhagawan, with the theme: **Unity is Divinity & Purity is Enlightenment**. To assist Sathya Sai devotees everywhere in their spiritual journey, two study guides, which are compilations of the essential teachings of Baba on Unity and Purity, have been developed.

Sesuai dengan Konferensi Dunia ke-11, Organisasi Internasional Sathya Sai (SSIO) akan fokus pada dua ajaran Bhagawan, dengan tema: *Unity is Divinity & Purity is Enlightenment* 'Kesatuan adalah Ketuhanan dan Kemurnian adalah Pencerahan. Untuk membantu para bhakta Sathya Sai dimanapun dalam perjalanan spiritual mereka, dua panduan belajar, yang merupakan kompilasi dari ajaran-ajaran penting Baba tentang Kesatuan dan Kemurnian yang telah dikembangkan.

Unity Is Divinity

The first Study Guide deals with the aphorism—Unity is Divinity. Swami says that just as we see different reflections of ourselves when we are surrounded by mirrors, the apparent multiplicity around us is just the many reflections of the one Self, which is our reality. Realisation of this fundamental unity leads to purity of mind. Through this purity, we are enlightened and realise our innate divinity and that everything and everyone is divine.

Kesatuan adalah Ketuhanan

Panduan Studi pertama berkaitan dengan pepatah – Kesatuan adalah Ketuhanan. Swami mengatakan itu sama seperti kita melihat refleksi-refleksi berbeda dari diri kita ketika kita dikelilingi oleh cermin, keragaman yang tampak di sekitar kita hanyalah refleksi dari Diri kita yang satu, yang merupakan realitas kita. Realisasi atas kesatuan yang mendasar ini mengarah pada kemurnian pikiran. Melalui kemurnian ini, kita mendapatkan pencerahan dan kita akan menyadari keilahian bawaan kita dan bahwa segala sesuatu di dunia ini dan semua orang mempunyai sifat keilahian

Baba says we are reflections of the one divinity, facets of the one immortal Self, and our essence is love—which is our own true nature, the *Atma* or divine Self. Although fundamentally One, unity manifests in many ways. At the fundamental level, all is God – *Isavasya Idam Sarvam*. The next level is unity in Nature – God is Nature; Nature is God. The one divinity is manifested in all of nature's multiplicity, and humanity is an integral part of nature. Unity can also be manifested at the levels of the individual, the family, the Sathya Sai Organisation and society. Bhagawan reminds us that Man (*Vyakthi*) is part of Society (*Samashti*), which is part of Creation (*Srushti*), which is part of God (*Parameshti*). The Study Guide explores the linkages, principles and practices of seeing unity in all these manifestations.

Baba mengatakan bahwa kita adalah cerminan dari satu keilahian, aspek dari Diri yang abadi, dan esensi kita adalah cinta yang merupakan sifat sejati diri kita, yaitu Atma atau Diri Sejati. Meskipun secara mendasar kita adalah satu, namun kesatuan terwujud dalam banyak hal. Pada level fundamental, semua adalah Tuhan - *Isavasya Idam Sarvam*. Tingkat berikutnya adalah kesatuan di Alam - Tuhan adalah Alam; Alam adalah Tuhan. Keilahian ini dimanifestasikan dalam semua keanekaragaman alam, dan manusia adalah bagian integral dari alam. Kesatuan juga dapat dimanifestasikan di tingkat individu, keluarga, Organisasi Sathya Sai, dan masyarakat. Bhagawan mengingatkan kita bahwa Manusia (Vyakthi) adalah bagian dari Masyarakat (Samashti), yang merupakan bagian dari Ciptaan (Srushti), yang merupakan bagian dari Tuhan (Parameshti). Panduan Studi ini mengeksplorasi hubungan, dasar, dan praktik untuk melihat kesatuan di dalam semua manifestasi ini.

Purity Is Enlightenment

The second Study Guide deals with the aphorism—Purity is Enlightenment.

Kemurnian adalah Pencerahan

Panduan studi yang kedua membahas mengenai pedoman – Kesatuan adalah Pencerahan.

Swami says that purity is essential for experiencing divinity and everlasting bliss. It is not possible to experience divinity unless we are pure – in fact, Swami says that all spiritual exercises, such as selfless service, devotional activities and education, are undertaken to purify the mind.

Swami bersabda bahwa kemurniaan sangatlah penting untuk merasakan keilahian dan kebahagiaan abadi. Adalah tidak mungkin dapat merasakan keilahian apabila kita tidak murni, bahkan Swami mengatakan bahwa semua aktivitas spiritual seperti Seva (pelayanan tanpa pamrih), aktivitas kebaktian dan pendidikan dilakukan untuk memurnikan pikiran.

How to develop purity? This is the crux of the matter, and Swami beautifully dilates on the importance of developing purity at a young age, and the various aspects of external and internal purity. External purity refers to purity at the body level, which includes purity of food, speech and action and purity of the place and environment. However, it is not enough if the body is clean — purity of the heart and mind is essential and Swami's teachings on developing inner purity (*Antahkarana Suddhi*) are listed in this section. In His infinite compassion, Bhagawan recommends specific steps to develop ten types of purity in day-to-day life, and gives directives on spiritual practices such as *namasmarana*, selfless service, meditation, etc. and how they should be performed.

Bagaimana caranya mengembangkan kemurnian? Inilah inti masalahnya, dan Swami menjelaskan dengan indah tentang pentingnya mengembangkan kemurnian pada usia muda, dan berbagai aspek kemurnian baik eksternal dan internal. Kemurnian eksternal mengacu pada kemurnian pada tingkat tubuh, yang meliputi kemurnian dalam makanan, ucapan dan tindakan serta kemurnian tempat dan lingkungan. Namun, itu saja tidak cukup, kemurnian hati dan pikiran juga sangat penting dan ajaran Swami tentang pengembangan kemurnian batin (*Antahkarana Suddhi*) dijelaskan dalam pembahasan ini. Dalam belas kasih-Nya yang tidak terbatas, Bhagawan merekomendasikan langkah-langkah spesifik untuk mengembangkan sepuluh jenis kemurnian dalam kehidupan sehari-hari, dan memberikan arahan tentang praktik spiritual seperti *namasmarana*, pelayanan tanpa pamrih atau *seva*, meditasi, dll. dan bagaimana cara untuk melakukannya.

The Study Guide also deals with Swami's admonitions on the pitfalls in the process of developing purity. He warns us about the obstacles, as we undertake *sadhanas* such as devotional singing, service activities, study circles etc., and provides practical solutions to

overcome them. He guides us to practice purity in thought, word and deed in our daily lives.

Panduan Studi ini juga membahas peringatan Swami mengenai segala rintangan yang akan dihadapi dalam proses pengembangan kemurnian. Beliau memperingatkan kita tentang hambatan-hambatan, sewaktu kita melakukan sadhana seperti dalam Bhajan, kegiatan pelayanan, *study circle* dan lain-lain, dan Beliau memberikan solusi praktis untuk mengatasinya. Beliau menuntun kita untuk mempraktikkan kemurnian dalam pikiran, perkataan, dan perbuatan dalam kehidupan kita sehari-hari.

The Study Guide expounds on love as the basis for developing purity. The more we develop love, the more pure we become. Finally, there is a short discussion on what we can learn from the examples of various spiritual masters, sages and saints who achieved purity.

Panduan Studi ini juga menguraikan cinta-kasih sebagai dasar untuk mengembangkan kemurnian. Semakin kita mengembangkan cinta-kasih, semakin murni pula diri kita. Pada bagian akhir akan ada diskusi singkat tentang apa yang bisa kita pelajari dari berbagai guru spiritual, orang bijak dan orang suci yang telah mencapai kemurnian.

Conclusion

The simplicity and beauty of the practical advice given by the Lord is of lasting value to all devotees engaged in spiritual advancement, at all times, wherever they may be. It also has practical value for sustained peace and prosperity of society and the world, at large.

Kesimpulan

Kesederhanaan dan keindahan akan nasihat praktis yang diberikan oleh Baba merupakan pelajaran abadi bagi semua bhakta yang terlibat dalam kemajuan spiritual, setiap saat, dimanapun mereka berada. Hal ini juga memiliki nilai praktis untuk perdamaian yang berkelanjutan dan kemakmuran masyarakat dan dunia, pada umumnya.

Let us study His nectarine words, understand them through discussions, study circles and workshops, and practice them sincerely. Let us resolve to move forward with unity, achieve purity and experience divinity in this very life.

Mari kita mempelajari kata-kata suci Beliau, dan memahaminya melalui diskusi, *study circle* dan lokakarya, dan mempraktikkannya dengan tulus. Mari kita bertekad untuk melangkah maju dengan kesatuan, untuk mencapai kemurnian dan merasakan keilahian dalam kehidupan ini.

Jai Sai Ram.

In the Loving Service of Sai,
Narendranath Reddy, M.D.
Chairman, Prasanthi Council
Sathya Sai International Organisation

PURITY IS ENLIGHTENMENT

KEMURNIAN ADALAH PENCERAHAN

INTRODUCTION

PENDAHULUAN

In the Study Guide on Unity, Bhagawan Sri Sathya Sai Baba beautifully elaborates on the first aphorism – ‘Unity is Divinity’. We now move to the second aphorism – ‘Purity is Enlightenment’. In order to understand this, once again, we turn to our beloved master’s message.

Di dalam Panduan Studi mengenai kesatuan, Bhagawan Sri Sathya Sai Baba dengan indah menjelaskan tentang pepatah, “Unity is Divinity” ‘Kesatuan adalah Ketuhanan’. Mari kita sekarang beranjak ke pepatah yang kedua yaitu “Purity is Enlightenment” ‘Kemurnian adalah Pencerahan’. Untuk lebih memahami pepatah ini, marilah kita kembali pada pesan Baba yang kita cintai.

We all have an understanding of the word ‘Purity’. This ‘Purity’ can be understood from various perspectives. Every religion/ philosophy has emphasised the importance of purity in our day-to-day lives as well as for the spiritual progress of human beings. However, there may be doubts and further clarifications needed on where to begin and how to develop purity. What are the milestones on this path? What are the fruits that we receive at each stage and what are the pitfalls that we may encounter in this pursuit? This Study Guide gives us the answers to these questions.

Kita semua memahami kata “ Purity ” atau Kemurnian. Kata “ Purity ” ini dapat di pahami dari berbagai perspektif. Setiap agama/filosofi telah menekankan tentang pentingnya kemurnian dalam kehidupan kita sehari-hari dan juga untuk kemajuan spiritual umat manusia. Namun, mungkin ada keraguan dan perlu klarifikasi lebih lanjut untuk memulai dan mengembangkan kemurnian. Apa saja jejak langkah dalam perjalanan ini? Apa keuntungan dan kerugian yang akan kita alami dalam proses pencapaian kemurnian ini? Panduan Studi ini akan memberikan jawabannya.

This book is a compilation of quotes from Bhagawan Baba’s Divine discourses distilled into a

purifying stream of Divine Wisdom on the topic “Purity is Enlightenment.” This offering has been compiled with the intention of aiding devotees’ understanding of this important aspect of Sathya Sai Baba’s teachings.

Buku ini adalah kumpulan kutipan dari ceramah Ilahi Bhagawan Sri Sathya Sai Baba yang disaring menjadi pembahasan tentang Kebijakan Ilahi dalam topik “Kemurnian adalah Pencerahan.” Persembahan ini telah disusun dengan tujuan membantu pemahaman para bhakta tentang aspek penting ajaran Sathya Sai Baba.

Following are the topics which will be covered:

1. Why is Purity is important?
2. Two kinds of Purity – External and Internal
3. How to Develop Purity?
4. What are the External Factors affecting Impulses?
5. How to Practice Purity? – Purity as a Sadhana
6. How to Know if You have Developed Purity? – Pitfalls
7. Purity in Worldly Relations
8. Purity in Nature
9. Purity in Sathya Sai Organisation
10. Exemplars of Purity

Berikut adalah beberapa topik yang akan dibahas :

1. *Mengapa Kemurnian itu penting?*
2. *Dua jenis kemurnian - Internal dan eksternal*
3. *Bagaimana mengembangkan Kemurnian?*
4. *Apa faktor eksternal yang mempengaruhi dorongan/kehendak?*
5. *Bagaimana Mempraktikkan Kemurnian - Kemurnian sebagai Sadhana*
6. *Bagaimana mengetahui jika engkau Mengembangkan Kemurnian? - Perangkap*
7. *Kemurnian dalam aspek duniawi*
8. *Kemurnian di Alam*
9. *Kemurnian dalam Organisasi Sathya Sai.*
10. *Contoh Kemurnian*

In the first chapter Sathya Sai Baba’s teachings help us to understand why purity is important. Baba said that purity is the hallmark of human birth. He also said that purity is essential for experiencing everlasting bliss and that everlasting bliss is Divinity — enlightenment itself. He goes on to explain both external and internal purity and how external purity influences internal purity.

Pada bab pertama ajaran Sathya Sai Baba membantu kita untuk memahami mengapa kemurnian itu penting. Baba mengatakan bahwa kemurnian adalah tanda lahir seorang manusia. Beliau juga mengatakan bahwa kemurnian sangatlah penting untuk bisa mengalami kebahagiaan abadi dan kebahagiaan abadi inilah yang merupakan pencerahan. Beliau melanjutkan dengan penjelasan mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemurnian baik secara eksternal maupun internal.

Having established the importance of purity, we move on the next chapter, which is, 'How to develop purity?' This is the essential question for all of us. Baba dilates on the importance of developing purity at a young age. Bhagawan Baba provides His invaluable guidance on how to practise purity in day-to-day life. Baba also gives various directives on sadhanas such as namasmarana (repetition of the name of God), seva (selfless service), meditation, etc and how they must be performed.

Setelah memahami pentingnya kemurnian, kita lanjut pada bab berikutnya yakni, Bagaimana cara untuk mengembangkan kemurnian?" Ini merupakan pertanyaan penting bagi kita semua dan Baba menjelaskan dengan detail pentingnya untuk memiliki sifat ini sejak usia dini. Bhagawan Baba memberikan bimbingan-Nya yang tidak ternilai tentang bagaimana cara mempraktikkan kemurnian ini dalam kehidupan sehari-hari. Baba juga memberikan berbagai arahan tentang Sadhana seperti Namasmarana (mengulang-ulang nama Tuhan), seva (kegiatan tanpa pamrih), meditasi , dsb dan bagaimana untuk melakukan semua ini.

Each of us have encountered pitfalls on the path to developing purity. Sathya Sai Baba's loving guidance on the obstacles we may encounter in the process of developing purity is given in the next chapter. This is specifically important for us as devotees within the Sathya Sai Organisation. We undertake many sadhanas (spiritual practices) such as devotional singing, selfless service activities, study circles, etc. What are the pitfalls that we encounter on this journey and how are we to overcome them? Sathya Sai Baba gives us the solution to these questions.

Masing-masing dari kita telah mengalami kegagalan di jalan menuju mengembangkan kemurnian. Bimbingan kasih Bhagawan Sri Sathya Sai Baba mengenai kesulitan yang mungkin kita temui dalam proses mengembangkan kemurnian dijelaskan pada bab selanjutnya. Ini secara khusus sangat penting bagi kita Bhakta di dalam organisasi Sathya Sai Baba. Kita melakukan berbagai Sadhana seperti berpartisipasi dalam Bhajan, seva, study circle, dll. Apa saja hambatan yang kita hadapi dalam perjalanan ini dan bagaimana cara untuk mengatasinya? Sathya Sai Baba memberikan kepada kita solusi untuk pertanyaan-pertanyaan ini.

Sathya Sai Baba said that Love is the basis for purity. The more we develop love in every aspect of our lives, the more our purity grows. Baba explains how purity can be developed by practicing selfless love — love for all beings equally; love which sees the Divinity in all; love which expects nothing in return. Manifesting such love will bring us success in all endeavours in our worldly relations.

Sathya Sai Baba mengatakan bahwa Cinta-kasih adalah dasar utama kemurnian. Semakin banyak kita mengembangkan cinta-kasih dalam segala aspek kehidupan kita, semakin cepat pula sifat kemurnian itu akan tumbuh. Baba mengatakan bagaimana kemurnian dapat dikembangkan melalui cinta-kasih tanpa pamrih, cinta-kasih yang sama untuk sesama makhluk hidup, cinta-kasih yang melihat sifat keilahian dalam semua, cinta-kasih yang tidak mengharapkan imbalan apapun. Mewujudkan cinta-kasih seperti itu dapat membawa keberuntungan dalam semua kegiatan duniwai kita.

Love for all beings means love for God's manifestation as Nature. Baba taught that all of the natural elements on which we depend for survival have been polluted through mankind's selfishness. In the next chapter, Sathya Sai Baba tells us how we can help to purify Nature, which has been polluted through humanity's overuse of Nature's resources.

Cinta-kasih terhadap sesama berarti mencintai Tuhan sebagai perwujudan Alam. Baba mengajarkan bahwa semua unsur alam yang menjadi sandaran kita untuk bertahan hidup telah tercemar melalui keegoisan umat manusia. Dalam bab selanjutnya, Sathya Sai Baba mengajarkan kita bagaimana kita dapat membantu memurnikan Alam, yang telah dicemari oleh manusia yang terlalu banyak menggunakan sumber daya Alam.

For members of the Sathya Sai Organisation, the next chapter is highly relevant and eminently practical. Here, Sathya Sai Baba explains the importance of purity in the Sathya Sai Organisation, with regard to service, devotional activities and the use of His Name.

Bagi anggota organisasi Sathya Sai, bab selanjutnya sangat relevan dan sangat praktis. Disini, Sathya Sai Baba menjelaskan pentingnya kemurnian dalam organisasi Sathya Sai, mengenai seva, kegiatan kebaktian, dan penggunaan Nama-Nya.

The final chapter provides stories recounted by Bhagawan Baba of those who have practised purity in their own lives, as well as examples from His own life. These examples are invaluable and inspiring for all of us who are walking the path of purity which leads back to Him.

Bab terakhir menyediakan kisah-kisah yang diceritakan oleh Bhagawan Baba tentang mereka yang telah mempraktikkan kemurnian dalam kehidupan mereka sendiri, serta contoh-contoh

dari kehidupan Beliau sendiri. Contoh-contoh ini sangat berharga dan menginspirasi bagi kita semua yang berjalan di jalan kemurnian yang mengarah kembali kepada-Nya.

WHY IS PURITY IMPORTANT? MENGAPA KEMURNIAN ITU PENTING

Purity is the Hallmark of Human Birth

Kemurnian adalah tanda hakiki dari kelahiran pada diri manusia.

of Human Birth 'Vyakti' is the term, very appropriately, used to refer to the individual man. The Sanskrit word means, "he who has manifested the Divinity in him"—that is the answer. With the heavy overlay of sadhana, that which is unmanifest (a-vyakta) becomes manifest (vyakta). He who has achieved that manifestation may be called 'vyakti', and not all humans qualify. Keep the mirror of the heart untainted by kama (desire), and its chief attendant krodha (anger); then, the God within clearly shines therein.

Sathya Sai Speaks Vol.11/Ch.21: 18 April 1971

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume11/ss11-21.pdf>

'Vyakti' adalah istilah yang sangat tepat digunakan untuk merujuk pada individu manusia. Kata 'Vyakti' berasal dari Bahasa Sanskerta yang berarti, 'dia yang telah memanifestasikan Keilahian di dalam dirinya' — itulah jawabannya. Dengan melakukan Sadhana yang berat, apa yang taktermanifestasi (a-vyakta) menjadi termanifestasi (vyakta). Dia yang telah mencapai manifestasi tersebut dapat dikatakan sebagai 'vyakti', dan tidak semua manusia dapat memenuhi syarat tersebut. Jagalah cermin hati yang takternodai oleh *kama* 'keinginan', dan kepala pelayannya *krodha* 'kemarahan'; dengan demikian, Tuhan yang berada di dalam diri akan bersinar dengan cemerlang.

Sathya Sai Speaks Vol.11/Ch.21: 18 April 1971

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume11/ss11-21.pdf>

Just as burning charcoal, if it loses its heat, becomes mere charcoal, and a piece of jaggery, if it loses its sweetness, becomes a lump of clay, likewise man remains truly human only as long as he adheres to the eternal dharma (which is represented by purity in thought, word and deed – trikarana shuddhi). Without this basic quality, man is only human in form and not his true nature.

Sathya Sai Speaks Vol.23/Ch.32: 21 Nov 1990

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume23/ss23-32.pdf>

Sama seperti membakar arang, jika arang tersebut kehilangan panasnya, maka arang tersebut hanyalah menjadi arang belaka, dan seperti sepotong gula merah, jika kehilangan kemanisannya, maka itu hanya menjadi segumpal tanah liat, demikian juga manusia akan tetap benar-benar menjadi manusia hanya sepanjang ia menganut dharma yang kekal (yang diwakili oleh kemurnian dalam pikiran, perkataan, dan perbuatan - *trikarana shuddhi*). Tanpa kualitas dasar ini, manusia hanyalah manusia dalam wujud fisik saja dan bukan sifat sejatinya.

Sathya Sai Speaks Vol.23/Ch.32: 21 Nov 1990

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume23/ss23-32.pdf>

Character does not mean good conduct alone. One should consider the fellow human beings as one's own brothers and sisters. One should develop bhava shuddhi (purity in feelings), which will ultimately lead to jnana siddhi (attainment of enlightenment).

Sathya Sai Speaks Vol.38/Ch.6: 16 March 2005

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume38/ss38-06.pdf>

Karakter bukan hanya berarti berbuat baik saja. Seseorang seyogyanya menganggap sesama manusia sebagai saudaranya sendiri. Setiap manusia hendaknya memiliki kemurniaan dalam perasaan; *bhava shudhi* yang pada akhirnya akan menuju kepada pencerahan, *jnana siddhi*.

Sathya Sai Speaks Vol.38/Ch.6: 16 March 2005

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume38/ss38-06.pdf>

The most important quality is purity. Today everything is polluted. Water, air and all the five elements are polluted. As a result, the mind of man is also polluted. How is purity to be achieved? Fill your minds with thoughts of God, dedicate all your actions to God and consider God as the inner motivator.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.36: 23 Nov 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/ss26>

Kualitas yang paling penting adalah kemurnian. Sekarang ini semua hal sudah tercemar. Air, udara, dan kelima elemen, semuanya sudah tercemar. Akibatnya, pikiran manusia juga menjadi tercemar. Bagaimana kemurnian dicapai jika seperti ini? Isilah mindamu dengan pikiran-pikiran tentang Tuhan, persembahkan semua tindakanmu pada Tuhan dan anggaplah Tuhan sebagai motivator di dalam diri.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.36: 23 Nov 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/ss26-36.pdf>

Purity (pavithram) is the true characteristic of a human being. This purity should be manifested in everything one does: in his thoughts, in what he sees or says and in all that he does. It is only when you display such purity that you can become embodiments of the Divine Atma. Then the

distinction between the Divine and the mundane disappears. Everything becomes Divinised. The difference between the object and the subject will also go. Everything then becomes *purnam* (the whole). The realisation of that wholeness is the real Guru Purnima not the offer of *padapuja* (ritual homage to the feet) to some Guru and obtaining a mantra from him. Resolve today to turn your thoughts to God, to strive for the purification of your heart and to seek Self-realisation.

Sathya Sai Speaks Vol.17/Ch.14: 13 July 1984

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume17/ss17-14.pdf>

Kemurniaan, *pavithram* adalah sifat sejati manusia. Kemurnian ini harus termanifestasi dalam segala kegiatan yang dilakukan seseorang, dalam pikirannya, dalam setiap apa yang dia lihat, dia katakan, dan segala hal yang dia lakukan. Hanya ketika engkau menunjukkan kemurniaan seperti itu, engkau menjadi perwujudan dari Atma Ilahi. Maka perbedaan antara Yang Ilahi dan yang duniawi akan hilang. Semuanya akan menjadi Ilahi. Perbedaan antara objek dan subjek juga akan hilang. Semuanya lalu menjadi *purnam* 'utuh'. Kesadaran akan kesatuan yang utuh inilah yang disebut Guru Poornima bukan persembahan *padapuja* 'persembahan ritual pada kaki' yang dilakukan kepada seorang Guru demi mendapatkan mantra suci darinya. Mulai hari ini alihkan pikiranmu kepada Tuhan, berjuang untuk pemurnian hatimu dan untuk mencari Realisasi Diri.

Sathya Sai Speaks Vol.17/Ch.14: 13 July 1984

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume17/ss17-14.pdf>

God does not consider how wealthy or how learned you are; He is concerned only with the sincerity and purity of your mind and heart and about how wholehearted and genuine your love is. Valmiki was a hunter. Nanda was an untouchable. Kuchela was a pauper. Dhruva and Prahlada were mere lads of five years. Sabari was a tribal woman, illiterate and uncivilised. But all of them had won God's grace in abundance, because of their wholehearted devotion, love and surrender. Follow the example of Sabari, who always thought of Sri Rama and His happiness, and dedicated all her thoughts, words, and deeds to Him alone, so much so that every action of hers was transformed and sublimated into the highest *tapas* (penance.) From her example, you must learn the lesson that meditation does not mean sitting idle in a particular posture of the body, as if you are posing for a photograph. As in her case, your entire life must become a continuous meditation wherever you may be staying and whatever you may be doing. Whatever you eat or drink must be offered to God as *naivedya* or holy offering. In this manner, if you offer everything to the Lord, you will naturally be prevented from engaging yourself in bad actions or evil ways in your life.

Summer Showers in Brindavan 1990/Ch.16: 3 June '90

<http://sssbpt.info/summershowers/ss1990/ss1990-16.pdf>

Tuhan tidak memandang seberapa kaya atau seberapa terpelajarnya engkau, Tuhan hanya peduli pada ketulusan dan kemurnian minda dan hatimu dan pada betapa sepenuh hati dan sejatinya cinta kasihmu. Valmiki adalah seorang pemburu. Nanda adalah seorang yang tidak dapat di sentuh. Kuchela hanyalah orang miskin. Dhruva dan Prahdala hanyalah anak laki-laki yang berusia lima tahun. Sabari adalah wanita suku yang tidak berpendidikan dan tidak beradab. Akan tetapi mereka semua telah memenangkan anugerah besar dari Tuhan, karena bakti, cinta kasih, penyerahan diri mereka yang sepenuh hati. Ikuti contoh Sabari, yang selalu memikirkan Sri Rama dan kebahagiaan-Nya, dan mendedikasikan semua pikiran, kata-kata, dan perbuatannya hanya kepada Sri Rama seorang, sedemikian rupa sehingga setiap tindakannya ditransformasikan dan disublimasikan menjadi pertapaan tertinggi. Dari contoh ini, engkau harus belajar bahwa bermeditasi tidak berarti duduk diam dalam posisi tubuh tertentu, seolah-olah engkau sedang berpose untuk foto. Seperti dalam contoh Sabari, seluruh hidupmu harus menjadi meditasi berkesinambungan di mana pun engkau berada dan apa pun yang engkau lakukan. Apa pun yang engkau makan atau minum harus dipersembahkan kepada Tuhan sebagai *naivedya* atau persembahan suci. Dengan cara ini, jika engkau mempersembahkan segalanya kepada Tuhan, secara alami engkau akan terhindar dari untuk melibatkan diri dalam tindakan buruk atau melakukan hal-hal jahat di dalam kehidupanmu.

Summer Showers in Brindavan 1990/Ch.16: 3 June '90

<http://sssbpt.info/summershowers/ss1990/ss1990-16.pdf>

If you want to visualise God, you must attain purity of the heart. You refer to a certain individual and say that he is your father. But the father is embarrassed at such reference since he is, in reality, the same Atma Tatwa (Atmic Principle) that is present in all the human beings.

You marry some girl and refer to her as your wife. But she is in fact, the embodiment of the Divine Atma. Similarly, you caress a child affectionately calling him your son. But the same child may tell you that he is not your son in reality, but the embodiment of Divinity. Thus, all relationships in this world are in fact, only Atmic relationships.

Sathya Sai Speaks Vol.38/Ch.24: 9 Oct 2005

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume38/d051009.pdf>

Jika engkau ingin memvisualisasikan Tuhan, engkau harus mencapai kemurnian hati. Engkau merujuk pada seorang individu tertentu dan mengatakan bahwa dia adalah ayahmu. Akan tetapi sang ayah malu dengan rujukan seperti itu karena pada kenyataannya, dia adalah *Atma Tatwa* 'Prinsip Atmic' yang sama yang ada pada semua manusia.

Engkau menikahi seorang gadis dan menyebutnya sebagai istrimu. Akan tetapi dia sebenarnya, adalah perwujudan Atma Ilahi. Demikian pula, engkau membelai seorang anak dengan sayang dan memanggilnya putramu. Akan tetapi anak yang sama dapat memberitahumu bahwa dia sebenarnya bukan putramu, tetapi perwujudan Keilahian. Jadi, semua hubungan di dunia ini sesungguhnya, hanyalah hubungan Atmic.

Sathya Sai Speaks Vol.38/Ch.24: 9 Oct 2005

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume38/d051009.pdf>

This body is bound to perish. The human lifespan is said to be hundred years, but nobody can be sure when the end will approach—in boyhood, youth, or old age, in town, forest, or water. Death is certain. People should know God as long as they have the body. This sacred human life is gifted only to realise Divinity.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.43: 10 April 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/d930410.pdf>

Tubuh ini pasti akan binasa. Umur manusia dikatakan seratus tahun, tetapi tidak ada yang bisa memastikan kapan ajal akan mendekat — di masa kanak-kanak, remaja, atau usia lanjut, di kota, hutan, atau air. Kematian merupakan suatu hal yang pasti. Orang harus mengenal Tuhan selama mereka memiliki tubuh. Kehidupan manusia yang sakral ini hanya diberikan hanya untuk menyadari sifat Keilahian.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.43: 10 April 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/d930410.pdf>

Worldly relations like father, mother, son, and daughter are based only on feelings. One develops attachment to them considering their name and form. Prior to birth, who is father and who is son? Prior to marriage, who is husband and who is wife? These relationships are temporary, like passing clouds. All come in between and then vanish.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.42: 9 April 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/d930409.pdf>

Hubungan duniawi seperti ayah, ibu, putra, dan putri hanya didasarkan pada perasaan. Seseorang mengembangkan keterikatan pada mereka dengan mempertimbangkan nama dan bentuk mereka. Sebelum lahir, siapa ayah dan siapa putra? Sebelum menikah, siapa suami dan siapa istri? Hubungan ini bersifat sementara, seperti awan yang berllau. Semua datang di antara kita dan kemudian menghilang.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.42: 9 April 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/d930409.pdf>

Only the Atma is true, eternal, and changeless. The Vedas also declare: It is attributeless (Nirguna), unsullied (Niranjana), the eternal (Sanathana), final abode (Niketana), permanent, pure, enlightened, free and the embodiment of sacredness (Nitya, Suddha, Buddha, Mukta, Nirmala, Swarupinam). That is the Atma.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.42: 9 April 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/d930409.pdf>

Hanya Atma yang sejati, abadi, dan tidak berubah. Veda juga menyatakan: Atma tidak memiliki atribut (*Nirguna*), tidak ternoda (*Niranjana*), abadi (*Sanathana*), tempat tinggal terakhir (*Niketana*), permanen, suci, dan tercerahkan, bebas, dan merupakan perwujudan kesucian (*Nitya, Suddha, Buddha, Mukta, Nirmala, Swarupinam*). Itu adalah Atma.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.42: 9 April 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/d930409.pdf>

Purity Is Essential For Enjoying Everlasting Bliss

Kemurnian penting untuk menikmati Kebahagiaan Abadi.

Every individual should regard the enquiry into nature of the Atma as the primary purpose of life. Purity of thought, word and deed is essential for this enquiry.

Sathya Sai Speaks Vol.18/Ch.3: 20 January 1985

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume18/ss18-03.pdf>

Setiap individu harus menganggap penyelidikan akan sifat dasar Atma sebagai tujuan utama kehidupan. Kemurnian pikiran, perkataan, dan perbuatan sangat penting untuk penyelidikan ini.

Sathya Sai Speaks Vol.18/Ch.3: 20 January 1985

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume18/ss18-03.pdf>

Man always craves for bliss. The first requisite for achieving Brahmananda (Supreme Bliss, Enlightenment) is a pure heart. Man's heart, which should be white like milk in its purity, is today filled with bad thoughts and feelings. Spiritual sadhana begins with the purification of the heart and transforming it into an ocean of milk. When the heart is filled with satwic (pure) qualities, it becomes like a milky ocean. Only then does it become a worthy dwelling for the Lord (Vishnu) whose abode is described as ksheerasagara (ocean of milk).

Sathya Sai Speaks Vol.20/Ch.9: 3 May 1987

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/ss20-09.pdf>

Manusia sangat membutuhkan kebahagiaan. Syarat pertama untuk mencapai *Brahmananda* (Kebahagiaan Tertinggi, Pencerahan) adalah hati yang murni. Hati manusia, yang seharusnya putih bagaikan susu dalam kemurniannya, saat ini diisi dengan pikiran dan perasaan buruk. Sadhana spiritual dimulai dengan pemurnian hati dan pentransformasian menjadi lautan susu. Ketika hati diisi dengan kualitas-kualitas *satwik* (murni), hati menjadi seperti lautan susu. Hanya dengan begitu hati manusia akan menjadi kediaman yang layak untuk Tuhan (Wisnu) dimana kediaman Beliau digambarkan sebagai *ksheerasagara* 'lautan susu'.

Sathya Sai Speaks Vol.20/Ch.9: 3 May 1987

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/ss20-09.pdf>

What is the cause for misery, conflict and suffering in the world today? It is the absence of purity in the hearts of men and women. The behaviour of men and women is responsible for the rise or fall of a nation. The country would not lack in anything, if there were men and women with pure hearts. But today hearts are completely polluted. Here is a piece of pure white paper. But what is written on one side makes it appear dirty. So too is the case with a man's heart; dirty feelings pollute it. Newspaper of today becomes a wastepaper tomorrow. The paper by itself does not have any smell. The same paper when used to pack jasmine flowers smells of them; it will smell of 'pakodas' or even of dry fish if it is used to pack them. When the heart is purified, it shines with compassion. Bad feelings and bad thoughts pollute the heart of man.

Sathya Sai Speaks Vol.34/Ch.19: 19 Nov 2001

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume34/ss34-19.pdf>

Apa penyebab kesengsaraan, konflik, dan penderitaan di dunia saat ini? Semua ini dikarenakan tidak adanya kemurnian di hati para manusia, laki perempuan. Perilaku laki dan perempuan bertanggung jawab atas jatuh atau banggunya suatu bangsa. Negara tidak akan kekurangan apa pun, jika ada laki-laki dan perempuan dengan hati yang murni. Akan tetapi saat ini, hati manusia sepenuhnya tercemar. Ini adalah selembar kertas putih murni. Akan tetapi apa yang tertulis di satu sisi membuatnya tampak kotor. Demikian juga halnya dengan hati seorang manusia; Perasaan kotor mencemari hatinya. Koran hari ini menjadi sampah keesokan harinya. Kertas itu sendiri tidak memiliki bau. Kertas yang sama ketika digunakan untuk mengemas bunga melati akan menjadi harum bunga melati; kertas yang sama akan berbau ikan apabila digunakan untuk membungkus ikan. Ketika hati dimurnikan, hati itu akan bersinar dengan belas kasih. Perasaan dan pikiran buruk mencemari hati manusia.

Sathya Sai Speaks Vol.34/Ch.19: 19 Nov 2001

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume34/ss34-19.pdf>

If you wish to enjoy enduring happiness, you have to fill your mind with pure thoughts and entertain fine feelings in your heart. Through good thoughts and good kindly actions, the heart gets pure and holy. In the journey of life, the body is like a cart and the heart is like a horse. Unless you feed the heart well, the journey cannot proceed properly. The heart has to be fed with good fodder in the form of satsangam (good company), satpravartana (good conduct) and good thoughts. And whatever is done should be an offering to God.

Sathya Sai Speaks Vol.20/Ch.9: 3 May 1987

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/ss20-09.pdf>

Jika engkau ingin menikmati kebahagiaan abadi, engkau harus mengisi mindamu dengan pikiran-pikiran yang murni dan mengisi hati dengan perasaan-perasaan yang baik. Melalui

pikiran yang baik dan tindakan yang baik, hati akan menjadi murni dan suci. Dalam perjalanan hidup, tubuh dapat diibaratkan sebagai gerobak dan hati sebagai kuda. Kecuali engkau memberi santapan pada hati dengan baik, maka perjalanan tidak bisa berjalan dengan baik. Hati (yang diibaratkan kuda) harus diberi pakan yang baik dalam bentuk *satsangam* 'pergaulan yang baik', *satpravartana* 'perilaku yang baik', dan pikiran yang baik. Dan apa pun yang dilakukan harus menjadi persembahan kepada Tuhan.

Sathya Sai Speaks Vol.20/Ch.9: 3 May 1987

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/sss20-09.pdf>

How is this peace to be achieved? The first requisite is purification of one's vision. The second requisite is the cultivation of sacred feelings within, which will be conducive to purity in speech. Harmony will promote a climate of peace. The well-being of society is bound up with the transformation of the individuals composing it. Righteous individuals alone can build a righteous community. A pure mind is essential for pure thoughts, pure vision and pure speech.

Sathya Sai Speaks Vol.31/Ch.3: 5 February 1998

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume31/sss31-03.pdf>

Bagaimana kedamaian ini bisa dicapai? Syarat pertama adalah pemurnian visi seseorang. Syarat kedua adalah pengembangan perasaan suci di dalam diri, yang akan menjadi kondusif bagi kemurnian dalam ucapan. Harmoni akan mempromosikan iklim perdamaian. Kesejahteraan masyarakat sangat berkaitan dengan transformasi individu yang membangunnya. Hanya Individu yang berbudi saja yang dapat membangun komunitas yang adil dan berbudi. Minda yang murni sangat penting untuk pikiran yang murni, visi yang murni, dan ucapan yang murni.

Sathya Sai Speaks Vol.31/Ch.3: 5 February 1998

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume31/sss31-03.pdf>

Purity is the Path to Divinity

Kemurniaan adalah jalan menuju Ketuhanan.

Purity follows unity and from purity, Divinity is attained. To attain Divinity, you have to cultivate purity and for purity you should live in harmony with all.

Kemurnian mengikuti kesatuan dan dari kemurnian, Keilahian akan tercapai. Untuk mencapai Keilahian, engkau harus memupuk kemurnian dan untuk kemurnian, engkau hendaknya hidup dalam harmoni dengan semuanya.

Where there is unity, there shall be purity. Where there is purity, there is Divinity. You all have to lead your lives keeping in view these three aspects of unity, purity and Divinity. You should not remain unconcerned with others' difficulties and suffering. Treat their suffering as your own. The one God dwells in the hearts of all people.

'Iswarah sarvabhutanam.' God is immanent even in ants and mosquitoes. There should be compassion in your heart.

Sathya Sai Speaks Vol.41/Ch.11: 20 July 2008

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume41/ss41-11.pdf>

Di mana ada kesatuan, disana akan ada kemurniaan. Di mana ada kemurnian, disana akan ada Keilahian. Engkau semua harus menjalani kehidupanmu dengan menjalankan ketiga aspek ini, kesatuan, kemurnian, dan keilahian. Engkau tidak boleh untuk tidak peduli pada kesulitan dan penderitaan orang lain. Perlakukan penderitaan mereka sebagai penderitaanmu. Tuhan yang Satu bersemayam di dalam hati setiap manusia. *'Iswarah sarvabhutanam.'* Tuhan berada di mana-mana bahkan di dalam semut dan nyamuk. Harus ada belas kasih di dalam hatimu.

The emphasis must be on the *sadhana* of purity and sacrifice. Purity is Divinity. Through sacrifice, there is purity of mind and heart. By purity, Divinity is realised. Sacrifice is an offering, a giving up to the Lord, a dedication to the Lord. What is to be sacrificed to the Lord is the sense of ego, of 'mine.' Once all sense of ego is sacrificed to the Lord, given up to the Lord, heart and mind are purified of ego-attributes and Divinity can then be realised. Conversations With Bhagawan Sri Sathya Sai Baba B, pp.214–215

http://media.radiosai.org/journals/Vol_05/01DEC07/02-conversations.htm

Penekanannya harus pada sadhana kemurnian dan pengorbanan. Kemurnian adalah Keilahian. Melalui pengorbanan, akan ada kemurnian minda dan hati. Dengan kemurnian, Keilahian terwujud. Pengorbanan adalah sebuah persembahan, sebuah pemberian kepada Tuhan, sebuah pengabdian kepada Tuhan. Apa yang harus dikorbankan kepada Tuhan adalah rasa ego, 'milikku'. Begitu semua perasaan ego dikorbankan kepada Tuhan, diserahkan kepada Tuhan, hati dan pikiran akan dimurnikan dari sifat-sifat ego dan Keilahian dapat terwujud.

Purity is the Path to Enlightenment

Kemurniaan adalah Jalan Menuju Pencerahan.

One who aspires to realise the principle of the Self and teach the same to others should first of all develop purity of heart. One who lacks purity of heart is not eligible to realise the Self and teach the same to others. The principle of the Self cannot be attained merely by education, scholarship and intelligence. Purity of heart is of utmost importance for this.

Sathya Sai Speaks Vol.29/Ch.9: 2 Sept 1996,
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960902.pdf>

Orang yang bercita-cita untuk mewujudkan prinsip Diri dan mengajarkan hal yang sama kepada orang lain, pertama-tama harus mengembangkan kemurnian hati. Seseorang yang tidak memiliki kemurnian hati, tidak memenuhi syarat untuk menyadari Diri sejati dan mengajarkan hal yang sama kepada orang lain. Prinsip Diri tidak dapat dicapai hanya dengan pendidikan, keserjanaan, dan kecerdasan. Kemurnian hati sangat penting untuk ini.

It is only when a man is pure that the intelligence blossoms. It is only with the blossoming of intelligence that *siddhi* (the spiritual goal or enlightenment) is attained.
Sathya Sai Speaks Vol.25/Ch.27: 31 August 1992
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume25/ss25-27.pdf>

Hanya ketika seorang yang murni maka kecerdasan dapat tumbuh. Hanya dengan tumbuhnya kecerdasan, maka *siddhi* 'tujuan spiritual atau pencerahan' dapat dicapai.

What is wisdom? Purity of thought, word and deed is true wisdom. Your body, mind and actions must be pure. On this basis it is said, "The proper study of mankind is man." It means that the unity of thought, word and deed is true humanness.

Sathya Sai Speaks Vol.35/Ch.22: 23 Nov 2002
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume35/ss35-22.pdf>

Apa itu kebijaksanaan? Kemurniaan akan pikiran, perkataan, dan perbuatan adalah kebijaksanaan sejati. Tubuh, minda, dan tindakanmu harus murni. Dengan dasar itu dikatakan " Studi yang tepat tentang manusia adalah manusia itu sendiri. Yang berarti bahwa kesatuan akan pikiran, perkataan, dan perbuatan adalah kemanusiaan sejati.

One should develop *bhava shuddhi* (purity in feelings), which will ultimately lead to *jnana siddhi* (attainment of enlightenment).

Sathya Sai Speaks Vol.38/Ch.6: 16 March 2005
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume38/ss38-06.pdf>

Seseorang harus mengembangkan *bhava shuddhi* 'kemurnian dalam perasaan', yang pada akhirnya akan mengarah pada *jnana siddhi* 'pencapaian pencerahan'.

Live up to the conviction that the eternal Divine is omnipresent. Maintain purity and harmony in thought, word and deed. That is the way to secure *Jnana-siddhi* (attainment of enlightenment).

Sathya Sai Speaks Vol.29/Ch.48: 3 Oct 1996,

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/ss29-48.pdf>

Hiduplah dan berbuat sesuai dengan keyakinan bahwa Keliahian yang kekal ada di mana-mana. Pertahankan kemurnian dan harmoni dalam pikiran, perkataan, dan perbuatan. Itulah cara untuk mengamankan *Jnana-siddhi* 'pencapaian pencerahan'.

Divinity is manifest in every living being. The same *Atmic Principle* (*Atma Tatwa*) is present not only in human beings but in every living being in the universe. But one has to have a pure and selfless heart to realise this truth. In order to realise this truth, you have to constantly contemplate on God. By doing so, your heart will become pure and peaceful. The moment you attain that stage, God will surely perceptibly manifest in you.

Sathya Sai Speaks Vol.38/Ch.24: 9 Oct 2005

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume38/d051009.pdf>

Keilahian termanifestasi dalam setiap makhluk hidup. Prinsip Atma yang sama (*Atma Tatwa*) tidak hanya ada pada manusia tetapi ada pada setiap makhluk hidup di alam semesta. Tetapi seseorang harus memiliki hati yang murni dan tidak mementingkan diri sendiri untuk menyadari kebenaran ini. Untuk menyadari kebenaran ini, engkau harus terus-menerus merenungkan Tuhan. Dengan melakukan itu, hatimu akan menjadi murni dan damai. Saat engkau mencapai tahap itu, Tuhan pasti akan mawujud secara jelas di dalam dirimu.

If you shed your ego and experience Divinity, you will get rid of your pain and enjoy lasting bliss. The Upanishads teach through stories the subtlest truths. You should understand their inner significance and taste the nectarine sweetness. This is possible only when there is *bhava-shuddhi* (inner purity). Purity of heart leads to *siddhi*— Self-realisation.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.33: 20 Oct 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/ss26-33.pdf>

Jika engkau meninggalkan ego dan merasakan Kelilahian, engkau akan menyingkirkan rasa sakit dan menikmati kebahagiaan abadi. Upanishad mengajarkan melalui kisah-kisah mengenai kebenaran yang tulus. Engkau harus memahami arti dan merasakan manisnya nektar. Hal ini hanya mungkin dirasakan ketika memiliki *bhava-shuddhi* 'kemurnian batin'. Kemurnian hati mengarah pada *siddhi*— Kesadaran diri.

A clear mirror reflects the rays of the sun. We can see the sun's image reflected by the calm surface of clear water. Likewise, the sacred vision of *Paramatma* (the Supreme Self) is revealed to an unperturbed and tranquil mind in which all thought waves have been calmed. A pure and holy heart will mirror the Divine glory of *Paramatma*.

Summer Showers in Brindavan 1979/Ch.3

<http://sssbpt.info/summershowers/ss1979/ss1979-03.pdf>

Cermin jernih memantulkan sinar matahari. Kita bisa melihat bayangan matahari yang dipantulkan oleh permukaan air tenang yang jernih. Demikian juga, visi suci dari *Paramatma* 'Atma yang Tertinggi' diungkapkan kepada minda yang tenang dimana semua gelombang pikiran berada dalam keadaan tenang. Hati yang murni dan suci dapat merefleksikan keagungan Ilahi dari *Paramatma*.

Meditation is meant to acquire purity of the spiritual heart, for, without attaining purity of the heart, the seat of awareness, God cannot be realised. Hence, one has to strive to attain purity of the spiritual heart. What kind of *sadhana* did Kamsa do in *Dwapara Yuga*? In fact, he was constantly abusing Lord Krishna. However, Lord Krishna was so compassionate that He gave His *darshan* (vision of His physical presence) to Kamsa. No *sadhana* would help in realising God, if one is devoid of purity of the heart. The different kinds of *sadhana* like fasting, meditation, etc., would help to develop one's faith in the omnipresent God who, in fact, resides as the indweller in you. People generally think that God gave *darshan* to such and such person. But the truth is God never gives *darshan* to people who have no purity of the heart. Hence, if you wish to have the *darshan* of God, you must develop purity of the heart. All kinds of *sadhana* are meant only to attain purity. The moment you attain purity of the heart, the omnipresent God will manifest right in front of you. Unfortunately, today in the world there is a dearth of gurus who can firmly lead the seeker on the path of purity. They confine themselves to some mechanical techniques of meditation, in exchange for money.

Sathya Sai Speaks Vol.38/Ch.24: 9 Oct 2005

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume38/d051009.pdf>

Meditasi dimaksudkan untuk memperoleh kemurnian hati spiritual, karena, tanpa mencapai kemurnian hati, kursi kesadaran Tuhan tidak dapat diwujudkan. Karena itu, seseorang harus berusaha untuk mencapai kemurnian hati spiritual. Sadhana jenis apa yang Kamsa lakukan di Dwapara Yuga? Bahkan, dia terus-menerus melecehkan Sri Krishna. Namun, Sri Krishna begitu berbelas kasih sehingga Beliau memberikan *darshan* 'kehadiran fisik-Nya' kepada Kamsa. Tidak ada sadhana yang akan membantu dalam menyadari kehadiran Tuhan, jika seseorang tidak

memiliki kemurnian hati. Berbagai jenis sadhana seperti puasa, meditasi, dll., akan membantu mengembangkan keyakinan seseorang kepada Tuhan yang ada dimana-mana yang pada kenyataannya, bersemayam di dalam dirimu. Orang-orang pada umumnya berpikir bahwa Tuhan memberikan darshan kepada orang-orang tertentu saja. Akan tetapi kebenarannya, Tuhan tidak pernah memberikan *darshan* kepada orang yang tidak memiliki kemurnian hati. Karena itu, jika engkau ingin mendapatkan *darshan* Tuhan, engkau harus mengembangkan kemurnian hati. Semua jenis sadhana hanya dimaksudkan untuk mencapai kemurnian. Saat engkau mencapai kemurnian hati, Tuhan yang Maha Ada akan muncul tepat di hadapanmu. Sayangnya, saat ini di dunia terdapat kelangkaan para guru yang dapat dengan sungguh-sungguh menuntun para pencari spiritual di jalan kemurnian. Mereka membatasi diri pada beberapa teknik meditasi, dengan imbalan uang

Dharma enables the *Atma* to be realised, without any mist or fog hiding it from view. The practice of *dharma* fills you with experience; through that experience, truth is established; the truth reveals clearly, and the vision grants liberation. People who are free from such inner encumbrances hiding the *Atma* may belong to any caste or stage of life; that does not matter; they do attain liberation. This mental purity (*anthahkara- na shuddhi*) is what the scriptures extol when they speak of salvation.

Dharma Vahini, Ch.8, p.35

<http://sssbpt.info/vahinis/Dharma/Dharma08.pdf>

Dharma memungkinkan Atma menjadi terwujud, tanpa kabut atau hal lain yang menyembunyikannya dari pandangan. Praktik Dharma akan mengisimu dengan berbagai pengalaman; melalui pengalaman itu, kebenaran dapat ditegakkan; kebenaran akan terungkap dengan jelas, dan pandangan ini dapat memberi kebebasan. Orang-orang yang bebas dari sitaan batin yang menyembunyikan Atma dapat merupakan orang dari kasta atau tingkat kehidupan apa pun; itu tidak masalah; mereka akan tetap mencapai pembebasan. Kemurnian mental ini (*anthahkara na shuddhi*) adalah apa yang dipuji oleh kitab suci ketika mereka berbicara tentang keselamatan.

2

TWO KINDS OF PURITY: EXTERNAL AND INTERNAL DUA JENIS KEMURNIAN: EKSTERNAL DAN INTERNAL

Purity (soucham) is of two kinds – external and internal. As regards internal purity, it should be noted that the mind is polluted by bad thoughts and bad desires, by attachments and aversions. You must strive to fill the mind with good and sacred thoughts. Qualities like love, kindness, compassion, forbearance and sympathy have to be developed to get rid of negative and bad thoughts.

Kemurnian (*soucham*) terdiri dari dua jenis, yaitu eksternal dan internal. Sehubungan dengan kemurnian internal, perlu dicatat bahwa minda dicemari oleh pikiran yang buruk dan keinginan yang buruk, oleh kemelekatan/keterikatan dan antipati. Engkau harus berusaha mengisi minda dengan pikiran yang baik dan suci. Sifat seperti cinta kasih, kebaikan, kasih sayang, kesabaran, dan simpati harus dikembangkan untuk menyingkirkan pikiran yang negatif dan pikiran yang buruk.

Sathya Sai Speaks Vol.22/Ch.26: 3 Sept 1989

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume22/ss22-26.pdf>

Both inner and outer purity are essential for man's physical and mental health. Most people are concerned about external physical cleanliness. People tend to ignore inner cleanliness in the belief that the heart and mind are not visible to others. But they should realise that the physical body is made up of the five elements and will return to the dust sometime or other. It is the state of the spirit that is important. Even the body should be regarded as the abode of the Spirit and cared for as such.

Kemurnian lahir dan batin, keduanya sangat penting untuk kesehatan fisik dan mental manusia. Kebanyakan orang mengkhawatirkan tentang kebersihan eksternal badan fisik. Orang-orang cenderung mengabaikan kebersihan batin dengan keyakinan bahwa hati dan minda tidak akan terlihat oleh orang lain. Tetapi mereka harus menyadari, pada suatu saat nanti, badan fisik yang terdiri dari lima unsur dan pada suatu saat nanti akan kembali menjadi abu. Keadaan Spiritlah yang penting. Bahkan badan jasmani seyogyanya dianggap sebagai tempat bersemayamnya Spirit atau roh dan untuk itu hendaknya dirawat dengan baik.

Sathya Sai Speaks Vol.20/Ch.9: 3 May 1987

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/ss20-09.pdf>

There should be both inner and outer purity. Bodily purity relates to the physical. It covers such cleansing acts as bathing, wearing clean clothes, eating pure food, and the like. Even in studies, the books should be wholesome and elevating. But mere external cleanliness without internal purity is of no value. Everyone, from the scholar to the common man, is concerned only about external cleanliness and not about the purity of the heart within. However pure the ingredients may be, if the vessel in which they are cooked is not clean, the food will be spoiled. For a man, his heart is the vessel, and he must see that it is kept pure and untainted. For the purification of the heart, everyone must undertake selfless service. Attachments and aversions, which pollute the mind, should be eschewed by concentrating on selfless service. It is only when the heart is pure that selfless service can be performed. Hence both bodily and mental purity are essential for a good devotee.

Harus ada kemurnian lahir dan batin. Kemurnian badan berhubungan dengan fisik. Hal ini mencakup aktivitas pembersihan seperti mandi, memakai pakaian bersih, makan makanan yang murni, dan sejenisnya. Bahkan dalam studi, buku-buku hendaknya berfaedah dan mengangkat. Tetapi kebersihan eksternal belaka tanpa kemurnian internal tidak akan ada nilainya. Semua orang, dari yang sarjana hingga yang awam, hanya mementingkan kebersihan eksternal dan bukan tentang kemurnian hati di dalam diri. Betapa pun murni bahan-bahannya, jika wadah yang digunakan untuk memasak tidak bersih, maka makanan yang dihasilkannya akan rusak nilai atau kualitasnya. Bagi seseorang, hatinya dapat diibaratkan sebagai wadah, dan dia harus memahami bahwa hati tetap murni dan tidak ternoda. Untuk pemurnian hati, setiap orang harus melakukan pelayanan tanpa pamrih. Keterikatan dan antipati, yang mencemari minda, harus dihindari dengan berkonsentrasi pada pelayanan tanpa pamrih. Hanya ketika hati murni, pelayanan tanpa pamrih dapat dilakukan. Oleh karena itu, baik kemurnian badan maupun mental, keduanya sangat penting bagi seorang bhakta yang baik.

Sathya Sai Speaks Vol.23/Ch.31: 20 Nov 1990

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume23/ss23-31.pdf>

3

HOW TO DEVELOP PURITY? BAGAIMANA MENGEMBANGKAN KEMURNIAN?

Purity From a Young Age

Kemurniaan sejak usia dini

The life span of man in the *Kali Yuga* (the Age of Kali – the age we are in) is very short. In the *Dwapara Yuga* (the previous Age), it was much longer. At the time of the *Mahabharat* War, Krishna was 76 years old, Arjuna was 74 years old, and Bhishma, the commander-in-chief of the Kaurava army, was 112 years old. See! In the *Dwapara Yuga*, a man of 70 years was considered a young boy. But today even a 17-year-old boy is weak like an old man. What is the reason? In those days, the heart of the people was very sacred because they practised three Ps: purity, patience, and perseverance. By practising these three Ps, they remained ever young. Therefore, instead of just teaching and propagating truth and righteousness, you should put them into practice in your life.

Sathya Sai Speaks Vol.29/Ch.75: 24 July 1996,

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960724.pdf>

Usia manusia di zaman Kali (Zaman Kali – zaman kita sekarang) ini sangatlah pendek. Pada zaman Dwapara (zaman sebelum ini), usia manusia lebih panjang. Pada saat perang Mahabharata, Krishna berusia 76 tahun, Arjuna berusia 74 tahun, dan Bhishma, panglima tertinggi pasukan Kaurava, berusia 112 tahun. Lihat! Pada zaman Dwapara, laki-laki usia 70 tahunan dianggap seperti lelaki muda. Akan tetapi sekarang anak usia 17 tahun sudah lemah seperti orang tua. Apa alasannya? Pada masa itu, hati mereka sangat suci karena sering mempraktikkan tiga P, *Purity* (kemurnian), *Patience* (kesabaran), *Perseverance* (ketekunan). Dengan mempraktikkan 3P ini, mereka tetap awet muda. Oleh karena itu, alih-alih hanya mengajarkan dan menyebarkan kejujuran dan kebenaran, engkau juga harus mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Young age is very important and sacred. In fact, it is the golden age. It should be free from the rust and dust of evil qualities. Students should have good qualities. All that they see, speak, hear, and do should be sacred. It is, therefore, necessary that first of all they fill their heart with love for God.

Sathya Sai Speaks Vol.29/Ch.59: 8 July 1996,

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960708.pdf>

Usia muda sangat penting dan suci. Bahkan, ini merupakan zaman keemasan. Harus bebas dari karat dan debu sifat-sifat jahat. Para pelajar harus mempunyai kualitas yang baik. Apa yang mereka lihat, ucapkan, dan dengar harus suci. Oleh karena itu sangat penting bagi mereka untuk memulai dengan mengisi hati mereka dengan cinta kasih kepada Tuhan.

But students today pay attention only to art but not heart. Heart is inside, art is outside. Art is worldly, heart is Divine. Art is related to worldliness (*pravritti*) whereas heart is related to spirituality (*nivritti*). The principle of *nivritti* is most sacred and sublime. This is described in *Vedanta* as: It is attributeless, unsullied, eternal, the final abode, pure, enlightened, free, and the embodiment of sacredness (*Nirgunam, Niranjanam, Sanathana Niketanam, Nitya, Shuddha, Buddha, Mukta, Nirmala Swarupi- nam*).

While making friends, do not hate anybody. Do not harm anybody. Bhagawan wants that you should all acquire education of this kind, with broad-mindedness and purity, and become a model for humanity. This is My benediction for you.

Sathya Sai Speaks Vol.32-2/Ch.15: 22 Nov 1999

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume32/sss32p2-15.pdf>

Akan tetapi, para pelajar sekarang lebih mementingkan tipu daya bukan hati. Hati berada di dalam dan tipu daya berada di luar. Tipu daya lebih ke duniawi, hati itu ilahi. Tipu daya lebih berhubungan dengan hal-hal duniawi (*pravritti*) sedangkan hati lebih berhubungan dengan spiritualitas (*nivritti*). Dasar dari *nivritti* (spiritualitas) lebih sakral dan agung. Hal ini digambarkan di dalam *Vedanta* sebagai: Hati itu tidak memiliki atribut, tidak memiliki cacat, bersifat eternal, merupakan tempat peristirahatan terakhir, murni, tercerahkan, bebas, dan merupakan perwujudan akan kesucian (*Nirgunam, Niranjanam, Sanathana Niketanam, Nitya, Shuddha, Buddha, Mukta, Nirmala Swarupi- nam*).

Pada saat berteman, janganlah membenci. Jangan merugikan siapa pun. Bhagawan menginginkan engkau untuk mendapatkan pendidikan jenis ini dengan minda yang luas dan murni dan menjadi contoh bagi kemanusiaan. Ini adalah berkat-Ku untukmu.

Every student should undertake *satkarmas* (good actions) which lead to *chitta shuddhi* (purity of mind). Where there is purity, there will be *jnana siddhi* (attainment of enlightenment). These are all within yourself only. You need not search for them anywhere outside.

Summer Showers in Brindavan 1990/Ch.16: 3 June '90

<http://sssbpt.info/summershowers/ss1990/ss1990-16.pdf>

Setiap pelajar harus menjalankan *satkarmas* 'tindakan yang baik' yang mengarah kepada *chitta shuddhi* 'kemurnian minda'. Di mana ada kemurnian, di sana akan ada *jnana siddhi* 'pencapaian pencerhaan'. Semua ini ada di dalam dirimu. Engkau tidak perlu mencarinya di luar.

Shankara suggested good company as the very first step in spiritual discipline. The company of the wise and the good will develop into detachment and love of silence and solitude. That will promote the disappearance of delusion (*moha*), which, according to Arjuna, is the fruit of listening to the *Bhagavad Geeta*. When that happens, one is established steadily in the reality of this and that, the identity of this with that (the *Tat-tvam*). Well, the recognition of that identity is the attainment of liberation.

Sathya Sai Speaks Vol.3/Ch.12: 28 April 1963

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume03/sss03-12.pdf>

Shankara memberikan saran bahwa pergaulan yang baik merupakan langkah awal dalam disiplin spiritual. Pergaulan orang bijak dan baik dapat mengembangkan diri untuk tidak terikat dan cinta akan keheningan dan kesendiriaan. Hal ini dapat mendorong hilangnya delusi atau khayalan (*moha*), yang seperti dikatakan Arjuna, merupakan hasil dari mendengarkan Bhagavad Gita. Manakala ini terjadi, seseorang ditetapkan secara mantap dalam realitas ini dan itu, identitas ini dan itu (*tat-twam*). Yah, pengakuan atas identitas tersebut merupakan pencapaian kebebasan.

The God who is the origin and the goal can be cognised only by the pure consciousness, after *chitta shuddhi* (cleansing of the mind) is attained. And, to cleanse the consciousness, one must start early. The race is won by those who start early and drive slowly; then, they reach safely, not otherwise. Put the little feet on the path of God; the joy of the first steps will lead them forward.

Sathya Sai Speaks Vol.10/Ch.8: 12 May 1970

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume10/sss10-08.pdf>

Tuhan yang merupakan sumber dan tujuan terakhir dapat dikenali hanya oleh kesadaran murni, setelah *chitta shuddhi* (pembersihan pikiran) tercapai. Dan untuk membersihkan kesadaran, seseorang harus memulai lebih awal. Perlombaan ini hanya dapat dimenangkan oleh mereka yang memulai lebih awal dan mengemudi dengan pelan, kemudian, mereka akan sampai dengan selamat bukan sebaliknya. Letakkanlah langkah kecil di jalan Tuhan, kebahagiaan yang didapat pada langkah pertama ini akan menuntun mereka untuk terus maju.

Developing External Purity

Mengembangkan Kemurniaan Eksternal.

Transformation at the individual level is absolutely essential. But today man is wasting his time in evil practices. He indulges in unholy activities day in and day out. He demeans himself by his evil habits. He kills animals and eats their flesh. Instead of purifying his mind, he debases it by taking intoxicants. He defiles time, which is the very form of Divinity, by gambling. He nurtures evil qualities by indulging in evil activities. In addition to this, he involves himself in demeaning activities like stealing and denigrating others. He reads vulgar books, which generate evil thoughts and violent feelings in him. As he indulges more and more in wicked activities, he also pollutes and corrupts the society. When individuals take to evil ways, the entire society degenerates. Teaching and propagation of spirituality is essential for the purification of the individual and the society.

Sathya Sai Speaks Vol.32-1/Ch.13: 28 April 1999

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume32/sss32p1-13.pdf>

Transformasi pada tingkat individu mutlak perlu. Akan tetapi, sekarang manusia membuang waktu mereka dengan melakukan tindakan jahat. Manusia memanjakan diri dengan melakukan hal-hal yang tidak suci setiap harinya. Ia merendahkan dirinya dengan melalui

kebiasaan buruk mereka. Ia membunuh binatang dan makan dagingnya. Alih-alih memurnikan pikirannya, ia malah merendahkannya dengan mengonsumsi racun ini. Ia mengotori waktu, yang merupakan perwujudan Keilahian, dengan berjudi. Ia memelihara sifat jahat dengan melakukan tindakan-tindakan jahat. Bukan hanya itu saja, ia juga melibatkan diri melakukan kegiatan yang merendahkan diri seperti mencuri dan merendahkan orang lain. Ia membaca buku-buku yang tidak pantas, yang melahirkan pikiran jahat dan perasaan-perasaan yang diwarnai kekerasan di dalam dirinya. Dengan terus-menerus melakukan hal ini, ia juga mencemari dan merusak masyarakat. Pada saat seorang individu melakukan tindakan jahat, seluruh lingkungan masyarakat menjadi merosot. Pengajaran dan penyebaran spiritualitas sangat penting untuk pemurnian individu dan masyarakat

Today, there is pollution in everything, such as the air we breathe, the water we drink, the sounds that are jarring to the ears and the food we consume. Because of this all-round pollution, man's health is affected. Apart from this, man's mind is also polluted, making him susceptible to diseases. Man should make an earnest endeavour to lead a serene and pure life. He should realise the truth that troubles and turmoil are temporary, like passing clouds. There is no scope for agitations to arise if one realises this truth.

Sathya Sai Speaks Vol.27/Ch.3: 21 January 1994

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume27/ss27-03.pdf>

Saat ini, pencemaran ada dimana-mana, seperti udara yang kita hirup, air yang kita minum, suara yang menggelegar ke telinga, dan makanan yang kita konsumsi. Akibat semua polusi ini, kesehatan manusia menjadi terganggu. Selain dari itu, minda manusia juga tercemar, yang membuatnya menjadi rentan terhadap penyakit. Manusia harus melakukan upaya dengan sungguh-sungguh untuk menjalani kehidupan yang tenang dan murni. Manusia harus menyadari bahwa masalah dan guncangan dalam hidup hanya bersifat sementara, bagaikan awan yang berlalu. Tidak ada ruang bagi hasutan-hasutan jika seseorang menyadari kebenaran ini.

The body is the temple where God dwells within and is installed in the heart. But it is not enough if you go on repeating this very pleasing axiom and pretend that you have joined the ranks of the good. To make that statement is a great responsibility. For, you must behave every moment, as if you are aware of the God within. The priest in the temple first cleans the altar, then he scrubs and polishes the vessels used for worship, and then, he pours water sanctified by *mantras* in order to cleanse the idol, and finally, he offers adoration through flowers and fragrance, reciting the meaningful names of God.

Sathya Sai Speaks Vol.11/Ch.21: 18 April 1971

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume11/ss11-21.pdf>

Tubuh ini merupakan Kuil tempat Tuhan berstana di dalam dan tertanam di dalam hati. Namun tidak cukup hanya dengan mengulang-ulang kebenaran yang sangat menyenangkan ini dan berpura-pura bahwa engkau sudah berada pada peringkat kebaikan ini. Untuk membuat pernyataan itu merupakan tanggung jawab yang besar. Karena engkau setiap saat harus berperilaku yang baik setiap saat seolah-olah engkau

menyadari bahwa ada Tuhan di dalam dirimu. Seorang pendeta di kuil pertama-tama akan membersihkan altar, lalu menggosok dan memoles peralatan sembahyangnya dan kemudian menuangkan air yang sudah disucikan dengan mantra untuk membersihkan patung-patung Tuhan dan akhirnya ia akan memberikan persembahan dengan bunga, sambil mengulang-ulang nama Tuhan.

Everyone has to observe purity in body, dress and manners. This is external purity. This is not enough. The mind also has to be kept pure. The thoughts should be clean. It is necessary to maintain both external and internal cleanliness. How is internal purity to be achieved? It is easy to maintain external cleanliness by washing and removing the dirt. How is one to recognise internal impurity and try to remove it? There is only one way. That is to recognise that in all beings, from the smallest insect to the highest, there is God. This awareness will make the mind pure.

Sathya Sai Speaks Vol.22/Ch.13: 20 June 1989

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume22/ss22-13.pdf>

Setiap orang harus memperhatikan kemurniaan dalam tubuh, pakaian, dan perilakunya. Ini merupakan kemurnian eksternal. Ini saja tidak cukup. Minda juga harus dijaga kemurniannya. Pikiran-pikiran juga harus bersih. Sangat penting untuk menjaga kebersihan baik eksternal maupun internal. Bagaimana cara mendapatkan kemurniaan internal? Sangatlah mudah untuk menjaga kebersihan eksternal dengan mencuci dan mengeluarkan kotoran. Bagaimana seseorang menyadari ketidakmurnian internal dan bagaimana cara menghilangkannya? Hanya ada satu cara. Yakni dengan menyadari bahwa di dalam semua makhluk hidup, dari serangga terkecil hingga makhluk tertinggi, ada Tuhan di dalamnya. Kesadaran ini akan membuat minda menjadi murni.

On a festival day every person in the house takes an oil bath early in the morning. Personal cleanliness is conducive to good health. Moreover, as the Divine dwells both inside and outside the body, external purity is also important. To achieve inner purity, one has to get rid of all bad qualities and cultivate good qualities. The significance of wearing new clothes on festival days is to replace the dirty linen in the mind by good thoughts. The heart is called *vastra*, which is the term used for cloth. Hence, inner purity has to be achieved by purifying the heart. The wearing of new clothes is intended to serve as a prelude to purifying the heart within. Thus, the different festival practices have an inner significance, apart from the external observances.

Sathya Sai Speaks Vol.25/Ch.27: 31 August 1992

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume25/ss25-27.pdf>

Pada hari raya setiap orang akan mandi dengan menggunakan minyak di pagi hari. Kebersihan diri sangat penting untuk menjaga kesehatan. Selain itu, karena Tuhan berada di dalam dan di luar tubuh, kemurnian eksternal juga sangat penting. Demi mencapai kemurnian internal, seseorang harus meyingkirkan semua kualitas buruknya dan memupuk kualitas baik. Pentingnya mengenakan baju baru pada saat hari raya adalah untuk mengganti kain kotor yang ada di dalam minda dengan pikiran baik. Hati ini disebut

sebagai *vastra*, istilah yang digunakan untuk pakaian. Oleh karena itu, kemurnian batin dapat diperoleh dengan kemurniaan hati. Memakai pakaian baru sebenarnya dimaksudkan sebagai sebuah awal pemurnian hati. Jadi pelaksanaan hari raya yang berbeda memiliki makna batin tersendiri, terlepas dari ketaatan bersadhana secara eksternal.

You have also to cleanse the senses, the instruments of action and knowledge and remove all the blemishes of bad habits, bad tendencies, feelings and thoughts. Render yourselves pure, steady and unselfish. Then only can you deserve the chance of worshipping the God within. Until then, the temple will be in ruins, infested with bats that revel in the darkness.

Sathya Sai Speaks Vol.11/Ch.21: 18 April 1971

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume11/sss11-21.pdf>

Engkau juga harus membersihkan indra, instrumen tindakan dan pengetahuan dan mengeluarkan semua noda berupa kebiasaan buruk, kecenderungan, perasaan, dan pikiran-pikiran buruk. Jadikan dirimu murni, stabil, dan tidak mementingkan diri sendiri. Setelah ini, engkau baru berhak mendapatkan kesempatan menyembah Tuhan yang ada di dalam diri. Di luar itu, kuil hanya akan menjadi runtuhan, penuh dengan kelelawar yang menyukai kegelapan.

One must have a body that is free from the taint of *himsa* (violence or harm). Men commit many acts of violence and many sinful acts with their hands. The body has been given to man primarily for practising *dharma* (righteousness). Such a sacred gift should be used only for rendering service to others and doing Godly actions. This is the way to purify the body. Therefore, when speech, mind and the body are purified, internal purity is ensured. *Suchi* (purity), thus, calls for internal purity as well as external cleanliness.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.29: 30 August 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/sss26-29.pdf>

Seseorang harus mempunyai tubuh yang bebas dari noda *Himsa* (kekerasan atau melakukan tindakan lain yang merugikan orang lain). Manusia banyak melakukan tindakan kekerasan dan berdosa dengan tangan mereka. Tubuh ini diberikan kepada manusia utamanya untuk mempraktikkan ajaran *Dharma* (kebenaran). Karunia suci ini hendaknya digunakan untuk memberikan pelayanan kepada sesama dan melakukan tindakan yang bersifat Ilahi. Ini adalah cara untuk memurnikan tubuh. Oleh karena itu, ketika perkataan, minda, dan tubuh dimurnikan, maka kemurnian internal pasti akan dicapai. *Suchi* (kemurnian), sebutan untuk kemurniaan internal serta kebersihan eksternal.

Let no one be proud about his beauty, strength and youth. The ravages of old age are ahead and will overwhelm him. Even while you feel puffed up by your strength and energy as a youth, age creeps on you irrevocably. With the body bent, wrinkles on the face and bleared eyes, the old man becomes a butt of jokes for juveniles, who call him an old monkey. What is lasting in all this? Everything is subject to change and decay in this world. Whether it be physical objects or individuals, all are transient and impermanent. Nothing

is lasting. Only your purity is permanent. Purity is the essential nature of man. But if man leads a polluted life, he is degrading himself.

Sathya Sai Speaks Vol.21/Ch.19: 12 July 1988

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume21/ss21-19.pdf>

Seseorang hendaknya tidak sampai bangga akan kecantikan, kekuatan, dan masa mudanya. Kerusakan dari masa tua ada di depannya dan akan membanjirinya. Bahkan ketika engkau merasa sombong akan kekuatan dan energimu sebagai anak muda, usia merayap padamu tanpa dapat ditarik kembali. Dengan tubuh bungkuk, keriput di wajah dan mata yang pucat, orang tua akan menjadi bahan lelucon bagi anak muda, dan akan memanggilnya dengan sebutan monyet tua. Apa yang abadi dari semua ini? Semua hal bisa berubah dan rusak di dunia ini. Apakah itu benda atau manusia, semuanya bersifat sementara dan tidak kekal. Tidak ada yang abadi. Hanya kemurniaanmu saja yang permanen. Kemurnian merupakan sifat dasar manusia. Akan tetapi, manusia menjalani hidup yang tercemar, mereka merendahkan diri mereka sendiri.

What is Antahkarana?

Apa itu Antahkarana?

Antahkarana is used both in common speech and in spiritual parlance. What is its form, its nature, its special quality, and what is its purpose? When we enquire along these lines, we find that the mind itself takes the subtle form of *antahkarana* (the inner activator). The mind assumes four forms: *manas*, *buddhi*, *chitta* and *ahamkara* (mind, intelligence, memory and ego). *Bud-dhi*, *chitta* and *ahamkara* are three subtle forms of the mind.

According to the function that is performed, the particular name is given. The same Brahmin, when he is performing in a temple, is called a priestly poojari (Brahmin); when he is working in the kitchen, he is called a Brahmin cook; when teaching students, he is called a *Brahmin* teacher, and when interpreting the *panchanga* (almanac) he is called a *panchanga brahmin*. In the same manner when the mind is engaged in thought processes, it is called *manas*. When it is engaged in the process of enquiry and discrimination between right and wrong, it is called *buddhi* (intelligence). The third name is *chitta*, the will or the decision-making agency. It has the function of memory. When the mind identifies itself with the body in action it is called *ahamkara* (I-am-the-doer).

Summer Course, 24 May 1990

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume23/ss23-14.pdf>

Antahkarana digunakan baik dalam tuturan umum maupun dalam keseimbangan spiritual. Apa bentuknya, sifat dasarnya, kualitas khususnya, dan apa tujuannya? Ketika kita bertanya sepanjang garis-garis ini, kita menemukan bahwa minda itu sendiri mengambil bentuk halus dari *antahkarana* 'penggerak batin'. Pikiran mengambil empat bentuk: *manas*, *buddhi*, *chitta*, dan *ahamkara* 'minda, kecerdasan, ingatan, dan ego'. *Buddha*, *chitta*, *ahamkara* adalah tiga bentuk halus dari minda.

Sesuai dengan fungsi yang dilakukan, nama tertentu diberikan. Sama halnya dengan Brahmana, ketika sedang melakukan pemujaan di sebuah kuil, disebut *poojari* 'Brahmana';

ketika sedang bekerja di dapur, ia disebut sebagai koki Brahmana; ketika mengajar siswa, ia disebut sebagai guru *Brahmana*, dan ketika menafsirkan *panchanga* 'almanak' dia disebut *panchanga brahmana*. Dengan cara yang sama ketika minda terlibat dalam proses pikiran, disebut sebagai *manas*.

Ketika minda dilibatkan dalam proses penelusuran dan pembedaan antara yang baik dan yang benar, maka disebut sebagai *buddhi* 'kecerdasan'. Nama ketiga adalah *chitta*, yang merupakan tempat untuk membuat keputusan. Ia memiliki fungsi untuk menyimpan memori. Ketika pikiran mengidentifikasi dirinya sebagai tubuh yang melakukan tindakan, maka disebut sebagai *ahamkara* (aku yang berbuat).

Antahkarana is the collective name for the *manas* (mind), *buddhi* (intelligence), *chitta* (will) and *ahamkara* (ego-sense).

National Symposium on Value Orientation 24 Sept 1987

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/ss20-20.pdf>

Antahkarana adalah nama kolektif untuk *manas* 'minda', *buddhi* 'kecerdasan', *chitta* 'kehendak', dan *ahamkara* 'ego'.

On the basis of differences in behaviour, the *antahkarana* (inner psyche) has been accorded four names. When it is concerned with thoughts, it is called *manas* (mind). When it is restless and wavering it is called *chitta* (consciousness). When it is concerned with enquiry and understanding, it is called *buddhi* (intellect). When it is associated with the sense of "mine" (possessiveness), it is called *ahamkara* (egoism). Why are four different names and attributes given to one and the same entity (the *antahkarana*)? The mind is preoccupied with distinctions and differences. The *buddhi* is concerned with oneness and reveals the Unity that underlies the diversity. All our efforts must be directed towards discovering the Unity that underlies the diversity rather than seeking to divide the One into the many.

Sathya Sai Speaks Vol.17-3-1983

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume16/ss16-06.pdf>

Atas dasar perbedaan dalam perilaku, *Antahkarana* 'jiwa batin' telah diberikan empat nama. Ketika berkaitan dengan pikiran, maka disebut sebagai *manas* 'minda'. Ketika gelisah dan goyah maka disebut sebagai *chitta* 'kesadaran'. Ketika berkaitan dengan penelusuran dan pemahaman, maka disebut sebagai *buddhi* 'kecerdasan'. Ketika dikaitkan dengan rasa "milikku" 'posesif', maka disebut sebagai *ahamkara* 'egoisme'. Mengapa empat nama dan atribut berbeda diberikan kepada satu entitas yang sama (*antahkarana*)? Minda disibukkan dengan perbedaan. Akal sehat (*buddhi*) hanya berfokus pada kesatuan dan mengungkapkan bahwa kesatuan mendasari keberagaman. Segala upaya kita harus diarahkan untuk menemukan kesatuan yang mendasari keberagaman daripada berusaha untuk memecahkan kesatuan menjadi banyak.

All our sense organs are externally visible and function externally: the eyes, the ears, etc. The mind, the intellect and the will operate internally and are internal instruments.

Therefore, they are called *antahka- rana* (internal instruments). By renouncing the responses of the internal organs, the enjoyment of objects perceived by the external senses becomes a form of sacrifice. Hence, the first task is to purify the *antah- karana*. This purification process calls for appropriate action. The *chitta* cannot be purified except through right action. "*Chithasya suddhaye karmah*," declares the *Veda Karma* (the prescribed actions) have to be done for purifying the mind. This means that one's *satkarmas* (good actions) should be performed without the desire for the fruits thereof. There should be no trace of self-interest. This has been described as *nishkama karma* (desireless action). This is also termed enjoyment coupled with renunciation.

Summer Course, 24 May 1991

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume24/ss24-10.pdf>

Semua indra terlihat dan berfungsi secara eksternal, mata, telinga dsb. Minda, intelek, dan keinginan akan berfungsi secara internal dan merupakan instrumen internal. Oleh karena itu, semua organ indra disebut sebagai *antahkarana* 'instrumen internal'. Dengan mengorbankan tanggapan organ internal, kenikmatan atas objek yang dirasakan melalui indra eksternal menjadi sebuah bentuk pengorbanan. Oleh karena itu, tugas pertama adalah memurnikan *antahkarana*. Proses pemurniaan ini memerlukan tindakan yang tepat. *Chitta* tidak dapat dimurnikan, selain dengan melakukan tindakan yang benar. *Chithasya suddhaye karmah*," menyatakan *Veda Karma* 'tindakan yang sudah ditentukan' harus dilakukan untuk memurnikan minda. Ini berarti bahwa *satkarmas* 'tindakan baik' seseorang harus dilakukan tanpa keinginan akan hasilnya. Tidak boleh ada jejak pementingan diri. Ini digambarkan sebagai *nishkama karma* 'tindakan tanpa keinginan'. Ini juga diistilahkan sebagai kesenangan yang digabungkan dengan penolakan..

Purification of Impulses leads to Purity of *Antahkarana*

Pemurniaan akan Dorongan hati mengarah kepada Kemurnian *Antahkarana*.

Though the body is mortal, the thoughts are immortal. The power of thought vibrations run around the world. As the heat waves, the electrical waves and light waves radiate, the mental waves too radiate. The thought vibrations are the cause for man's joy and sorrow, health and disease, woe and weal, birth and death. Man's life becomes meaningful if he conducts himself fully aware of the power of the thought vibrations. The entire world is suffused with mental vibrations. In fact, the whole world is the very manifestation of mental vibrations. Hence it is necessary to direct our thoughts on noble paths. Man's mind shines with resplendent purity if he cultivates noble thoughts, ideas and feelings. It is only by developing the purity of mind that we can ensure the purity of action. Only pure deeds can yield pure results.

Summer Showers in Brindavan 1993/Ch.5

<http://sssbpt.info/summershowers/ss1993/ss1993-05.pdf>

Walaupun tubuh ini sementara, tetapi pikiran abadi. Kekuatan vibrasi pikiran mengalir di seluruh dunia. Seperti gelombang panas, gelombang listrik dan gelombang cahaya beradiasi, gelombang mental juga beradiasi, vibrasi pikiran merupakan penyebab kesenangan dan

kesedihan seseorang, kesehatan dan penyakit, marabahaya dan kesejahteraan, kehidupan dan kematian. Kehidupan seseorang menjadi berarti apabila ia menyadari kekuatan vibrasi pikiran. Seluruh dunia diliputi oleh vibrasi pikiran. Sesungguhnya seluruh dunia merupakan manifestasi akan vibrasi mental. Oleh karena itu, sangat penting mengarahkan pikiran kita kepada jalan yang mulia. Minda manusia akan bersinar dengan kemurniaan yang cemerlang apabila ia menanamkan pikiran, ide, dan perasaan yang mulia. Hanya dengan mengembangkan kemurniaan minda, baru kita dapat memastikan kemurniaan pada tindakan. Hanya perbuatan yang murni yang dapat memberikan hasil yang murni.

One should not act as his fancies dictate. Before doing anything, one should consider whether it is proper or improper. Nothing should be done in haste on the impulse of the moment. Only then will one's actions be *satwic* (pure) and free from *rajasic* (stimulating) and *tamasic* (dulling) feelings.

Sathya Sai Speaks Vol.20/Ch.9: 3 May 1987

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/ss20-09.pdf>

Seseorang seharusnya tidak bertindak sesuai dengan keinginannya. Sebelum melakukan sesuatu, seseorang harus mempertimbangkan apakah itu layak untuk dilakukan atau tidak. Seyogyanya tidak ada tindakan yang dilakukan dengan tergesa-gesa pada dorongan saat itu. Hanya dengan demikian, maka tindakan seseorang akan menjadi *satwik* 'murni' dan bebas dari perasaan *rajasik* 'menstimulasi' dan *tamasik* 'lamban'.

'*Suchi*' means purity. This term does not merely refer to the external cleanliness of the physical body. *Sadhakas* (spiritual aspirants) need internal purity also. What are the implications of inner purity? All the actions a man does, emanate from internal impulses and not from external forces. They are a reflection of his inner being. It is only when man has pure feelings within him that his actions can be pure. When he is polluted within, all his actions will be impure.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.29: 30 August 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/ss26-29.pdf>

Suchi berarti kemurniaan. Istilah ini tidak hanya merujuk pada kebersihan eksternal tubuh. *Sadhakas* 'aspiran spritual' juga memerlukan kemurnian internal. Apakah implikasi kemurnian internal? Semua tindakan yang dilakukan seseorang berasal dari dorongan internal dan bukan dari kekuatan eksternal. Tindakan tersebut merupakan refleksi dari batinnya. Hanya ketika seseorang memiliki perasaan murni di dalam diri maka tindakan-tindakannya bisa menjadi murni. Apabila batin seseorang tercemar, maka semua tindakannya akan menjadi tidak murni.

The impulses operate so subtly and so powerfully. Just as the seed contains within itself the trunk, branches, twigs, leaves, flowers, and fruits, so too, all this lies dormant in the impulse. The impulses are the cause of all the objective unhappiness. If they are absent, the mind is pellucid and pure. If they are present, all purity is ruined; they are obstacles in the path of truth, of *Atma*, and of immortality. A mind free from impulses is transmuted and is no longer mind.

Dhyana Vahini, Ch. 11, p.40

<http://sssbpt.info/vahinis/Dhyana/Dhyana11.pdf>

Dorongan hati seseorang bergerak dengan sangat halus dan begitu kuat. Seperti halnya benih berada di dalam batang, cabang, ranting, daun, bunga, dan buah, demikian pula, semua ini terletak di dalam dorongan hati. Dorongan hati merupakan penyebab ketidakbahagiaan. Apabila dorongan ini tidak ada, maka pikiran akan menjadi lebih jernih dan murni. Apabila dorongan ini ada, maka semua kemurniaan akan rusak, dorongan-dorongan ini adalah rintangan di jalan kebenaran, di jalan Atma, dan di jalan keabadian. Minda yang bebas dari dorongan ini ditransmisikan dan bukan lagi merupakan minda.

Nature (*prakriti*) is the world of impulses (*vasanas*). The mind is attracted toward Nature and the external objects of the world by means of this tendency for attachment and starts contemplating on the objects and dwelling on their qualities because of these impulses. Without impulses, the mind will not be affected at all by the objective world. The mind is like a piece of cloth; it takes on any colour with which it is dyed. Pure (*satwic*) impulses make it white, restless (*rajasic*) ones change it into red, while ignorant (*tamasic*) ones give it a black colour. The mind is shaped by the type of impulses with which it is filled. One has to undertake meditation and concentration (*dharana*) in order to destroy these impulses. The mind is but a bundle of impulses.

Dhyana Vahini, Ch. 11, p.40

<http://sssbpt.info/vahinis/Dhyana/Dhyana11.pdf>

Alam (*prakriti*) ini merupakan *vasanas*, dunia dari dorongan-dorongan. Minda tertarik akan alam dan objek-objek eksternal dunia melalui kecenderungan keterikatan ini dan mulai merenungkan objek duniawi dan terus memikirkan kualitasnya. Tanpa dorongan ini, minda tidak akan terpengaruh dunia objektif. Minda seperti sehelai kain, yang akan mengambil warna ke dalam warna apa saja kain itu dicelup. Dorongan murni (*satwik*) membuatnya menjadi putih, kegelisahan (*rajasic*) akan mengubahnya menjadi merah, sedangkan bebal dan ketidakacuan (*tamasic*) akan memberikannya warna hitam. Pikiran dibentuk dengan dorongan yang mengisinya. Seseorang harus melakukan meditasi dan konsentrasi (*dharana*) untuk menghancurkan dorongan-dorongan ini. Minda tidak lain dari seikat dorongan.

By yielding to *tamasic* (dulling) and *rajasic* (stimulating) impulses, man today has turned his heart into *kshaarasagara* (ocean of salt). In the saltish ocean, we have sharks and whales. Likewise, in the heart of the evil-minded, bad qualities like lust, anger, greed and envy flourish. It is folly to give room to such evil forces. They must be removed totally so that the Lord may find His rightful place in a heart that is pure and holy, filled with *satwic* (pure) qualities. Each one should perpetually examine whether good thoughts and impulses are growing in his heart or whether bad thoughts are getting rooted. While doing daily worship, one should invoke the presence of various deities through appropriate *mantras* (holy sound formulae). Simultaneously, one should call upon the demoniac forces to quit the place.

Sathya Sai Speaks Vol.20/Ch.9: 3 May 1987

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/ss20-09.pdf>

Dengan menyerah kepada dorongan *tamasic dan rajasic*, manusia dewasa ini telah berubah hatinya menjadi *kshaarasagara* 'lautan garam'. Di dalam lautan garam, terdapat ikan paus dan hiu. Demikian juga, di dalam hati mereka yang berpikir jahat, sifat buruk seperti nafsu, kemarahan, ketakutan, dan iri hati berkembang. Adalah kebodohan memberikan ruang untuk kekuatan jahat seperti itu. Sifat tersebut harus disingkirkan sepenuhnya agar Tuhan bisa mendapatkan tempat yang layak di dalam hati, yang murni dan suci yang dipenuhi dengan kualitas murni (*satwik*). Setiap orang harus terus mengecek apakah pikiran dan dorongan yang baik sedang tumbuh di dalam hatinya atau pikiran-pikiran buruk yang semakin mengakar. Sambil melakukan pemujaan setiap hari, seseorang hendaknya memohon kehadiran dewa-dewa melalui *mantra* 'formula suara suci' yang tepat. Di saat yang bersamaan, seseorang juga harus memanggil kekuatan jahat untuk meninggalkan tempat tersebut.

The one who is a slave to impulses and tendencies (*vasanas*) is devoid of wisdom (*jnana*). That one is, in truth, a weakling! But let me assure you that there is no cause for alarm. As soon as impulses are uprooted, that person can earn back the Divine nature that was lost by neglect.

Dhyana Vahini, Ch. 11, p.40

<http://sssbpt.info/vahinis/Dhyana/Dhyana11.pdf>

Seseorang yang menjadi budak bagi dorongan dan kecenderungan sama sekali tidak memiliki kebijaksanaan. Orang tersebut sebenarnya adalah orang lemah. Akan tetapi biarkan Aku meyakinkan kalian bahwa tidak perlu ada yang dikhawatirkan. Segera setelah dorongan ini dicabut dari akarnya, orang tersebut dapat memperoleh kembali hakikat ketuhanannya, yang telah hilang akibat terabaikan.

It is because of ego that you are not able to visualise the *divya jnana jyoti* (Divine flame of wisdom). How does ego enter your mind? It enters your mind when you give up the path of truth. You become egoistic when you do not know your true self and develop worldly thoughts and feelings. In order to drive away ego, you should keep your worldly thoughts and feelings under control. It is impossible to acquire wisdom without getting rid of ego. To have the vision of the effulgent light of *Atma*, you have to remove the soot of ego covering your mind.

Sathya Sai Speaks Vol.35/Ch.22: 23 Nov 2002

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume35/ss35-22.pdf>

Adalah karena Ego, engkau tidak dapat melihat *divya jnana jyoti* 'api kebijaksanaan Ilahi'. Bagaimanakah cara ego memasuki mindamu? Ego memasuki mindamu manakala engkau meninggalkan jalan kebenaran. Engkau menjadi egois manakala engkau tidak menyadari jati dirimu dan mengembangkan pikiran dan perasaan duniawi. Untuk menyingkirkan ego, engkau harus mengendalikan pikiran dan perasaan duniawimu. Mustahil untuk mendapatkan kebijaksanaan tanpa melepaskan ego. Agar memiliki penglihatan atas kilau cahaya *Atma*, engkau harus menghapus jelaga ego yang menutupi mindamu.

Shankara knew that nondualism requires intense spiritual effort of will to remove all trace of ego, all idea of duality, from the mind of the human being. So, as a preparatory discipline to the dawn of the awareness of one's real unity with the substance of the universe, he taught the rules of yoga (union with the Divine) and devotion and karma. These, according to him, will brighten the intellect, cleanse the emotions, and purify the heart.

Sathya Sai Speaks Vol.3/Ch.12: 28 April 1963

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume03/ss03-12.pdf>

Shankara tahu bahwa nondualisme membutuhkan upaya spiritual untuk menghapus semua jejak ego, semua ide tentang dualitas, dari minda manusia. Jadi, sebagai persiapan untuk mendisiplinkan kesadaran seseorang akan substansi alam semesta, ia mengajarkan aturan-aturan yoga 'kesatuan dengan Ilahi' dan bakti dan karma. Ini, menurut Beliau, dapat menerangi intelek, membersihkan emosi, dan memurnikan hati.

WHAT ARE THE EXTERNAL FACTORS AFFECTING IMPULSES?

APA SAJA FAKTOR EKSTERNAL YANG MEMPENGARUHI DORONGAN?

Importance of Food In the Pursuit of Purity

What is the meaning of satwic (pure) food? The prevalent notion is that fruits and milk constitute satwic food. But that is not all to it. What is consumed by the mouth is not the only food that enters the body. The other sense organs, like the eyes, the ears, the nose, and the hands, also consume objects from the external world. Hence, just because a person takes fruits and milk through one of the five sense organs, he cannot claim to have taken satwic food, unless the food taken by him through all the five senses is satwic in nature. When you get rid of the five evils associated with the pollution of speech, sight, hearing, thought and action, you will be able to realise your own Divinity and become Paramatma (Supreme Soul). If the senses are fed with polluted food, you cannot become pure merely by taking milk and fruit. You must partake of pure satwic food through all the five sense organs.

Pentingnya Makanan Dalam Mengejar Kemurnian

Apa arti dari makanan satwik (murni)? Berdasarkan pendapat umum, buah-buahan dan susu merupakan makanan satwik. Tetapi itu belum semuanya. Apa yang dikonsumsi oleh mulut bukanlah satu-satunya makanan yang masuk ke dalam tubuh. Organ-organ indera lainnya, seperti mata, telinga, hidung, dan tangan, juga mengonsumsi berbagai hal dari dunia luar. Oleh karena itu, hanya karena seseorang mengonsumsi buah-buahan dan susu melalui salah satu dari lima organ indera, ia tidak dapat mengklaim telah mengonsumsi makanan satwik, kecuali jika makanan yang dikonsumsi olehnya melalui semua panca indera adalah satwik di alam. Ketika engkau menyingkirkan lima kejahatan yang berhubungan dengan polusi ucapan, penglihatan, pendengaran, pikiran, dan tindakan, engkau akan dapat mewujudkan Keilahianmu sendiri dan menjadi Paramatma (Jiwa Tertinggi). Jika indera diberi makan dengan makanan yang tercemar, engkau tidak dapat menjadi murni hanya dengan mengonsumsi susu dan buah. Engkau harus mengonsumsi makanan satwik murni melalui kelima organ indera.

Summer Showers in Brindavan 1990/Ch.2: 20 May '90

<http://sssbpt.info/summershowers/ss1990/ss1990-02.pdf>

Strive to attain purity of heart. Let this be your foremost endeavour. With purity of heart, you can achieve anything. In order to attain purity of heart, you have to partake of sacred food.

Berusaha keraslah untuk mencapai kemurnian hati. Biarkan ini menjadi upaya yang terpenting bagimu. Dengan kemurnian hati, engkau bisa mencapai apapun. Untuk mencapai kemurnian hati, engkau harus mengonsumsi makanan yang suci.

Sathya Sai Speaks Vol.35/Ch.22: 23 Nov 2002

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume35/ss35-22.pdf>

Krishna answered immediately. ... 'There are three types of qualities (gunas): pure, passionate, and dull (satwic, rajasic, tamasic). They are based on the inner consciousness (antahkarana). That too depends on the intake of food. You are what you feed on, and your activities shape your nature. So at least in this birth, by regulating food and recreation, people can overcome the demonic (passionate and dull) tendencies that tend to prevail upon them. Through planned self-effort, they can promote tendencies toward purity.' This advice was tendered lovingly by the Lord to the eager inquirer, Arjuna.

Krishna segera menjawab. ... 'Ada tiga jenis kualitas (guna): murni, bersemangat, dan lamban (satwic, rajasic, tamasic). Mereka didasarkan pada kesadaran batin (antahkarana). Itu semua tergantung pada asupan makanan. Engkau adalah apa yang engkau makan, dan aktivitasmu membentuk sifatmu. Jadi setidaknya dalam kelahiran ini, dengan mengatur makanan dan rekreasi, orang dapat mengatasi kecenderungan setan (bersemangat dan lamban) yang cenderung menang atas mereka. Melalui usaha mandiri yang terencana, mereka dapat meningkatkan kecenderungan menuju kesucian. 'Nasihat ini diberikan dengan penuh kasih oleh Tuhan kepada penanya yang bersemangat, Arjuna.

Geeta Vahini, Ch. 26, p.114

<http://sssbpt.info/vahinis/Gita/Gita26.pdf>

Have your food only after praying and offering it to God. Only then the food will become sanctified and illumine your intellect. Before partaking of food, you should pray, Brahmarpanam Brahma Havir Brahmagnou Brahmanahutam Brahmaiva Thena Ganthavyam Brahma Karma Samadhina (The act of offering is God. The oblation is God. By God it is offered into the Fire of God. God is That which is to be attained by him who performs action pertaining to God). If you pray with sacred feelings, the food gets sanctified.

Makanlah makananmu hanya setelah berdoa dan mempersembahkannya kepada Tuhan. Hanya dengan demikian makanan akan menjadi suci dan dapat menerangi intelek-mu. Sebelum mengambil makanan, engkau harus berdoa, Brahmarpanam Brahma Havir Brahmagnou Brahmanahutam Brahmaiva Thena Ganthavyam Brahma Karma Samadhina (Tindakan persembahan adalah Tuhan. Persembahan kepada Tuhan adalah Tuhan. Dari Tuhan itu dipersembahkan ke dalam Api Tuhan. Tuhan adalah apa yang harus diperoleh olehnya yang melakukan tindakan yang berkaitan dengan Tuhan). Jika engkau berdoa dengan perasaan suci, makanan itu akan disucikan.

Sathya Sai Speaks Vol.35/Ch.22: 23 Nov 2002

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume35/ss35-22.pdf>

Those who wish to develop purity of heart should be careful with regard to their food and

habits. The human body digests food; the subtle part of it becomes bones, muscles and blood and the subtlest part of food becomes the mind. Therefore, food is responsible for the good and bad nature of the mind. As is the food, so is the mind. Hence, it is necessary to eat pure and sacred (satwic) and wholesome food in moderation. In days of yore, sages and saints lived in forests eating only fruits and tubers to sustain themselves. Because of such pure (satwic) food, they could lead their lives peacefully.

Mereka yang ingin mengembangkan kemurnian hati harus berhati-hati sehubungan dengan makanan dan kebiasaan mereka. Tubuh manusia mencerna makanan; bagian halusny menjadi tulang, otot, dan darah dan bagian makanan yang halus menjadi pikiran. Karena itu, makanan bertanggung jawab atas sifat pikiran yang baik dan buruk. Seperti halnya makanan, begitu juga pikiran. Oleh karena itu, perlu untuk mengonsumsi makanan murni dan suci (satwic) dan sehat dalam jumlah sedang. Pada zaman dahulu kala, orang bijak dan orang suci tinggal di hutan hanya mengonsumsi buah dan umbi untuk mempertahankan diri mereka. Karena makanan murni (satwic) seperti itu, mereka dapat menjalani hidup mereka dengan damai.

Sathya Sai Speaks Vol.29/Ch.90: 2 Sept 1996,

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960902.pdf>

Before partaking of food, chant this sacred mantra. Then no unsacredness would enter your heart. Annam Brahma; Raso Vishnuhu; Bhokta devo Maheswarah (Food is Brahma; the essence is Vishnu; the one who partakes it is Maheshwara). These three correspond to body, mind and action, respectively. Purity of thought, word and deed is true wisdom. You don't need to undertake any other spiritual practice. People undertake various sadhanas (spiritual practices). But they confer only temporary satisfaction. On the other hand, when you have purity of thought, word and deed, you experience eternal happiness.

Sebelum makan, nyanyikan mantra suci ini. Maka tidak ada ketidaksucian yang akan memasuki hatimu. Annam Brahma; Raso Vishnuhu; Bhokta devo Maheswarah (Makanan adalah Brahma; esensinya adalah Wisnu; orang yang memakannya adalah Maheshwara). Ketiganya sesuai dengan tubuh, pikiran, dan tindakan, masing-masing. Kemurnian pikiran, perkataan, dan perbuatan adalah kebijaksanaan sejati. Engkau tidak perlu melakukan praktik spiritual lainnya. Orang-orang melakukan berbagai sadhana (praktik spiritual). Tetapi mereka hanya memberikan kepuasan sementara. Di sisi lain, ketika engkau memiliki kemurnian pikiran, perkataan, dan perbuatan, engkau mengalami kebahagiaan sejati.

Sathya Sai Speaks Vol.35/Ch.22: 23 Nov 2002

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume35/ss35-22.pdf>

To ensure perfect health, it is essential to get rid of internal impurities and take in only wholesome food. Equally for preserving mental health, similar two-fold action is necessary. The ills that afflict the mind have to be got rid of by eliminating bad thoughts and purifying the mind.

Untuk memastikan kesehatan yang sempurna, penting untuk menyingkirkan kotoran internal dan hanya mengonsumsi makanan yang sehat. Sama-sama untuk menjaga kesehatan mental,

tindakan dua kali lipat yang sama diperlukan. Penyakit yang menimpa pikiran harus dihilangkan dengan menghilangkan pikiran buruk dan memurnikan pikiran.

Sathya Sai Speaks Vol.20/Ch.9: 3 May 1987

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/ss20-09.pdf>

One who realises this truth will not allow his mind to be swayed by the passions of anger, cruelty, etc. Passions yield only temporary satisfaction but cause serious emotional disturbances. Hence, it is imperative on the part of man not to yield to any unbecoming passions while taking food. The observance of the three Ps, namely, purity, patience and perseverance, vouchsafes permanent happiness and good health free from diseases.

Seseorang yang menyadari kebenaran ini tidak akan membiarkan pikirannya terombang-ambing oleh nafsu kemarahan, kekejaman, dll. Nafsu hanya menghasilkan kepuasan sementara tetapi menyebabkan gangguan emosi yang serius. Karena itu, sangat penting bagi manusia untuk tidak menyerah pada nafsu yang tidak pantas saat mengambil makanan. Ketaatan dari ketiga Ps, yaitu, Purity 'kemurnian', Patience 'kesabaran' dan Perseverance 'ketekunan', menjamin kebahagiaan permanen dan kesehatan yang baik bebas dari penyakit.

Sathya Sai Speaks Vol.27/Ch.3: 21 January 1994

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume27/ss27-03.pdf>

One who cooks food should have sacred feelings. In olden days, orthodox Brahmins (members of the Brahmin caste) used to insist on partaking of food prepared by their wives only. The reason being, housewives wish for the well-being of the entire family and prepare food. On the other hand, if you employ cooks, God alone knows with what feelings they prepare the food! The unsacred thoughts of the cook enter the food, which, in turn, poisons your mind. Annam Brahma (food is God). Hence, it should be prepared with sacred feelings. Mere physical cleanliness will not suffice; the mind also should be pure. You should see to it that the vegetables used for preparing food are procured in a righteous manner. For example, husband brings vegetables from the market. He might have misused his position of authority and brought them without making payment, or the vendors themselves might have procured the vegetables by unfair means. When such vegetables are consumed, your mind gets polluted. You do not realise that the food you eat is responsible for the actions you perform. Unsacred food makes you do unsacred deeds.

Seseorang yang memasak makanan harus memiliki perasaan suci. Di masa lalu, para Brahmana ortodoks (anggota kasta Brahmana) biasanya bersikeras untuk mengonsumsi makanan yang disiapkan oleh istri mereka saja. Alasannya, ibu rumah tangga ingin kesejahteraan seluruh keluarga dan menyiapkan makanan. Di sisi lain, jika engkau mempekerjakan koki, hanya Tuhan yang tahu dengan perasaan apa mereka menyiapkan makanan! Pikiran-pikiran koki yang tidak suci memasuki makanan, yang, pada gilirannya, meracuni pikiranmu. Annam Brahma (makanan adalah Tuhan). Karena itu, harus dipersiapkan dengan perasaan sakral. Hanya kebersihan fisik tidak akan cukup; pikiran juga harus murni. Engkau harus memastikan bahwa sayuran yang digunakan untuk menyiapkan makanan diperoleh dengan cara yang benar. Misalnya, suami membawa sayur dari pasar. Dia mungkin telah menyalahgunakan kedudukan

otoritasnya dan membawanya tanpa membayar, atau para pedagang itu sendiri mungkin membeli sayuran dengan cara yang curang. Ketika sayuran tersebut dikonsumsi, pikiranmu akan tercemar. Engkau tidak menyadari bahwa makanan yang engkau makan bertanggung jawab atas tindakan yang engkau lakukan. Makanan yang tidak suci membuatmu melakukan perbuatan yang tidak suci.

Sathya Sai Speaks Vol.35/Ch.22: 23 Nov 2002

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume35/sss35-22.pdf>

Purity of Speech leads to
Purity of Impulses

How are the internal impulses to be purified? These relate to the mind, speech and the body. Of the three, speech is the most important. How is purity in speech to be achieved? "Anudhvegakaram Vakyam Sathyam Priyahitam Cha Yat," says the Bhagavad Geeta. Every word you utter should be anudhvegakaram (free from excitement or agitation). It should be sathyam (true) and priyam (pleasing). There are four factors which account for the pollution of the tongue. One is, uttering falsehood; two, excessive talking; three, carrying tales against others; four, abuse or criticism of others. The tongue is prone to indulge in these four types of offences in speech. Unfortunately, in this Kali Age, all these four are rampant. Untruth has become ubiquitous. People freely indulge in slandering others. Tale-bearing goes on. Indulgence in loquacity is widespread. It is only when one gets rid of these four evil tendencies can his speech become pure and unpolluted. Hence, the first task is to purify one's speech.

Kemurnian pada Ucapan mengarah pada Kemurnian pada Dorongan

Bagaimana dorongan internal dimurnikan? Ini berhubungan dengan pikiran, ucapan, dan tubuh. Dari ketiganya, berbicara adalah yang paling penting. Bagaimana kemurnian dalam ucapan dapat dicapai? "Anudhvegakaram Vakyam Sathyam Priyahitam Cha Yat," kata Bhagavad Geeta. Setiap kata yang engkau ucapkan harus anudhvegakaram (bebas dari kegembiraan atau agitasi). Itu harus sathyam (benar) dan priyam (menyenangkan). Ada empat faktor yang menyebabkan pencemaran lidah. Salah satunya, mengucapkan kepalsuan; dua, bicara berlebihan; tiga, membawa cerita melawan yang lain; empat, pelecehan atau kritik terhadap orang lain. Lidah cenderung memanjakan keempat jenis pelanggaran ini dalam ucapan. Sayangnya, di Zaman Kali ini, keempatnya merajalela. Ketidakbenaran telah ada di mana-mana. Orang-orang bebas untuk memfitnah orang lain. Kebohongan terus berlanjut. Kesenangan dalam kemewahan tersebar luas. Hanya ketika seseorang menyingkirkan keempat kecenderungan jahat ini, ucapannya menjadi murni dan tidak tercemar. Karenanya, tugas pertama adalah memurnikan ucapan seseorang.

Sathya Sai Speaks Vol.26/Ch.29: 30 August 1993

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume26/sss26-29.pdf>

The ancients practised three kinds of silence. The first was silence of the tongue, the second one was silence of the mind and the third was supreme silence. Silence in speech meant confining one's speech to the limit and the needs of the occasion. By this discipline, excessive

talk was avoided. As a result, the power of their speech was conserved and enhanced. Discipline in speech also resulted in truthfulness. Speaking the truth served to purify their thoughts. By this means they acquired the highest wisdom. Therefore, purity in speech is vital. It has to be achieved by restraint in speech.

Orang dahulu mempraktikkan tiga jenis keheningan. Yang pertama adalah kesunyian lidah, yang kedua adalah kesunyian pikiran, dan yang ketiga adalah kesunyian tertinggi. Keheningan dalam berbicara berarti membatasi ucapan seseorang hingga batas dan kebutuhan acara tersebut. Dengan disiplin ini, pembicaraan berlebihan dihindari. Akibatnya, kemampuan bicara mereka dilindungi dari ketidaksucian dan ditingkatkan. Disiplin dalam berbicara juga menghasilkan kebenaran. Berbicara kebenaran berfungsi untuk memurnikan pikiran mereka. Dengan ini berarti mereka memperoleh kebijaksanaan tertinggi. Karena itu, kemurnian dalam berbicara sangat penting. Hal tersebut harus dicapai dengan menahan diri dalam berbicara.

Then there is silence of the mind. The mind is a bundle of thoughts and fancies. These thoughts have to be reduced gradually. When thoughts are reduced, the mind naturally comes under control, like a clock that is unwound. When the activity of the mind is reduced, the power of the Atma manifests itself. As a consequence, intellect becomes more active than the senses. When control of speech and control of the mind have been achieved, the state of supreme silence is easily realised. Students should strive to reach the third stage by the disciplines of the first two stages.

Lalu ada keheningan pikiran. Pikiran adalah kumpulan pikiran dan fantasi. Pikiran-pikiran ini harus dikurangi secara bertahap. Ketika pikiran berkurang, pikiran secara alami berada di bawah kendali, seperti jam yang dilepaskan. Ketika aktivitas pikiran berkurang, kekuatan Atma memanifestasikan dirinya. Sebagai akibatnya, intelek menjadi lebih aktif daripada indera. Ketika kontrol bicara dan kontrol pikiran telah tercapai, keadaan keheningan tertinggi mudah terwujud. Siswa harus berusaha untuk mencapai tahap ketiga dengan disiplin ilmu dari dua tahap pertama.

Sathya Sai Speaks Vol.27/Ch.7: 3 February 1994

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume27/ss27-07.pdf>

When the heart is filled with good thoughts and feelings, all that comes out of the senses – your speech, your vision, your actions – will all be pure.

Ketika hati dipenuhi dengan pikiran dan perasaan yang baik, semua yang keluar dari indera - ucapanmu, visimu, tindakanmu - semuanya akan menjadi murni.

Sathya Sai Speaks Vol.31/Ch.3: 5 February 1998

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume31/ss31-03.pdf>

Other External Factors

Affecting Internal Impulses

Television sets are installed in every room in the houses of the rich. From the moment television made its appearance, the mind of man has been polluted. Before the advent of TV, men's minds were not so much polluted. Acts of violence were not so rampant previously. Today, TV is

installed in every hut. People watch the TV even while taking food. The result is that all the foul things seen on the TV are being consumed by the viewer. Concentration on the TV affects one's view of the world. The scenes, thoughts and actions displayed on the TV set fill the minds of the viewers. Unknowingly, agitations and ill-feelings enter their minds. In due course they take root and grow in the minds.

Faktor Eksternal Lainnya

Mempengaruhi Dorongan Internal

Perangkat televisi dipasang di setiap kamar di rumah orang kaya. Sejak televisi muncul, pikiran manusia telah tercemar. Sebelum munculnya TV, pikiran manusia tidak begitu tercemar. Tindakan kekerasan tidak begitu merajalela sebelumnya. Saat ini, TV dipasang di setiap rumah. Orang-orang menonton TV bahkan saat makan. Hasilnya adalah semua hal buruk yang terlihat di TV dikonsumsi oleh pemirsa. Konsentrasi di TV memengaruhi pandangan seseorang tentang dunia. Adegan, pikiran, dan tindakan yang ditampilkan di TV memenuhi pikiran para penonton. Tanpa sadar, agitasi/pergolakan dan perasaan tidak enak memasuki pikiran mereka. Pada waktunya, mereka berakar dan tumbuh dalam pikiran.

Sathya Sai Speaks Vol.29/Ch.3: 15 January 1996,

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/ss29-03.pdf>

Desires are the cause of peacelessness. Without purifying the heart, all desires can only lead to unrest. Moreover, impurity in the heart is the source of many diseases. When the heart is pure, man will be free from disease. How, then, is the heart to be purified? There is no other way except cherishing godly thoughts. All other rituals are of no avail except to provide temporary mental satisfaction. But the mind does not get satisfied easily. It is continually wavering and is uncontrollable. What should be done is to divert the mind towards God.

Keinginan adalah penyebab ketidakdamaian. Tanpa memurnikan hati, semua keinginan hanya dapat menyebabkan keresahan. Terlebih lagi, ketidakmurnian di hati adalah sumber dari berbagai penyakit. Ketika hati murni, manusia akan bebas dari penyakit. Bagaimana, kemudian, hati dimurnikan? Tidak ada cara lain selain menghargai pikiran yang baik. Semua ritual lain tidak ada gunanya kecuali untuk memberikan kepuasan mental sementara. Tetapi pikiran tidak mudah puas. Pikiran terus-menerus goyah dan tidak terkendali. Yang harus dilakukan adalah mengalihkan pikiran kepada Tuhan.

Sathya Sai Speaks Vol.30/Ch.10: 11 April 1997

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume30/ss30-10.pdf>

Hands are not the only limbs or agents that are involved in human activity (karma). Whatever is done, whatever is seen, whatever is heard, one should be vigilant about its purity. Thought, word, and deed must be free from pride, greed, and hatred. The words that one utters must be free from these faults; things that one yearns to hear must be free from these superficially attractive qualities; the pleasures that one seeks must not be polluted by evil.

Tangan bukan satu-satunya anggota badan atau alat yang terlibat dalam aktivitas manusia (karma). Apa pun yang dilakukan, apa pun yang dilihat, apa pun yang didengar, orang harus

waspada tentang kemurniannya. Pikiran, perkataan, dan perbuatan harus bebas dari kesombongan, keserakahan, dan kebencian. Kata-kata yang diucapkan seseorang harus bebas dari kesalahan ini; hal-hal yang ingin didengar harus terbebas dari sifat-sifat menarik yang dangkal ini; kesenangan yang dicari seseorang tidak harus dicemari oleh kejahatan.

Vidya Vahini, Ch.19, p.53

<http://sssbpt.info/vahinis/Vidya/Vidya19.pdf>

You should exercise control over your desires. In fact, there should be a limit for everything in life. But man today is conducting himself without any restraint. World today has provided man with many modern means of comfort in life. No doubt, they have made his life easy and comfortable, but at the same time these very things are leading him on the unsacred and sinful path. You are aware that having a cell phone has become an obsession with modern youth. Even the government is encouraging the use of cell phone as it is considered to be the most convenient way of communication. But no one is enquiring into the negative impact it has on the students. Once you have a cell phone, you can talk to anyone, about anything, anywhere and at any time. When youth are given such freedom, they are bound to misuse it and ruin themselves. Even innocent youth are lured on the wrong path by the use of cell phones. If you do not put the students on the right path and do not inculcate virtues in them, these gadgets and means of comfort will certainly spoil their minds, and they will commit grave mistakes. It will take quite some time for them to rectify their mistakes and walk on the Godward path

Engkau harus mengendalikan keinginanmu. Sesungguhnya, harus ada batasan untuk segala hal dalam hidup. Saat ini, manusia memperlakukan dirinya dengan tanpa melakukan pengekangan. Saat ini, dunia telah menyediakan manusia dengan berbagai sarana modern untuk kenyamanan dalam kehidupan. Tidak diragukan, mereka telah membuat hidupnya mudah dan nyaman, tetapi pada saat yang sama hal-hal ini menuntunnya ke jalan yang tidak suci dan penuh dosa. Engkau menyadari bahwa memiliki ponsel telah menjadi obsesi pada remaja modern. Bahkan pemerintah mendorong penggunaan ponsel karena dianggap sebagai cara komunikasi yang paling nyaman. Tetapi tidak ada yang menanyakan dampak negatifnya pada para pelajar. Setelah engkau memiliki ponsel, engkau dapat berbicara dengan siapa saja, tentang apa saja, di mana saja dan kapan saja. Ketika para pemuda diberi kebebasan seperti itu, mereka terikat untuk menyalahgunakannya dan merusak diri mereka sendiri. Bahkan pemuda yang tidak bersalah terpicu di jalan yang salah dengan menggunakan ponsel. Jika engkau tidak menempatkan para siswa di jalan yang benar dan tidak menanamkan kebajikan di dalamnya, gadget dan sarana kenyamanan ini pasti akan merusak pikiran mereka, dan mereka akan melakukan kesalahan besar. Akan membutuhkan waktu yang cukup lama bagi mereka untuk memperbaiki kesalahan mereka dan berjalan di jalan yang menuju Tuhan.

Sathya Sai Speaks Vol.39/Ch.8: 6 May 2006

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/ss39-08.pdf>

Science has provided man with the radio, the television set and the film. They are each useful and productive if each one is developed by persons with a pure social consciousness and with love in their hearts. But they are now in the hands of people with no high moral standards, who find in them tools for amassing money and so, they have become enemies of human progress. The tender minds of growing children are polluted by these media of communication.

Sains telah menyediakan radio, televisi, dan film kepada manusia. Mereka masing-masing bermanfaat dan produktif jika masing-masing dikembangkan oleh orang-orang dengan kesadaran sosial murni dan dengan cinta-kasih di hati mereka. Tetapi mereka sekarang berada di tangan orang-orang yang tidak memiliki standar moral yang tinggi, yang menemukan di dalamnya alat untuk mengumpulkan uang dan karenanya, mereka telah menjadi musuh kemajuan manusia. Pikiran lembut anak-anak yang sedang tumbuh dicemari oleh media komunikasi ini.

Sathya Sai Speaks Vol.14/Ch.15: 7 Dec 1978

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume14/ss14-15.pdf>

One more thing I wish to mention in this context. I see several boys keeping cell phones in their pockets. They think that they are keeping cell phones for their convenience and easy communication. They do not realise the ill-effects of these instruments. Cell phones are often misused for undesirable purposes, like establishing contacts between boys and girls. They develop bad thoughts and bad connections between them.

Satu hal lagi yang ingin Aku sebutkan dalam konteks ini. Aku melihat beberapa anak laki-laki menyimpan ponsel di saku mereka. Mereka berpikir bahwa mereka menyimpan ponsel untuk kenyamanan dan kemudahan dalam berkomunikasi. Mereka tidak menyadari efek buruk dari instrumen ini. Ponsel sering disalahgunakan untuk tujuan yang tidak diinginkan, seperti menjalin kontak antara anak laki-laki dan perempuan. Mereka mengembangkan pikiran buruk dan koneksi buruk di antara mereka.

Sathya Sai Speaks Vol.41/Ch.16: 9 Oct 2008

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume41/ss41-16.pdf>

They put on television or radio, thus polluting their own minds besides wasting time. Much of what is seen on the television are things that are lewd, disgusting, immoral and vile. Such are the undesirable things being shown. ... It turns the pure, steady and selfless hearts of the youth into impure, wicked and repugnant.

Mereka memakai televisi atau radio, sehingga mencemari pikiran mereka sendiri selain membuang-buang waktu. Banyak dari apa yang dilihat di televisi adalah hal-hal yang kotor/cabul, menjijikkan, tidak bermoral, dan keji. Itulah hal-hal yang tidak diinginkan yang ditunjukkan. ... Itu mengubah hati yang murni, menenangkan, dan tanpa pamrih dari para pemuda menjadi tidak murni, jahat, dan menjijikkan.

Summer Showers in Brindavan 2002/Ch.12: 27 May '02

<http://sssbpt.info/summershowers/ss2002/ss2002d12.pdf>

What are people doing today? They are listening to what is undesirable. They are looking at ugly scenes. How, then, can they hope to get peace? Only by the harmony of the mind, the heart and the tongue. There should be unity in thought, word and deed.

Apa yang dilakukan orang-orang saat ini? Mereka mendengarkan apa yang tidak diinginkan. Mereka melihat pemandangan yang buruk. Lalu, bagaimana mereka bisa berharap

mendapatkan kedamaian? Hanya dengan keharmonisan pikiran, hati, dan lidah. Harus ada persatuan dalam pikiran, perkataan dan perbuatan.

Sathya Sai Speaks Vol.29/Ch.14: 15 May 1996,

<http://sssrbpt.info/sssrbpt/volume29/sss29-14.pdf>

Dear Students! As long as you are here (Prasanthi Nilayam), you are safe and secure. When you get back to your homes, you are assailed by various distractions like television, video, cinema, etc. All these pollute your hearts. The programmes on the television are very attractive, but you must realise that they are shown to you not for your gain but for the gain of sponsors and advertisers. Watch only such programmes that are related to education, or those dedicated to moral values. TV has, in fact, become a disease of modern times. So, it is not TV but TB (tuberculosis). If there are no moral thoughts in you, what will happen when such programmes are watched?

Para pelajar yang terkasih! Selama engkau di sini (Prasanthi Nilayam), engkau aman dan selamat. Ketika engkau kembali ke rumahmu, engkau diserang oleh berbagai gangguan seperti televisi, video, bioskop, dll. Semua ini mencemari hatimu. Program-program di televisi sangat menarik, tetapi engkau harus menyadari bahwa program-program itu diperlihatkan kepadamu bukan untuk keuntunganmu tetapi untuk keuntungan sponsor dan pengiklan. Saksikan hanya program-program yang terkait dengan pendidikan, atau yang didedikasikan untuk nilai-nilai moral. TV, pada kenyataannya, telah menjadi penyakit zaman modern. Jadi, itu bukan TV tetapi TB (tuberkulosis). Jika tidak ada pemikiran moral dalam dirimu, apa yang akan terjadi ketika program seperti itu ditonton?

Sathya Sai Speaks Vol.32 part 2/Ch.15: 22 Nov 1999

<http://sssrbpt.info/sssrbpt/volume32/sss32p2-15.pdf>

In order that bad thoughts should not enter our minds, avoid such connections altogether. It is said, "The mind is the cause of bondage and liberation (Mana Eva Manushyanam Karanam Bandhamokshayo)." It is common practice that we give our telephone numbers to all and sundry. What happens thereafter? Bad contacts develop. All unnecessary calls are made to verify whether we respond to them or not. Thus, boys and girls develop unnecessary contacts and establish undesirable relationships between them. Hence, I strongly advise you not to make use of cell phones. It may be convenient in the beginning, but gradually it will lead to bad ways.

Agar pikiran buruk tidak masuk ke dalam pikiran kita, hindari koneksi seperti itu sama sekali. Dikatakan, "Pikiran adalah penyebab perbudakan dan pembebasan (Mana Eva Manushyanam Karanam Bandhamokshayo)." Adalah praktik umum bahwa kita memberikan nomor telepon kita kepada semua orang. Apa yang terjadi sesudahnya? Kontak yang buruk berkembang. Semua panggilan yang tidak perlu dilakukan untuk memverifikasi apakah kita meresponsnya atau tidak. Dengan demikian, anak laki-laki dan perempuan mengembangkan kontak yang tidak perlu dan membangun hubungan yang tidak diinginkan di antara mereka. Oleh karena itu, Aku sangat menyarankan padamu untuk tidak menggunakan ponsel. Ini mungkin nyaman pada awalnya, tetapi secara bertahap itu akan mengarah pada cara yang buruk.

Sathya Sai Speaks Vol.41/Ch.16: 9 Oct 2008

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume41/sss41-16.pdf>

The sixth quality is sarvambha parithyagi (renunciation of all undertakings). This means that there should be no ostentation or showing off in any undertaking by a devotee. Unless ostentation is given up, egoism will not leave. The ego must be eliminated to purify the heart. No good deed can be done without purity in the heart. It is through sacred deeds that the heart is purified.

Kualitas keenam adalah sarvambha parithyagi (penolakan semua usaha). Ini berarti bahwa tidak boleh ada kesombongan atau pamer dalam suatu usaha oleh seorang bhakta. Kecuali jika kesombongan dihentikan, egoisme tidak akan pergi. Ego harus dihilangkan untuk memurnikan hati. Tidak ada perbuatan baik yang dapat dilakukan tanpa kemurnian hati. Melalui perbuatan sucilah hati dimurnikan.

Sathya Sai Speaks Vol.23/Ch.31: 20 Nov 1990

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume23/sss23-31.pdf>

SECTION II

A RIGHTEOUS EMPEROR AND VIRTUOUS SUBJECTS *KAISAR YANG SALEH DAN SUBYEK YANG BERBUDI LUHUR*

*Anapekshah Suchir Daksha
Udaseeno Gatavyathah
Sarvarambha Parithyagee
Yo Madbhaktah Sa Me Priyah.*

*(That devotee is dear to me who is free from desire,
who is pure in body and mind, who is resolute, unconcerned,
free from sorrow and has renounced all sense of doership.)*

*(Bhakta yang dekat dengan-Ku, yang bebas dari keinginan,
Yang suci-murni secara jiwa dan raga,
Yang tegas dan tidak terpengaruh,
Bebas dari kesengsaraan dan yang telah menanggalkan semua jejak ke-aku-an.)*

Anapekshah means one who is free from any kind of *Apekshah* (desire or expectation). Is it possible in this vast world for any man to be free from *Apekshah*? This is not possible. Somethings may be attractive to some persons and some high aims may interest others. The objects that are desired are sensual pleasures and comforts and things of the world. The *Sreshta* (higher aims) relate to the non-sensual, non-physical and ultra-mundane. Almost all desires fall into one or other of these two categories. How, then, is it possible to be rid of both kinds of desires? This is possible.

Anapekshah berarti orang yang bebas dari segala jenis *Apeksha* (keinginan atau harapan). Mungkinkah di dunia yang luas ini, bagi siapa pun untuk bisa terbebaskan dari *Apeksha*? Ini tidak mungkin. Sesuatu mungkin menarik bagi beberapa orang dan beberapa tujuan tinggi mungkin menarik perhatian orang lain. Objek-objek yang diinginkan adalah kesenangan dan kenyamanan inderawi dan hal-hal duniawi. *Sreshta* (tujuan yang lebih tinggi) berhubungan

dengan non-sensual, non-fisik dan ultra-duniawi. Hampir semua keinginan jatuh ke dalam satu atau lain dari dua kategori ini. Jadi, bagaimana mungkin menyingkirkan kedua jenis keinginan itu? Ini mungkin.

In the *Bhagavad Geetha*, the Lord has declared that He is present in all righteous actions. Therefore, those who perform righteous actions can develop *anapekshah* (desirelessness). This means that when a man performs all actions as offerings to the Lord, they become *anapekshah* (desireless actions). The Lord is one who, from within, makes a person act, speak, listen, see and do many other actions. He is the doer and the enjoyer. If a person performs all actions with the conviction that the Indwelling Lord is the real Doer, then his actions become desireless. Hence every *sadhaka* (spiritual aspirant) should regard his actions as offerings to the Divine.

Dalam *Bhagavad Geetha*, Tuhan telah menyatakan bahwa Dia hadir dalam semua tindakan kebajikan. Oleh sebab itu, mereka yang melakukan tindakan yang benar dapat mengembangkan *anapekshah* (tanpa keinginan). Ini berarti bahwa ketika seseorang melakukan semua tindakan sebagai persembahan kepada Tuhan, mereka menjadi *anapekshah* (tindakan tanpa keinginan). Tuhan adalah yang, dari dalam, membuat seseorang bertindak, berbicara, mendengarkan, melihat, dan melakukan banyak tindakan lainnya. Dia adalah pelaku dan penikmat. Jika seseorang melakukan semua tindakan dengan keyakinan bahwa Tuhan Yang ada di dalam adalah Pelaku yang sesungguhnya, maka tindakannya menjadi tanpa keinginan. Oleh karenanya, setiap *sadhaka* (aspiran spiritual) harus menganggap tindakannya sebagai persembahan kepada Sang Ilahi.

Brooding over the past and speculating about the future, man is failing in his duties in the present. This is the cause of his misery.

Merenungi masa lalu dan berspekulasi tentang masa depan, manusia gagal dalam tugasnya di masa sekarang. Ini adalah penyebab kesengsaraannya.

Suchi: This means purity. This term does not merely refer to the external cleanliness of the physical body. *Sadhakas* (spiritual aspirants) need internal purity also. What are the implications of inner purity? All the actions a man does issue from internal impulses and not from external forces. They are a reflection of his inner being. It is only when man has pure feelings within him that his actions can be pure. When he is polluted within, all his actions will be impure.

Suchi: Ini berarti kemurnian. Istilah ini tidak hanya merujuk pada kebersihan eksternal tubuh fisik. *Sadhaka* (aspiran spiritual) juga membutuhkan kemurnian internal. Apa implikasi dari

kemurnian batin? Semua tindakan yang dilakukan manusia dikeluarkan dari dorongan internal dan bukan dari kekuatan eksternal. Mereka adalah cerminan dari batinnya. Hanya ketika manusia memiliki perasaan murni di dalam dirinya, tindakannya bisa murni. Ketika dia tercemar di dalam, semua tindakannya tidak murni.

How is purity in speech achieved?

Bagaimana kemurnian dalam ucapan tercapai?

How are the internal impulses to be purified? These relate to the mind, speech and the body. Of the three, speech is the most important. How is purity in speech to be achieved? "*Anudhvegakaram Vaakyam Sathyam priyahitam chayati*," says the *Bhagavad Geetha*. Every word you utter should be free from *Anudvegakaram* (causing excitement or agitation). It should be *sathyam* (true) and *priyam* (pleasing). There are four factors which account for the pollution of the tongue. One is, uttering falsehood; two, excessive talking; three, carrying tales against others; four, abuse or criticism of others. The tongue is prone to indulge in these four types of offences in speech. Unfortunately, in this *Kali Age* (*Kali Yuga*, the present age), all these four are rampant. Untruth has become ubiquitous. People freely indulge in slandering others. Tale-bearing goes on. Indulgence in loquacity is widespread. It is only when one gets rid of these four evil tendencies can his speech become pure and unpolluted. Hence, the first task is to purify one's speech.

Bagaimana dorongan internal dapat dimurnikan? Ini berhubungan dengan pikiran, ucapan dan perbuatan. Dari ketiganya, ucapan adalah yang paling penting. Bagaimana kemurnian dalam ucapan dapat dicapai? "*Anudhvegakaram Vaakyam Sathyam priyahitam chayati*," kata *Bhagavad Geetha*. Setiap kata yang engkau ucapkan hendaknya terbebaskan dari *Anudvegakaram* (menyebabkan kegembiraan berlebih atau agitasi). Ia harus bersifat *sathyam* (benar) dan *priyam* (menyenangkan). Ada empat faktor yang menyebabkan pencemaran lidah. Salah satunya, yaitu mengucapkan kepalsuan; kedua, berbicara yang berlebihan; tiga, mengarang cerita tentang orang lain; empat, pelecehan atau kritik terhadap orang lain. Lidah cenderung gampang terlibat dalam keempat jenis pelanggaran seperti itu. Sayangnya, di Zaman Kali ini (*Kali Yuga*, zaman sekarang), keempatnya merajalela. Ketidakbenaran eksis di mana-mana. Orang-orang bebas untuk memfitnah orang lain. Dongeng terus berlanjut. Kesenangan dalam berbicara (tanpa manfaat) ada di mana-mana. Hanya ketika seseorang menyingkirkan keempat kecenderungan jahat ini, maka ucapannya menjadi murni dan tidak tercemar. Oleh sebab itu, tugas pertama kita adalah perlu memurnikan ucapan kita sendiri.

How to purify the mind and body

Bagaimana caranya memurnikan batin dan jasmani?

Next comes the mind. The mind is polluted by wrong thoughts and bad feelings. Man should strive to keep away all bad thoughts from invading his mind. When a man is ceaselessly filled with bad thoughts, he can only reap bad consequences. To purify the mind, all bad thoughts have to be expelled. No room should be given to them. Bad feelings should be banished from the mind. Only then the mind will get totally purified.

Selanjutnya mengenai batin (mind). Batin ini tercemar oleh pikiran salah dan perasaan buruk. Manusia harus berusaha untuk menjauhkan semua pikiran buruk dari menyerang batinnya. Ketika manusia tak henti-hentinya dipenuhi dengan pikiran-pikiran buruk, ia hanya bisa menuai konsekuensi buruk. Untuk menyucikan batin, semua pikiran buruk harus dikeluarkan. Tidak ada ruang yang harus diberikan kepada mereka. Perasaan buruk harus dibuang dari batin. Hanya dengan demikian batin ini akan sepenuhnya dimurnikan.

Then comes purity of the body. One must have a body that is free from the taint of *himsa* (violence or harm). Men commit many acts of violence and many sinful acts with their hands. The body has been given to man primarily for practising *Dharma* (righteousness). Such a sacred gift should be used only for rendering service to others and doing godly actions. This is the way to purify the body. Therefore, when speech, mind and the body are purified, internal purity is ensured. *Suchi* (purity), thus, calls for internal purity as well as external cleanliness.

Kemudian berikutnya adalah kemurnian atas badan jasmani. Seseorang harus memiliki tubuh/badan yang bebas dari noda *himsa* (kekerasan atau kecenderungan melukai). Manusia melakukan banyak tindakan kekerasan dan banyak tindakan berdosa dengan tangan mereka. Tubuh jasmani ini telah diberikan kepada manusia terutama untuk mempraktikkan Dharma (kebenaran). Karunia sakral seperti itu hendaknya digunakan hanya untuk memberikan pelayanan kepada orang lain dan melakukan tindakan saleh. Ini adalah cara untuk memurnikan tubuh. Oleh sebab itu, ketika ucapan, pikiran, dan tubuh dimurnikan, kemurnian internal niscaya diperoleh. *Suchi* (kemurnian), karenanya, menuntut kemurnian internal serta kebersihan eksternal.

Daksha: This means that one should have firm determination in performing actions. The determination should be confined to actions that are pure, helpful to others and sublimate man. No man can refrain from action of some kind or other even for a moment. In no circumstances should one engage himself in an impure act. This is the way to achieve purity through firm determination. Only such a person can be called a *Daksha* (a resolute person).

Daksha: Ini berarti bahwa seseorang harus memiliki tekad yang kuat dalam melakukan tindakan. Tekad harus dibatasi pada tindakan yang murni, membantu orang lain dan

meningkatkan derajat hidup manusia. Tidak ada seorangpun yang bisa menahan diri dari tindakan semacam atau lainnya bahkan untuk sesaat. Dalam keadaan apa pun seseorang hendaknya tidak terlibat dalam tindakan yang tidak murni. Ini adalah cara untuk mencapai kemurnian melalui kebulatan tekad. Hanya orang seperti itu yang dapat disebut *Daksha* (orang yang tegas).

Udaseeno: This means freedom from attachment to anything. It means remaining serene and unruffled by fame or blame, peace or sorrow, loss or gain, pleasure or pain, not elated by prosperity or depressed by failure. One should not succumb to calumny. Nor should one exult over fame. Fame and censure are like passing clouds. One should look upon them as a mere witness. They should be treated with *Udaseeno* (equanimous feeling). To treat them seriously is to give rise to agitations in the mind, which may lead to demonic tendencies.

Udaseeno: Ini berarti kebebasan dari keterikatan pada apa pun. Itu berarti tetap tenang dan tidak terpengaruh atas ketenaran maupun celaan, kedamaian maupun kesedihan, kehilangan maupun pencapaian, kesenangan maupun kesakitan, tidak menjadi lupa daratan atas kemakmuran maupun tertekan oleh kegagalan. Seseorang seharusnya tidak menyerah pada fitnah/umpatan. Demikian pula, tidak ada yang terbuai oleh ketenaran. Ketenaran dan kecemasan seperti awan yang berlalu. Hendaknya ia dipandang sebagai saksi belaka. Mereka harus diperlakukan dengan *Udaseeno* (perasaan yang seimbang). Memperlakukan mereka dengan serius berarti menimbulkan kegelisahan di dalam batin, yang dapat mengarah pada kecenderungan yang tidak baik.

Be free from worries

Bebas dari kekhawatiran

Gatavyathah (one who is free from mental anguish): *Vyathah* (mental anguish) represents the greatest weakness in man today. Man ignores the duties he has to perform in the present. He broods over what has happened in the distant past. He is constantly speculating over what is likely to happen in the future. Why worry about the future or about dead past? The past is beyond recall or remedy. Forget the past. The future is uncertain. No one can be sure about what is likely to happen the next day. Don't think about the future, as you cannot be sure about it. Concern yourself with the present, which is the child of the past and the parent of the future. This attitude is represented by the term *Gatavyathah*. Brooding over the past and speculating about the future, man is failing in his duties in the present. This is the cause of his misery. Make right use of the present and a good future is assured. The aspirant should bear this truth in mind and

concentrate his attention on the present. Mental worry about the past or the future is a *rajasic* (passionate or agitating) quality. It should be got rid of.

Gatavyathah (orang yang bebas dari kesedihan mental): *Vyathah* (kesedihan mental) merupakan kelemahan terbesar manusia saat ini. Manusia mengabaikan tugas yang harus dia lakukan di masa sekarang. Dia merenung atas apa yang telah terjadi di masa lalu yang jauh. Dia terus berspekulasi tentang apa yang mungkin terjadi di masa depan. Mengapa khawatir tentang masa depan atau tentang masa lalu yang sudah lewat? Masa lalu tidak bisa diulang atau diperbaiki. Lupakan masa lalu. Masa depan masih belum pasti. Tidak ada yang bisa memastikan tentang apa yang mungkin terjadi pada hari berikutnya. Jangan berpikir tentang masa depan, karena engkau tidak dapat memastikannya. Peduli dirimu dengan masa kini, yang merupakan anak dari masa lalu dan orang tua dari masa depan. Sikap ini diwakili oleh istilah *Gatavyathah*. Merenungi masa lalu dan berspekulasi tentang masa depan, manusia gagal dalam tugasnya di masa sekarang. Ini adalah penyebab kesengsaraannya. Memanfaatkan masa kini dengan benar, maka masa depan yang baik terjamin. Aspiran (spiritual) harus mengingat kebenaran ini dalam batinnya dan memusatkan perhatiannya pada saat ini. Kekhawatiran mental tentang masa lalu atau masa depan adalah kualitas *rajas* (bergejolak atau agitasi). Itu harus dihilangkan.

Sarvambha parithyagee (renunciation of all undertakings): This quality calls for the renunciation of *Ahamkara* (egoism) in any form. The ego is rooted in the *Mamakara* (possessive instinct). When egoism and possessiveness come together in a man, he is utterly ruined. Hence, one should be free from egoism and attachment.

Sarvambha parithyagee (penyangkalan/ketidak-melekatan terhadap semua usaha): Kualitas ini menyerukan penyerahan *Ahamkara* (egoisme) dalam bentuk apa pun. Ego berakar pada *Mamakara* (naluri posesif). Ketika egoisme dan posesif bersatu dalam diri seseorang, ia akan terseret dalam kehancuran. Oleh sebab itu, seseorang harus bebas dari egoisme dan kemelekatan.

The aforesaid six qualities are sacred virtues. The opening stanza declares that a devotee with these six qualities is dear to the Lord.

Enam kualitas yang disebutkan di atas adalah kualitas luhur. Bait pembukaan menyatakan bahwa seorang bhakta dengan enam kualitas ini dekat dengan Tuhan.

The six enemies of man **Enam Musuh Manusia**

Apart from these six good qualities, man has six vices: *Kama* (lust), *Krodha* (anger), *Lobha* (greed), *Moha* (delusion), *Mada* (conceit) and *Matsarya* (envy). These six enemies of man have to be got rid of and the six good qualities should be cultivated. Only then human life can be made meaningful.

Terlepas dari enam sifat baiknya, manusia juga memiliki enam sifat buruk: *Kama* (nafsu), *Krodha* (kemarahan), *Lobha* (keserakahan), *Moha* (delusi/kebodohan batin), *Mada* (keangkuhan), dan *Matsarya* (iri-hati). Enam musuh manusia ini harus disingkirkan dan enam kualitas baik harus dipupuk. Hanya dengan begitu kehidupan manusia dapat dibuat bermakna.

Emperor Bali was one who was endowed with these noble qualities. For this reason, the Lord came down to the earth and sought a gift from Bali. There are many philanthropists in the world. There are persons who make gifts of land, or of cows, or food, or clothes, or gold, but few can be found who are prepared to make an offering of themselves. Emperor Bali was one who was ready to give himself away as a gift. "I am offering to Thee, Oh Lord, everything that is mine, my wealth, and family. Only the *Atma* (Self) remains. Save me, who is taking refuge in Thee," explains a *sloka*. "I gave my word to you. I am giving my kingdom to you. At this instant, I am offering my body to you." Declaring thus, Emperor Bali bowed before Vamana (*Avatar* of the Lord Vishnu).

Kaisar Bali adalah orang yang diberkahi dengan kualitas mulia ini. Untuk alasan ini, Tuhan turun ke bumi dan mencari hadiah dari Bali. Ada banyak dermawan di dunia. Ada orang yang memberikan hadiah tanah, atau sapi, atau makanan, atau pakaian, atau emas, tetapi hanya sedikit yang dapat ditemukan yang siap untuk membuat persembahan berupa dirinya sendiri. Kaisar Bali adalah orang yang siap untuk menyerahkan diri sebagai hadiah. "Saya menawarkan kepada-Mu, Ya Tuhan, segala sesuatu yang adalah milik saya, kekayaan saya, dan keluarga. Hanya *Atma* (Diri) yang tersisa. Selamatkan saya, yang berlindung kepada-Mu," jelas sebuah *sloka*. "Saya memberikan kata-kata saya padamu. Saya memberikan kerajaan saya kepada-Mu. Saat ini, saya menawarkan tubuh saya kepada-Mu." Sembari menyatakan demikian, Kaisar Bali membungkuk di hadapan Vamana (*Avatar* Dewa Wisnu).

Man's mind is polluted. Man's heart is polluted.

All his feelings are polluted. It is because of this basic pollution that all other things appear polluted.

Pikiran manusia tercemar. Hati manusia tercemar.

Semua perasaannya tercemar. Karena polusi dasar inilah maka semua hal lain tampak tercemar.

In ancient times, there were many such noble and high-minded rulers. Bali was wedded to Truth. He cared only for the welfare of his people. He was a protector of Truth. He practised *Dharma*.

Pada zaman kuno, ada banyak penguasa yang mulia dan berpikiran luhur. Bali menikah dengan Kebenaran. Dia hanya peduli atas kesejahteraan rakyatnya. Dia adalah pelindung Kebenaran. Dia mempraktikkan Dharma.

Such a ruler was reigning over Kerala at that time. He derived all his multifarious virtues from his grandfather, Prahlada. However, Bali's father, Virochana, was engaged in wicked thoughts and bad deeds like Hiranyakashipu, Prahlada's father. All three belonged to the same clan. Virochana attempted to make Bali pursue wrong paths. But good and bad ways cannot be imposed on others. The marks of good behaviour of persons reflect their inherent goodness.

Penguasa seperti itu berkuasa atas Kerala pada waktu itu. Dia mendapatkan semua nilai-nilai luhur yang beraneka ragam dari kakeknya, Prahlada. Namun, ayah Bali, Virochana, terlibat dalam pikiran jahat dan perbuatan buruk seperti Hiranyakashipu, ayah Prahlada. Ketiganya berasal dari suku yang sama. Virochana berusaha membuat Bali menempuh jalur yang salah. Tapi cara yang baik dan buruk tidak bisa dipaksakan pada orang lain. Tanda-tanda perilaku orang yang baik mencerminkan kebaikan bawaan mereka.

Prahlada was an impartial and fair judge **Prahlada adalah hakim yang adil dan tidak memihak**

Once, there was a contest between Virochana, the son of Prahlada, and Sudhanva, the son of the Sage Angeerasa. It was agreed that whoever lost the contest should forfeit his life to the winner. Both of them prayed to Prahlada to act as the judge for the contest, being convinced that he would be totally impartial and fair. Prahlada agreed to act as judge because he was pledged to uphold truth, without any other consideration. After watching the contest, Prahlada declared Sudhanva as the winner and his own son, Virochana, as the loser.

Suatu ketika, ada sebuah kontes antara Virochana, putra Prahlada, dan Sudhanva, putra Rsi Angeerasa. Disetujui bahwa siapa pun yang kalah dalam kontes harus mengorbankan hidupnya untuk pemenang. Keduanya memohon kepada Prahlada untuk bertindak sebagai hakim dalam kontes, yakin bahwa ia akan sepenuhnya tidak memihak dan adil. Prahlada setuju untuk bertindak sebagai hakim karena ia berjanji untuk menegakkan kebenaran, tanpa

pertimbangan lain. Setelah menonton kontes, Prahlada menyatakan Sudhanva sebagai pemenang dan putranya sendiri, Virochana, sebagai yang kalah.

Unable to control his joy over the verdict, Sudhanva embraced Prahlada and said: "Prahlada! It is because of unflinching upholders of truth like you that the world shines in all its glory. If there were no meritorious people on earth, how can there be light in the world? Prahlada! Because of your adherence to truth you gave the verdict against your own son." Prahlada knew that whoever lost the contest should forfeit his life. But that did not deter him from pronouncing the verdict against his son. There is no greater *Dharma* (Righteousness) than Truth – "*Sathyanasti Paro Dharmah*." Prahlada was not swayed by any sense of paternal love. He shed no tears. He watched the outcome of his judgment with a sense of fulfilment.

Karena tidak bisa mengendalikan kegembiraannya atas putusan itu, Sudhanva memeluk Prahlada dan berkata: "Prahlada! Adalah karena penegak kebenaran yang teguh seperti engkau maka dunia bersinar dalam semua kemuliaannya. Jika tidak ada orang berjasa di bumi, bagaimana mungkin ada terang di dunia? Prahlada! Karena kepatuhanmu pada kebenaran, engkau memberikan vonis terhadap putramu sendiri." Prahlada tahu bahwa siapa pun yang kalah dalam kontes harus kehilangan nyawanya. Tetapi itu tidak menghalangi dia untuk mengucapkan putusan terhadap putranya. Tidak ada Dharma yang lebih tinggi daripada Kebenaran - "*Sathyanasti Paro Dharmah*." Prahlada tidak terpengaruh oleh rasa cinta sebagai seorang ayah. Dia tidak menangis. Dia menyaksikan hasil penilaiannya dengan rasa puas.

Recognising the utter dedication of Prahlada to Truth and Righteousness, Sudhanva declared: "Prahlada! your devotion to Truth will restore the life of your son. I am not claiming his life as the reward for my victory. I am giving back your son's life to you.

Menyadari dedikasi penuh dari Prahlada pada Kebenaran dan Kebajikan, Sudhanva menyatakan: "Prahlada! pengabdianmu pada Kebenaran akan memulihkan kehidupan putramu. Aku tidak mengklaim hidupnya sebagai hadiah atas kemenanganku. Aku memberikan kembali kehidupan putramu kepadamu.

Dharma protects its protector **Dharma melindungi pelindungnya**

"Dharma eva Adharmo hanti. Dharmo Rakshati Rakshitah" (Dharma destroys the one who harms it. Dharma protects its protector). "Prahlada! You have stood by *Dharma* (Righteousness). Thereby you have saved your son." In this manner Sudhanva praised Prahlada.

"Dharma eva Adharmo hanti. Dharmo Rakshati Rakshitah "(Dharma menghancurkan orang yang membahayakannya. Dharma melindungi pelindungnya). "Prahlada! Engkau telah berdiri di samping Dharma (Kebenaran). Dengan demikian, engkau telah menyelamatkan putramu. "Dengan cara ini Sudhanva memuji Prahlada.

Prahlada's life exemplified innumerable virtues and ideals. Because of such great and virtuous rulers in those days, the world was blessed with peace and prosperity. Today everywhere disorder, discontent, distrust, injustice, indifference to what is good and indulgence in what is bad, excessive attachment to sensuous pleasures, selfishness and self-centredness, are rampant among people. It is unfortunate that *Bharat* (India), which was once famous for its morality and righteousness, its dedication to Truth and *Dharma*, should have degenerated to this level today. This is a blot not only on the country but a matter of shame for the people of *Bharat*. If we have a look at the state of the society, we find that all activities in society are related to self-praise, abusing others and duplicity in speech. These triple vices are now ubiquitous. *Bharatiya* (Indian) society, which was once so glorious, is now plunged in darkness, enveloped in discord, agitation and pollution.

Kehidupan Prahlada mencontohkan kebajikan dan cita-cita yang tak terhitung banyaknya. Karena penguasa yang begitu besar dan berbudi luhur pada masa itu, dunia diberkati dengan kedamaian dan kemakmuran. Saat ini di mana-mana terdapat gangguan, ketidakpuasan, ketidakpercayaan, ketidakadilan, ketidakpedulian terhadap apa yang baik dan kesenangan dalam hal yang buruk, keterikatan berlebihan pada kesenangan indria, kecongkakan dan egoisme, merajalela di antara orang-orang. Sangat disayangkan bahwa Bharat (India), yang pernah terkenal karena moralitas dan kebenarannya, dedikasinya pada Kebenaran dan Dharma, mengalami kemerosotan ke tingkat ini saat ini. Ini adalah noda tidak hanya pada negara tetapi masalah rasa malu bagi orang-orang Bharat. Jika kita melihat keadaan masyarakat, kita menemukan bahwa semua kegiatan dalam masyarakat terkait dengan memuji diri sendiri, melecehkan orang lain, dan bermuka dua dalam ucapan. Tiga sifat buruk ini sekarang ada di mana-mana. Masyarakat Bharatiya (India), yang dulunya begitu mulia, kini tenggelam dalam kegelapan, diselimuti perselisihan, agitasi dan polusi.

Pollution of the heart is of great concern today

Polusi hati (nurani) menjadi kekhawatiran besar saat ini

Man considers the air as polluted, water as impure and the sounds reaching him as intolerable. Even the food is polluted. The Government also considers the entire environment as polluted. Enormous sums are being spent on purifying the environment. It is not the environmental pollution about which we should be concerned. What is of concern is the pollution of *Hridaya* (the heart). Man's mind is polluted. Man's heart is

polluted. All his feelings are polluted. It is because of this basic pollution that all other things appear polluted.

Manusia menganggap udara sebagai tercemar, air sudah tidak murni, dan suara-suara yang menjangkau dirinya sebagai tidak tertahankan. Bahkan makanan pun tercemar. Pemerintah juga menganggap seluruh lingkungan tercemar. Sejumlah besar (dana) dihabiskan untuk memurnikan lingkungan. Bukan pencemaran lingkungan yang harus kita perhatikan. Yang seharusnya menjadi perhatian adalah polusi Hridaya (hati nurani). Pikiran manusia tercemar. Hati manusia tercemar. Semua perasaannya tercemar. Karena polusi dasar inilah maka semua hal lain tampak tercemar.

The primary need today is to eradicate the pollution in the human mind. How is this to be accomplished? The mind today is immersed in worldly desires and pleasures. As a result, there is mental dissatisfaction as well as bitter frustration. The mind should be turned back to the source from which it came. A fish out of water has to be restored to the water for it to regain its life. Can it survive if it is placed on a couch and fed with coffee? It will regain peace and life only when it returns to its native home. Likewise, man's mind has to be restored to its original home in the *Atma* (Self). Without doing this, how can peace be got? Thus, mental peace has to come from the *Atma*. This calls for turning the mind towards the *Atma* by the use of the conscience.

Kebutuhan utama saat ini adalah untuk memberantas polusi dalam batin manusia. Bagaimana ini bisa dicapai? Batin hari ini terbenam dalam keinginan dan kesenangan duniawi. Akibatnya, ada ketidakpuasan mental serta frustrasi pahit. Batin harus kembali ke sumber dari mana asalnya. Seekor ikan yang keluar dari air harus dikembalikan ke air agar ia dapat memperoleh kembali hidupnya. Bisakah ia bertahan hidup jika diletakkan di sofa dan diberi kopi? Ia akan mendapatkan kembali kedamaian dan kehidupan hanya ketika ia kembali ke rumah asalnya (air). Demikian juga, batin manusia harus dikembalikan ke rumah aslinya di *Atma* (Diri). Tanpa melakukan ini, bagaimana perdamaian bisa didapat? Jadi, kedamaian mental harus datang dari *Atma*. Ini mengisyaratkan agar mengarahkan batin menuju *Atma* dengan menggunakan hati nurani.

Follow the conscience with full Self-confidence
Ikuti suara hati dengan penuh percaya diri

Don't rely on the body. It is a water bubble. Don't rely on the mind, which is like a mad monkey. Follow the conscience. When you follow the conscience with full self-confidence, you can accomplish anything.

Jangan mengandalkan tubuh jasmani. Ia laksana gelembung air. Jangan mengandalkan pikiran, yang seperti monyet gila. Ikuti hati nurani. Ketika engkau mengikuti hati nurani dengan penuh percaya diri, engkau dapat mencapai apa pun.

Emperor Bali was one who had such self-confidence. When his preceptor, Shukracharya, wanted to dissuade Bali from making the gift which Vamana (the incarnation of Vishnu) asked, pointing out that the young lad was no ordinary *Brahmana* but the incarnation of Vishnu Himself, Bali declared: "If the young lad is Vishnu Himself, as you say, that is all the more reason for me to stand by the offer I have made when the supplicant is the supreme Lord. Is it not my great good fortune to be in the position of a giver to the Lord? All human beings seek favours from the Lord. When such a Divine Being approaches me with a request for three foot-lengths of land, how fortunate am I? This opportunity has come to me because of my good deeds in previous lives. I am ready to go against the injunctions of the preceptor, but I will not transgress the commands of the Lord. The plighted word stands. You may see two objects with the two eyes and listen to two different things with the two ears. But the tongue is one. The word that is given must be honoured. I cannot go back on it. The man who does not fulfil his promise is dubbed a sinner. I am determined to keep my pledge. God is the Supreme person and Lord of all beings. I will abide only by His words."

Kaisar Bali adalah orang yang memiliki kepercayaan diri seperti itu. Ketika pembimbingnya, Shukracharya, ingin mencegah Bali memberi hadiah yang diminta oleh Vamana (penjelmaan Wisnu), dengan cara menunjukkan bahwa anak muda itu (Vamana) bukanlah Brahmana biasa, tetapi penjelmaan Wisnu sendiri, Bali menyatakan: "Jika anak muda itu adalah Wisnu sendiri, seperti yang engkau katakan, itu adalah alasan lebih berarti bagi saya untuk mendukung tawaran yang telah saya perbuat ketika pemohon adalah Tuhan yang tertinggi. Bukankah ini keberuntungan baik bagi saya untuk berada di posisi sebagai pemberi kepada Tuhan? Semua manusia mencari bantuan dari Tuhan. Ketika Wujud Ilahi seperti itu mendekati saya dengan permintaan tiga kaki tanah, seberapa beruntungnya saya? Peluang ini datang kepada saya karena perbuatan baik saya di kehidupan sebelumnya. Saya siap untuk menentang perintah guru, tetapi saya tidak akan melanggar perintah Tuhan. Berpegang teguh terhadap ucapan yang telah diutarakan. Engkau mungkin melihat dua objek dengan kedua mata dan mendengarkan dua hal berbeda dengan kedua telinga. Tapi lidah itu satu. Kata yang diberikan harus dihormati. Saya tidak bisa mengingkarinya. Orang yang tidak memenuhi janjinya disebut orang berdosa. Saya bertekad untuk menepati janji saya. Tuhan adalah pribadi tertinggi dan Tuhan semua makhluk. Saya hanya akan mematuhi kata-kata-Nya. "

Do not follow the body. Follow the mind and the *Atma*. The one who follows the *Atma* is the real spiritual seeker.

Jangan mengikuti tubuh jasmani. Ikuti batin dan Atma. Orang yang mengikuti Atma adalah pencari spiritual sejati.

Emperor Bali was such a resolute ruler. Thereby, he secured a glorious opportunity. However, Bali had one special attachment for his subjects. The subjects also were equally attached to the emperor. The people bore devotion towards the ruler. The ruler was attached to his subjects. Their mutual relationship was intimate and indivisible. It was because of such a ruler and such subjects that the country was happy and prosperous.

Kaisar Bali adalah penguasa yang tegas. Dengan demikian, ia mendapatkan peluang yang mulia. Namun, Bali memiliki satu ikatan khusus untuk rakyatnya. Subjek (Rakyat) juga sama-sama terikat pada kaisar. Orang-orang memiliki pengabdian kepada penguasa. Penguasa melekat pada rakyatnya. Hubungan timbal balik mereka intim dan tak terpisahkan. Kondisi penguasa dan subyek yang sedemikian rupa inilah, sehingga negara itu bahagia dan makmur.

Significance of Onam day

Makna hari (raya) Onam

Unwilling to forsake his subjects and at the same time, unable to go back on his promise to the Lord, Bali gave a pledge to the people that he would visit them once a year. This Onam day is the auspicious day of Bali's annual visit to the earth. It is the sacred day on which Emperor Bali returns to bless his people. In the month of Shravana, when the moon is nearest to the constellation Shravana, Bali said he would make his appearance. Today that auspicious combination is present. As Sri Eradi said in his speech earlier, this is the twenty fifth year in which the Onam festival is celebrated in *Bhagawan's* presence. What is the lesson to be learnt from this Silver Jubilee of Onam? Over the past twenty-four years you have been listening to *Bhagawan's* discourses experiencing His presence and enjoying the celebration. How far are you practising Swami's teachings? Every human being has a heart. This heart is filled with love. With how many are you sharing the love in your hearts? With none at all. What, then, is the use of that love if it is not shared? You must share with all the love in your hearts, not with humans alone, but with all beings in creation. Love, which is the gift of God, has to be shared with every- one in the world.

Keengganan untuk meninggalkan rakyatnya dan pada saat yang sama, tidak dapat menarik kembali janjinya kepada Tuhan, Bali memberikan janji kepada orang-orang bahwa ia akan mengunjungi mereka setahun sekali. Hari Onam ini adalah hari keberuntungan kunjungan tahunan Bali ke bumi. Ini adalah hari suci di mana Kaisar Bali kembali untuk memberkati rakyatnya. Pada bulan Shravana, ketika bulan terdekat dengan rasi bintang Shravana, Bali

mengatakan dia akan membuat penampilannya. Hari ini ada kombinasi yang menguntungkan. Seperti yang dikatakan Sri Eradi dalam pidatonya sebelumnya, ini adalah tahun ke dua puluh lima di mana festival Onam dirayakan di hadapan Bhagawan. Apa pelajaran yang bisa dipetik dari Perayaan Perak Onam ini? Selama dua puluh empat tahun terakhir engkau telah mendengarkan ceramah Bhagawan dan mengalami sendiri kehadiran-Nya dan menikmati perayaan itu. Seberapa jauh engkau mempraktikkan ajaran Swami? Setiap manusia memiliki hati. Hati ini dipenuhi dengan cinta-kasih. Dengan berapa banyak engkau membagikan cinta-kasih dalam hatimu? Tidak sama sekali. Lalu, apa gunanya cinta-kasih itu jika tidak dibagikan? Engkau harus berbagi dengan semua cinta-kasih dihatimu, bukan hanya dengan manusia, tetapi dengan semua makhluk dalam ciptaan. Cinta-kasih, yang merupakan karunia Allah, harus dibagikan kepada semua orang di dunia.

Share your love with one and all

Bagikan cinta kasih-mu dengan semuanya

All human troubles arise out of the failure to share this love with one and all because of selfishness. Everyone repeats the benediction: "*Loka-samastha-sukhino Bhavantu!*" (Let all the people of the world be happy). To how many are you giving happiness? You are repeating the words mechanically, but are you praying from your hearts for the well-being of the world? No, not at all. You are concerned only with your selfish interests. The day you root out selfishness from within you, divinity will blossom in your heart.

Semua masalah manusia muncul dari kegagalan untuk berbagi cinta-kasih dengan yang lainnya dan semua itu karena keegoisan. Semua orang mengulangi doa: "*Lokasamasthasukhino Bhavantu!*" (Biarkan semua orang di dunia berbahagia). Sampai berapa banyak orang yang engkau berikan kebahagiaan? Engkau mengulangi kata-kata itu secara mekanis, tetapi apakah engkau berdoa dari hatimu untuk kesejahteraan dunia? Tidak, tidak sama sekali. Engkau hanya mementingkan kepentingan diri sendiri. Saat engkau mencabut keegoisan dari dalam dirimu, keilahian akan berkembang dihatimu.

People talk about *Sakshatkaram* (Realisation). What is it? It is not something external. *Sakshatkara* is contemplation of the Divine at all times and in all states within one's self. "*Sarvada, sarvakalesu sarvatra Hari Chintanam*" (Thinking of God at all times, in all places continuously). People do recite the name of Rama incessantly. But will liberation be got by this repetition? To gain liberation, to win Rama's grace, it is not enough to repeat His name, you have to act up to Rama's principles. Rama sacrificed everything for the sake of *Dharma* (Righteousness). You have to make a similar sacrifice. Keep *Dharma* as your ideal. Engage yourself in righteous activities. Only then will Rama shower His grace on you. If, on the

contrary, you perform no *Dharmic* acts but only repeat Rama's name, it is tantamount to abusing Rama.

Orang-orang berbicara tentang Sakshatkaram (Realisasi). Apa itu? Itu bukan sesuatu yang eksternal. Sakshatkara adalah kontemplasi Ilahi setiap saat dan di semua kondisi dalam diri seseorang. "Sarvada, sarvakalesu sarvatra Hari Chintanam" (Berpikir tentang Tuhan setiap saat, di semua tempat terus-menerus). Orang-orang mengulang-ulang nama Rama tanpa henti. Tetapi akankah pembebasan didapat dengan pengulangan ini? Untuk mendapatkan kebebasan, untuk memenangkan rahmat Rama, tidak cukup dengan mengulang-ulang nama-Nya, engkau harus bertindak sesuai dengan prinsip-prinsip Rama. Rama mengorbankan segalanya demi Dharma (Kebenaran). Engkau harus melakukan pengorbanan serupa. Pertahankan Dharma sebagai cita-citamu. Libatkan dirimu dalam kegiatan yang benar. Hanya dengan begitu Rama akan memberikan rahmat-Nya padamu. Sebaliknya, jika engkau tidak melakukan tindakan Dharmik tetapi hanya mengulangi nama Rama, sama saja dengan menyalahgunakan Rama.

Likewise, there is no meaning in repeating Krishna's name. What the devotee should do is to experience the ecstasy of Krishna Consciousness. Nor is that all. You should develop the equal-mindedness of Krishna.

Demikian juga, tidak ada artinya mengulangi nama Krishna. Apa yang harus dilakukan oleh para bhakta adalah mengalami perasaan suka-cita Kesadaran Krishna. Itu juga belum semuanya. Engkau harus mengembangkan kesadaran setara atas Krishna.

Krishna maintained the same serenity of mind whether he was in a *Yoga-Bhumi* (place of yoga), or a *Yuddha-Bhumi* (battle-field) or *Sashana-Bhumi* (a cemetery). He was always in a state of bliss. You should aspire to experience such bliss. Only then can you be said to experience Krishna Consciousness. Whatever deity you may worship, you should experience the lessons of the deity within you.

Krishna mempertahankan ketenangan pikiran yang sama, baik apakah Beliau berada di Yoga Bhumi (tempat yoga), atau Yuddha Bhumi (medan perang) atau Sashana Bhumi (pemakaman). Beliau selalu dalam kondisi bahagia. Engkau harus bercita-cita mengalami kebahagiaan seperti itu. Hanya dengan begitu engkau dapat dikatakan mengalami Kesadaran Krishna. Apa pun dewata yang engkau sembah, engkau harus mengalami pelajaran dari dewata dalam dirimu.

Experience Sai truths by filling yourselves with love
Alami kebenaran Sai dengan mengisi dirimu dengan cinta-kasih

Swami's main teaching is *Prematattwa* (the Love principle). You are all experiencing this love. With how many are you sharing it? All around there is only hatred. Only egoism is present all the time. Equally ostentation is displayed all the time. How then, can you be deemed to have experienced the Sai truths? Whoever has imbibed those truths must be filled with love. That is the true mark of devotion.

Ajaran utama Swami adalah Prema tattwa (prinsip Cinta-Kasih). Anda semua mengalami cinta-kasih ini. Seberapa banyak engkau membagikannya? Di sekeliling hanya ada kebencian. Hanya egoisme yang hadir sepanjang waktu. Demikian pula, kesombongan ditampilkan setiap saat. Lalu bagaimana, dapatkah engkau dianggap telah mengalami kebenaran Sai? Siapa pun yang menyerap kebenaran-kebenaran itu harus dipenuhi dengan cinta-kasih. Itu adalah tanda pengabdian sejati.

Emperor Bali was one who was filled with the sense of justice, with forbearance, compassion, Truth, *Dharma* (Righteousness), and devotion to the people. Are you cultivating at least one of these good qualities? Bali gave his promise to the people to appear before them every year because his people had all these qualities. The people of today are different. How can anyone know whether Emperor Bali is appearing? People celebrate Bali's visit as a festival, but Bali is not coming. Why? Because the qualities of the people of those days are not present today. Doubtless, Bali loves his people. But the people today must have the power to draw him to visit them.

Kaisar Bali adalah orang yang dipenuhi dengan rasa keadilan, dengan kesabaran, belas kasih, Kebenaran, *Dharma* (Kebajikan), dan pengabdian kepada orang-orang. Apakah engkau menanam setidaknya satu dari kualitas-kualitas baik ini? Bali memberikan janjinya kepada rakyat untuk tampil di hadapan mereka setiap tahun karena bangsanya memiliki semua kualitas ini. Orang-orang zaman sekarang berbeda. Bagaimana bisa ada yang tahu apakah Kaisar Bali akan muncul? Orang-orang merayakan kunjungan Bali sebagai sebuah festival, tetapi Bali tidak akan datang. Mengapa? Karena kualitas orang-orang pada masa itu tidak ada pada hari ini. Tidak diragukan lagi, Bali mencintai rakyatnya. Tetapi orang-orang di zaman sekarang harus memiliki kekuatan untuk menariknya mengunjungi mereka.

They should be like a powerful magnet which can attract a heavy block of iron. They will then be able to move and melt the heart of the Divine. You are doubtless magnets. But you have to purify yourselves to increase your magnetic power. That purity consists in the triple purity of mind, speech and body.

Mereka harus seperti magnet yang kuat yang dapat menarik balok besi yang berat. Mereka kemudian akan dapat menggerakkan dan meluluhkan hati Tuhan. Engkau bagaikan magnet.

Tetapi engkau harus memurnikan dirimu terlebih dahulu untuk meningkatkan daya magnetmu. Kemurnian itu terdiri dari tiga jenis, yaitu: kemurnian pikiran, ucapan, dan tubuh.

Reasons for merger of the wicked in the Lord

Alasan penggabungan orang-orang jahat di dalam Tuhan

Whatever anyone may do, there can be no deficiency in the Divine. Whether you praise or blame God, neither affects Him. In the *Mahabharata* once Dharmaraja watched with anguish the abuses levelled against Krishna by Shishupala and which Krishna tolerated for quite some time. Then he hurled a plate at Shishupala which severed his head. Dharmaraja saw the blood from Shishupala's body flowing towards Krishna and a Divine flame from his body merging in Krishna.

Apa pun yang dilakukan seseorang, tidak akan ada kekurangan dalam Sang Ilahi. Apakah engkau memuji atau menyalahkan Tuhan, tidak ada yang memengaruhi-Nya. Di Mahabharata, suatu kali Dharmaraja menyaksikan dengan sedih kesewenang-wenangan yang ditujukan kepada Krishna oleh Shishupala dan yang ditoleransi oleh Krishna untuk beberapa waktu. Kemudian dia melemparkan piring ke Shishupala yang memotong kepalanya. Dharmaraja melihat darah dari tubuh Shishupala mengalir menuju Krishna dan nyala api Ilahi dari tubuhnya menyatu dalam Krishna.

Dharmaraja asked Narada how the soul of a wicked person like Shishupala could merge in Krishna. Narada explained that good and bad, fame and blame relate only to the body and not to the *Atma*. The merger in the Divine of devotees who have worshipped the Lord in many ways takes place after a long period of trials and tribulations, but it lasts eternally. In the case of the wicked, who remember the Lord constantly out of hatred, the merger takes place quickly but remains only for a short spell. The merger of soul in the Divine takes place for different reasons. In the case of Kamsa, it was fear of Krishna, which made him always remember Krishna; hatred in the case of Shishupala and Dantavakra, maternal affection in the case of Yashoda, who merged in Krishna through love. The *gopikas* (cow-herd maidens of Vrindavan) merged in the Lord through single-pointed devotion and Radha merged in the Lord owing to *Ekatma bhava* (sense of spiritual oneness). All attained merger. But in each case, it was up to a specific level.

Dharmaraja bertanya kepada Narada bagaimana jiwa orang jahat seperti Shishupala dapat menyatu dalam Krishna. Narada menjelaskan bahwa baik dan buruk, ketenaran dan menyalahkan hanya berhubungan dengan tubuh dan bukan dengan Atma. Penggabungan dalam Divine para bhakta yang telah menyembah Tuhan dalam banyak hal terjadi setelah periode cobaan dan kesusahan yang panjang, tetapi itu berlangsung selamanya. Dalam kasus

orang jahat, yang mengingat Tuhan terus-menerus karena kebencian, penyatuan terjadi dengan cepat tetapi tetap hanya untuk waktu singkat. Penggabungan jiwa dalam Tuhan terjadi karena berbagai alasan. Dalam kasus Kamsa, ketakutan akan Krishna, yang membuatnya selalu mengingat Krishna; kebencian dalam kasus Shishupala dan Dantavakra, kasih sayang ibu dalam kasus Yashoda, yang menyatu dalam Krishna melalui cinta-kasih, yakni para gopika (gadis-gadis gembala sapi Vrindavan) menyatu dalam Tuhan melalui pengabdian berujung tunggal dan Radha menyatu dalam Tuhan karena Ekatma bhava (rasa kesatuan spiritual). Semua penyatuan itu tercapai. Tetapi dalam setiap kasus, itu tergantung pada tingkatan tertentu masing-masing.

Cultivate the spirit of sacrifice

Tumbuh-kembangkan semangat pengorbanan

Do not follow the body. Follow the mind and the *Atma*. The one who follows the *Atma* is the real spiritual seeker.

Jangan mengikuti tubuh jasmani ini. Ikuti pikiran dan Atma. Orang yang mengikuti Atma adalah pencari spiritual sejati.

Contemplating on God with all your heart, chanting His name and surrendering to Him, redeem your lives. The name and fame of God are not derived from outside. They are not the creations of newspapers and pamphlets. They do not change because of any circumstance. The Lord's name and fame grow out of their sacredness and love. Therefore, do not bother about anything. Develop your love. Promote your Divine nature. Cultivate the spirit of sacrifice.

Renungkan Tuhan dengan sepenuh hatimu, nyanyikan nama-Nya dan berserah kepada-Nya, tebus hidupmu. Nama dan ketenaran Tuhan tidak berasal dari luar. Itu bukan kreasi koran dan pamflet. Mereka tidak berubah karena keadaan apa pun. Nama dan ketenaran Tuhan tumbuh dari kesucian dan cinta-kasih-Nya. Karena itu, jangan repot-repot tentang apa pun. Kembangkan cinta-kasihmu. Tingkatkan sifat Ilahi mu. Pupuklah semangat pengorbanan.

Discourse in the Sai Ramesh Hall, Brindavan

Wacana di Sai Ramesh Hall, Brindavan

30 August 1993

STUDENTS AND SATWIC PURITY

PARA SISWA DAN KUALITAS KEMURNIAN SATWIK

*A son without virtue
An education without aim
A life without justice
A community without morality
And a night without the moon
Are of no use to the world.*

*Seorang putra tanpa kebajikan
Pendidikan tanpa tujuan
Hidup tanpa keadilan
Komunitas tanpa moralitas
Dan malam tanpa bulan
Tidak ada gunanya bagi dunia.*

Dear students! Moral education is the primary requisite in life for every student. It is his basic duty. In the Sanskrit language, personality is described as *pourusham*—the hallmark of a *purusha* (a person). Although “personality” and *pourusham* may have the same meaning, they are words pregnant with significance. People who do not know the inner meaning of these terms, use them casually. Only the one who manifests the indwelling, invisible, divine principle in him is qualified to describe himself as a *purusha* (a person). He should manifest the divine power in him.

Para siswa terkasih! Pendidikan moral adalah syarat utama dalam kehidupan bagi setiap siswa. Itu adalah tugas dasarnya. Dalam bahasa Sanskerta, kepribadian digambarkan sebagai *pourusham* — ciri khas *purusha* (seseorang). Meskipun “kepribadian” dan *pourusham* mungkin memiliki arti yang sama, mereka adalah kata-kata yang mengandung makna (yang mendalam). Orang-orang yang tidak tahu makna batin dari istilah-istilah ini, menggunakannya dengan santai. Hanya orang yang memanifestasikan prinsip Ilahi yang eksis di dalam dirinya, yang memenuhi syarat untuk menggambarkan dirinya sebagai *purusha* (seorang manusia). Dia harus memanifestasikan kekuatan ilahi di dalam dirinya.

The Sanskrit term *Pourusha* means a quality associated with moral behaviour. The English word “person” is delved from the Latin term “persona.” In the post-Christian period, the term “persona” came to be used to refer to the Divine assuming a human form. In due course, it was applied to all human beings as persons who were inherently divine.

Istilah Sanskerta *Pourusha* berarti kualitas yang terkait dengan perilaku moral. Kata bahasa Inggris “person” diambil dari istilah Latin “persona.” Pada periode pasca-Kristen, istilah “persona” kemudian digunakan untuk merujuk pada Tuhan yang mengambil wujud sebagai

manusia. Pada waktunya, istilah itu diterapkan pada semua manusia yang pada hakikatnya adalah Sang Ilahi itu sendiri.

The primary duty of man

Tugas utama manusia

The term *Purusha* is commonly used to mean hatred or anger or strength. The true meaning, however, is: it is a quality associated with *Purusha*. *Purushatva* (the *Purusha* principle, manhood) does not refer to externals like dress or other physical features. The sage Narada referred to *Purusha* as *Puman* and declared that whoever realises *Puman* (the Supreme person) becomes saturated with Divine Bliss. Thus, the terms *Purusha* can be applied only to the Divine.

Istilah *Purusha* umumnya digunakan untuk diartikan sebagai kebencian atau kemarahan atau kekuatan. Namun, makna sebenarnya adalah: ia adalah kualitas yang terkait dengan *Purusha*. *Purushatva* (prinsip *Purusha*, kemanusiaan) tidak mengacu pada hal-hal eksternal seperti pakaian atau fitur fisik lainnya. Orang bijak Narada menyebut *Purusha* sebagai *Puman* dan menyatakan bahwa siapa pun yang menyadari *Puman* (manusia agung) akan mengisi dirinya dengan Kebahagiaan Ilahi. Dengan demikian, istilah *Purusha* hanya dapat diterapkan pada Sang Ilahi.

The world outside is just a reflection of your heart. If you fill your heart with love, you will experience love everywhere.

Dunia luar hanyalah berupa cerminan dari (isi) hatimu. Jika kau mengisi hatimu dengan cinta-kasih, maka engkau akan mengalami cinta-kasih dimanapun engkau berada.

Hence, it is the primary duty of man to manifest the divinity in him in his life. One's life-story is regarded as made up of his childhood, growth, achievements, his thoughts and ideals. But what is fundamental to a man's life is his moral stature. *Neeti* (Morality) is delved from the Sanskrit word *Nita*. *Neeti* means right conduct. It is the path that leads one to the sublime. Good character, purity of thought and self-less sacrifice are all covered by *Neeti*. It comprehends all good deeds. "Only a community devoted to morality is a true community," says an adage. The ancients regarded *Neeti* as fundamental, without which the society will be ruined. To promote *Neeti* the Divinity that is in each one must be manifested. For this purpose, even the body has to be made pure and hence good health is essential.

Karena itu, adalah tugas utama manusia untuk memanifestasikan keilahian dalam dirinya dalam hidupnya. Kisah hidup seseorang dianggap terdiri dari masa kecilnya, pertumbuhan, prestasi, pemikiran, dan cita-citanya. Tetapi apa yang mendasar bagi kehidupan seseorang adalah status moralnya. *Neeti* (Moralitas) digali dari kata Sanskerta *Nita*. *Neeti* berarti perilaku yang benar. Itu adalah jalan yang menuntun seseorang menuju kepada keagungan. Karakter yang baik, kemurnian pikiran, dan pengorbanan tanpa pamrih semuanya dicakupi oleh *Neeti*. Ia meliputi semua perbuatan baik. "Hanya komunitas yang mengabdikan diri pada moralitas

adalah komunitas sejati," kata sebuah pepatah. Orang-orang kuno menganggap Neeti sebagai fundamental, yang tanpanya masyarakat akan hancur. Untuk mempromosikan Neeti, Keilahian yang ada di dalam diri setiap orang haruslah diwujudkan. Untuk tujuan ini, bahkan tubuh harus dibuat murni dan karenanya kesehatan yang baik sangat penting.

The word "Health" is derived from the Anglo-Saxon word "*helig*" meaning *pari-poornamu* (wholeness) or inner Spirit. What is the wholeness that is to be achieved? The body consists of the sense organs, the mind, the intellect, the consciousness, and the indwelling Spirit. "Wholeness" means that all these elements should be whole. The mind should be in a state of fullness. It should not be in a state of "jumps and bumps." There should be no room for confusion or depression.

Kata "Kesehatan" berasal dari kata Anglo-Saxon "*helig*" yang berarti *paripoornamu* (keutuhan) atau inner spirit (batin). Apa keutuhan yang ingin dicapai? Tubuh terdiri dari organ-organ indera, pikiran, intelek, kesadaran, dan Batin yang tinggal di dalam. "Keutuhan" berarti bahwa semua elemen ini harus utuh. Pikiran harus dalam kondisi penuh. Pikiran seharusnya tidak dalam keadaan "melompat dan bergoyang." Seharusnya tidak ada ruang untuk kebingungan ataupun depresi.

Practise *sadhana* to discipline the mind **Praktik Sadhana untuk mendisiplinkan batin**

To achieve such a state of mind, it is necessary to understand the meaning of everything and every situation. For instance, if a student has failed in an examination, he should not get depressed. Instead, he should examine the reasons for his failure, whether he had not studied properly or understood the subjects correctly. If he finds that his failure is due to inadequate preparation, he should resolve to do better in the future.

Untuk mencapai keadaan batin seperti itu, perlu memahami arti dari segala sesuatu dan setiap situasi. Misalnya, jika seorang siswa gagal dalam ujian, ia tidak boleh mengalami depresi. Sebaliknya, ia harus memeriksa alasan kegagalannya, apakah ia belum belajar dengan benar atau memahami subjek dengan benar. Jika dia menemukan bahwa kegagalannya adalah karena persiapan yang tidak memadai, dia harus memutuskan untuk melakukan yang lebih baik di masa depan.

To develop one's moral and mental strength, one should practise *sadhana* for disciplining the mind. For this purpose, one has to promote ten kinds of purity (*satwa*).

Untuk mengembangkan kekuatan moral dan mental seseorang, ia harus berlatih *sadhana* untuk mendisiplinkan pikiran. Untuk tujuan ini, seseorang harus meningkatkan sepuluh jenis kemurnian.

The **first** is purity of the place in which one lives. It is necessary to fill the room in which one resides or studies with a *satwic* (pure) atmosphere. The pictures or other objects you see should fill you with peace and pure thoughts. Objects which arouse agitation and bad

thoughts should have no place. The room should be clean and free from anything that is impure.

Yang pertama adalah kemurnian tempat tinggal seseorang. Adalah perlu untuk mengisi ruangan di mana seseorang tinggal atau belajar dengan suasana satwik (murni). Gambar-gambar atau objek lain yang engkau lihat harus memenuhimu dengan kedamaian dan pikiran murni. Benda-benda yang membangkitkan agitasi dan pikiran buruk seharusnya tidak memiliki tempat. Ruangan harus bersih dan bebas dari segala hal yang tidak murni.

Second: In the family in which you live, there should be mutual understanding and cooperation, and a sense of harmony. There should be no discord in the family that will create a bad atmosphere. A harmonious atmosphere will give you true peace of mind.

Kedua: Dalam keluarga tempat engkau tinggal, harus ada saling pengertian dan kerja sama, dan rasa harmoni. Seharusnya tidak ada perselisihan dalam keluarga yang akan menciptakan suasana yang buruk. Suasana yang harmonis akan memberimu ketenangan batin.

The **third** need is *satwic* food. This means that none of the edible items should be excessively sour, bitter or hot. You should eschew *rajasic* (food which excites the passions or intoxicates) food like fish or meat. Even good *satwic* food should not be taken in excess. Some people consume so much of *satwic* food that even though it is *satwa*, it develops *rajasic* qualities. It is only *satwic* when you sit for the meal with a light stomach and get up from it with a light stomach! If you sit with a light stomach and get up with a weighty stomach, it becomes *tamasic*.

Kebutuhan ketiga adalah makanan satwik. Ini berarti bahwa sebaiknya tidak ada makanan yang terlalu asam, pahit, atau pedas. Engkau harus menghindari makanan rajasik (makanan yang menggairahkan nafsu atau minuman keras) seperti ikan atau daging. Bahkan makanan satwik yang baik tidak boleh dikonsumsi berlebihan. Beberapa orang mengonsumsi begitu banyak makanan satwik sehingga meskipun merupakan satwa, ia mengembangkan kualitas rajasik. Itu hanya satwik ketika engkau duduk untuk makan dengan perut ringan dan bangun dari itu dengan perut ringan! Jika engkau duduk dengan perut yang ringan dan bangun dengan perut yang berat, itu menjadi tamasik.

Fourth: Whatever fluids you take should also be *satwic*. You should not drink whatever water is available. It should be pure water. Alcoholic spirits should be eschewed.

Keempat: Cairan apa pun yang engkau minum juga harus satwik. Engkau tidak boleh minum air apa pun yang tersedia. Itu harus berupa air murni. Minuman alkoholik harus dihindari.

Fifth: *Satwic* thoughts and feelings are of great importance. Students tend to neglect this factor. Only if your thoughts and feelings are pure, can you get the full benefit of a clean room, a good family and pure food.

Kelima: Pikiran dan perasaan satwik sangat penting. Siswa cenderung mengabaikan faktor ini. Hanya apabila pikiran dan perasaanmu murni, engkau baru dapat memperoleh manfaat penuh dari kamar yang bersih, keluarga yang baik, dan makanan murni.

Sixth: If you want to develop *satwic* feelings and thoughts, your vision must be pure. All *srishti* (creation) is based upon *drishti* (sight). It is only when you have wrong vision that you have wrong thoughts. You must look upon every elderly woman as your mother and all women who are younger as your sisters. When you are filled with such pure thoughts, you will have pure feelings. It is because you are students, you have to be told this. Imagine how offended you will feel if someone looks at your mother or sister with an evil eye. Realising this, you have to entertain pure feelings towards other women. You should not commit the sort of offences which you will not tolerate in others.

Keenam: Jika engkau ingin mengembangkan perasaan dan pikiran satwik, visimu harus murni. Semua *srishti* (ciptaan) didasarkan pada *drishti* (penglihatan). Hanya ketika engkau memiliki visi yang salah maka engkau akan memiliki pikiran yang salah. Engkau harus memandang setiap wanita yang lebih tua sebagai ibumu dan semua wanita yang lebih muda sebagai saudara perempuanmu. Ketika engkau dipenuhi dengan pikiran murni seperti itu, engkau akan memiliki perasaan murni. Oleh karena engkau adalah siswa, maka dirimu harus diberitahu tentang hal ini. Bayangkan betapa tersinggungnya dirimu jika seseorang menatap ibu atau saudara perempuanmu dengan mata jahat. Menyadari hal ini, engkau harus memiliki perasaan murni terhadap wanita lain. Engkau tidak boleh melakukan jenis pelanggaran yang tidak akan engkau toleransi pada orang lain.

Seventh: Whatever books you read or whatever you write should be pure. This is the *sadhana* relating to *study-sahitya satwika* (purity of literature, of that which is read). If you read or write that which is not pure, it warps your mind. A good book makes for a good mind. Any book you may study about Physics or Chemistry or other subjects, does not affect your character. But books which are literary, are not always good literature. If improper books are prescribed for study, treat them as mere text-books and do not attach any high value to them as guides for life.

Ketujuh: Apa pun buku yang engkau baca atau apa pun yang engkau tulis haruslah murni. Ini adalah *sadhana* yang berkaitan dengan studi-sahitya satwika (kesucian literatur, dari yang dibaca). Jika engkau membaca atau menulis hal-hal yang tidak murni, maka hal itu akan mempengaruhi batinmu. Buku yang bagus membuat batin menjadi baik. Buku apa pun yang engkau pelajari tentang Fisika atau Kimia atau mata pelajaran lain, itu tidak memengaruhi karaktermu. Akan tetapi buku-buku sastra, tidak selalu merupakan sastra yang baik. Jika buku-buku yang tidak pantas diresepkan untuk dipelajari, perlakukanlah buku-buku itu seolah-olah hanya sebagai buku teks dan jangan berikan nilai tinggi padanya sebagai panduan seumur hidup.

Eighth: Pure *satwic* service. With regard to service, you have to decide what is *satwic* and what is *rajasic*. We go and clean streets, build roads in villages or dig wells and do them all as a service to the community. But the kind of service which we do should give real happiness

to the people. In the name of "social work" you go to a hospital and approach a patient. This is not real service. Any person whom you wish to serve, you should regard as an embodiment of the Divine. Going to the help of the destitute and the neglected is rendering service to God.

Kedelapan: Layanan satwik murni. Berkenaan dengan layanan, engkau harus memutuskan apa yang satwik dan apa yang rajasik. Kita pergi dan membersihkan jalan, membangun jalan di desa atau menggali sumur dan melakukan semuanya sebagai layanan kepada masyarakat. Tetapi jenis pelayanan yang kita lakukan haruslah memberikan kebahagiaan nyata kepada orang-orang. Atas nama "pekerjaan sosial" engkau pergi ke rumah sakit dan mendekati seorang pasien. Ini bukan layanan nyata. Siapa pun yang ingin engkau layani, engkau harus menganggapnya sebagai perwujudan Tuhan. Pergi untuk memberi bantuan kepada orang yang melarat dan yang terlantar, ini adalah memberikan pelayanan kepada Tuhan.

Narayana has two forms: one is "Lakshmi Narayana" (God dwelling in the rich), the other is "Daridra Narayana" (God dwelling in the poor). This "Lakshmi-Narayana" is full of wealth. He is able to help any number of people. He will be able to get many persons to serve him. But, for 'Daridra Narayana' there is nobody to serve him. It is to such persons that we should do *satwik* service.

Narayana memiliki dua wujud: satu adalah "Lakshmi Narayana" (Tuhan bersemayam dalam orang kaya), yang lainnya adalah "Daridra Narayana" (Tuhan bersemayam dalam orang miskin). "Lakshmi-Narayana" ini penuh dengan kekayaan. Beliau mampu membantu sejumlah orang. Beliau akan bisa mendapatkan banyak orang untuk melayaninya. Tetapi, untuk 'Daridra Narayana' tidak ada seorang pun yang melayaninya. Kepada orang-orang seperti inilah kita harus melakukan pelayanan satwik.

Ninth: *Sadhana* (spiritual practices). This is spiritual discipline. This must be *satwa*. Some people do *Hata Yoga* (yogic exercises). Some strive to develop the *Kundalini Shakti* (Kundalini energy). Some invoke evil spirits, to do harm to others. These forms of *sadhana* are not *sadhana* at all. The individual is *Chit* (Consciousness), God is *Sat* (The Eternal Absolute). When *Sat* and *Chit* combine, you have *Ananda* (Bliss).

Kesembilan: *Sadhana* (latihan spiritual). Ini adalah disiplin spiritual. Ini pasti *satwa*. Beberapa orang melakukan *Hata Yoga* (latihan yoga). Beberapa berusaha mengembangkan *Kundalini Shakti* (energi *Kundalini*). Beberapa memohon roh jahat, untuk menyakiti orang lain. Bentuk-bentuk *sadhana* ini sama sekali bukan *sadhana*. Individu adalah *Chit* (Kesadaran), Tuhan adalah *Sat* (Absolut Abadi). Ketika *Sat* dan *Chit* bergabung, engkau memiliki *Ananda* (Kebahagiaan Sejati).

Sath-Chith-Ananda (Being-Awareness- Bliss). Only the *sadhana* undertaken to realise *Satchidananda* is true *sadhana*. Where is this *Sath*? This *Sath*, the Divine, is in everybody. So, you must be prepared to serve everybody, regarding everyone as the Divine. You may have normal relationship with your kith and kin. There is nothing wrong in this. You must perform *sadhana* in the spirit that the One pervades the many. In this process,

you must cultivate the feeling of Love. There is no higher *sadhana* than the cultivation of Love!

Sath-Chith-Ananda (Being-Awareness-Bliss). Hanya *sadhana* yang dilakukan untuk mewujudkan Satchidananda adalah *sadhana* sejati. Di mana Sath ini? Sath ini, Yang Ilahi, ada di dalam setiap orang. Jadi, engkau harus siap untuk melayani semua orang, menganggap semua orang sebagai Tuhan. Engkau mungkin memiliki hubungan normal dengan saudara dan kerabatmu. Tidak ada yang salah dalam hal ini. Engkau harus melakukan *sadhana* dalam semangat bahwa yang Maha Esa meliputi banyak yang lainnya. Dalam proses ini, engkau harus memupuk perasaan Cinta-Kasih. Tidak ada *sadhana* yang lebih tinggi dari pemupukan Cinta-Kasih!

Gopikas' devotion to Krishna

Bhakti para Gopika terhadap Krishna

Uddhava was an adept in the path of *Jnana Yoga* (Knowledge and Wisdom). He wanted to teach the *gopikas* (the cowherdresses) the path of wisdom. So, he approached Krishna. Krishna told Uddhava: "The *gopikas* are totally devoted to me. Their devotion is fundamental to their life and reaches My heart! Their purity and devotion are like a light that shines! You cannot understand the hearts of such devotees! I am completely enshrined in their hearts." Uddhava doubted whether the ignorant and illiterate *gopikas* could understand the Divine.

Uddhava adalah seorang ahli dalam *Jnana Yoga* (Pengetahuan dan Kebijaksanaan). Dia ingin mengajar para *gopika* (para gembala sapi) jalan kebijaksanaan. Jadi, dia mendekati Krishna. Krishna mengatakan kepada Uddhava: "Para *gopika* benar-benar mengabdikan kepada-Ku. Pengabdian mereka sangat penting bagi kehidupan mereka dan mencapai hati-Ku! Kemurnian dan pengabdian mereka seperti cahaya yang bersinar! Engkau tidak dapat memahami hati para bhakta seperti itu! Aku benar-benar diabadikan dalam hati mereka." Uddhava ragu apakah para *gopika* yang tidak tahu dan buta huruf bisa memahami Yang Ilahi.

To dispel the doubts of Uddhava, Krishna sent him to Repalle (Vrindavan). Uddhava summoned the *gopikas* and told them: "I will teach you the path of *Jnana* (Wisdom) to realise the Divine." The *Gopikas* came to Uddhava and told him, "We are not interested in learning any *shastras* (scriptures)! Teach us one simple means by which we can realise Krishna! We are not aware of any *yoga* (mastery over the vagaries of the mind) or *bhoga* (enjoyment) or *mantra*. Krishna is everything for us, our *yoga* or *bhoga*. Please, therefore, tell us the means by which we can obtain Krishna! We do not want to waste our time on *yoga*."

Untuk menghilangkan keraguan Uddhava, Krishna mengirimnya ke Repalle (Vrindavan). Uddhava memanggil *gopika* dan berkata kepada mereka: "Aku akan mengajarimu cara *Jnana* (Kebijaksanaan) untuk mewujudkan Yang Ilahi." Ajari kami satu cara sederhana yang dengannya kami dapat mewujudkan Krishna! Kami tidak mengetahui *yoga* (penguasaan pikiran) atau *bhoga* (kesenangan) atau *mantra*. Krishna adalah segalanya bagi kami, *yoga* atau

kami. Tolong, karena itu, beri tahu kami bagaimana kami bisa mendapatkan Krishna! Kami tidak ingin membuang waktu untuk yoga.

Uddhava asked the *gopikas*: "How can you become one with Krishna?" One *gopika* answered:

"If Krishna were a flower, I would be a bee whirling round Him. If He were a tree, I would be a creeper twining round him. If He were a mountain, I would be a river cascading from its top! If Krishna were the boundless sky, I would be a little star, twinkling in the firmament. If He were the deep ocean, I would be a small stream, joining the ocean. This is the way I would be one with Krishna and merge with Him." Another *gopi* said: "If Krishna were a flower, I would be a bee which goes on sucking every drop of honey in the flower tasting the nectar that is there! This is our approach to God." So, spiritual *sadhana* means to regard a mountain or a tree, or a flower, or the ocean, as a means of God-realisation.

Uddhava bertanya kepada para *gopika*: "Bagaimana engkau bisa menjadi satu dengan Krishna?" Seorang *gopika* menjawab:

Jika Krishna adalah bunga, aku akan menjadi lebah yang berputar di sekeliling-Nya. Jika Dia adalah pohon, aku akan menjadi menjalar melilitnya. Jika Dia adalah sebuah gunung, aku akan menjadi sungai yang mengalir dari puncaknya! Jika Krishna adalah langit tanpa batas, aku akan menjadi bintang kecil, bersinar di cakrawala. Jika Dia adalah samudera yang dalam, aku akan menjadi aliran kecil, bergabung dengan samudera. Ini adalah caraku menjadi satu dengan Krishna dan bergabung dengan-Nya. "Gopi lain berkata:" Jika Krishna adalah bunga, aku akan menjadi lebah yang terus mengisap setiap tetes madu di bunga mencicipi nektar yang ada di sana! Ini adalah pendekatan kami kepada Tuhan. "Jadi, *sadhana* spiritual berarti menganggap gunung atau pohon, atau bunga, atau lautan, sebagai sarana realisasi Tuhan.

Tenth: Your occupation or profession. What is the kind of work you should take up? It should be work which can benefit the nation, the community. The nation enables you to earn a living. You must see what you can give to the nation, in return. You must ask yourself: "What is the service, what is the help I can do for the community?" You must see that there is no untruth in any work you do, no unfairness, no fraud, no evil motive.

Kesepuluh: Pekerjaan atau profesimu. Jenis pekerjaan apa yang harus engkau ambil? Ini harus menjadi pekerjaan yang dapat bermanfaat bagi bangsa, masyarakat. Bangsa ini memungkinkanmu mencari nafkah. Engkau harus melihat apa yang dapat engkau berikan kepada bangsa, sebagai gantinya. Engkau harus bertanya pada diri sendiri: "Apa layanannya, apa bantuan yang bisa kulakukan untuk masyarakat?" Engkau harus melihat bahwa tidak ada ketidakbenaran dalam pekerjaan apa pun yang engkau lakukan, tidak ada ketidakadilan, tidak ada penipuan, tidak ada motif jahat.

Ensure freedom from birth by present *karma*

Pastikan kebebasan dari kelahiran oleh karma saat ini

These are the pure things which you have to observe in your life. If you engage your-selves in right action, you will not be bound by the consequences of *karma* (one's actions, and

the accompanying results). Because of past *karma*, you have got the present life. By your present *karma* you can ensure freedom from birth. Through love, you develop faith; through faith and earnestness, you acquire knowledge; through knowledge, you develop *sadhana* (spiritual practices), and through *sadhana*, you achieve the goal. So, for practising *sadhana*, you require wisdom, and for acquiring wisdom, you require *sraddha* (earnestness and faith) and for *sraddha* you must cultivate love. So, love is the means and for this you must acquire control of the senses. If gradually you reduce your desires, you will be able to bring the senses under control.

Ini adalah hal-hal murni yang harus engkau amati dalam hidupmu. Jika engkau melibatkan diri dalam tindakan yang benar, maka engkau tidak akan terikat oleh konsekuensi karma (tindakan seseorang, dan hasil yang menyertainya). Karena karma masa lalu, engkau telah mendapatkan kehidupan saat ini. Dengan karmamu saat ini, engkau dapat memastikan kebebasan dari kelahiran (kembali). Melalui cinta-kasih, engkau mengembangkan keyakinan melalui keyakinan dan kesungguhan, engkau memperoleh pengetahuan; melalui pengetahuan, engkau mengembangkan *sadhana* (latihan spiritual), dan melalui *sadhana*, engkau mencapai tujuan. Jadi, untuk mempraktikkan *sadhana*, engkau memerlukan kebijaksanaan, dan untuk memperoleh kebijaksanaan, engkau memerlukan *sraddha* (kesungguhan dan keyakinan) dan untuk *sraddha* engkau harus memupuk cinta-kasih. Jadi, cinta-kasih adalah sarana dan untuk ini engkau harus menguasai (panca) indra. Jika secara bertahap engkau mengurangi keinginanmu, maka engkau akan dapat mengendalikan (panca) indera.

Every student should prepare himself to serve as an ideal for the community. There should be no discord among your college-mates and no room for hate or ill-will. You should discharge your duties and please your parents by your conduct. Strive to bring credit to your educational institute. Above all, try to earn the grace of God by being helpful to your fellow-beings. Only these constitute true education.

Setiap siswa harus mempersiapkan diri untuk melayani sebagai panutan bagi masyarakat. Seharusnya tidak ada perselisihan di antara teman kuliahmu dan tidak ada ruang untuk kebencian atau niat buruk. Engkau harus melepaskan tugasmu dan menyenangkan orang tua dengan perilakumu. Berusaha keras untuk membawa kredit ke lembaga pendidikanmu. Di atas segalanya, cobalah untuk mendapatkan rahmat Tuhan dengan membantu sesama makhluk. Hanya ini yang merupakan pendidikan sejati.

Different branches of knowledge are like rivers, while spiritual knowledge is the ocean. Even as the rivers merge in the ocean, all types of knowledge merge in spiritual knowledge.

Cabang-cabang pengetahuan yang berbeda adalah seperti sungai, sedangkan pengetahuan spiritual adalah samudera. Bahkan ketika sungai menyatu di lautan, semua jenis pengetahuan menyatu dalam pengetahuan spiritual.

You must bear in mind the company you keep. Kabir said, "I salute the bad and also the good!" Kabir was asked: "We can understand your offering salutations to the good, but what

is the point in offering salutations to the bad?" He replied, "When I salute the bad, I am saluting them, saying, please remove yourself from my presence. I salute the good, saying, please come to me!" You must avoid the company of the bad and cultivate the company of the good. Association with the good (*satsang*) is pure *yoga*! I desire that you should pursue this kind of *yoga* and confer happiness on all people with whom you are associated!

Engkau harus ingat pergaulan yang engkau miliki. Kabir berkata, "Aku memberi salam kepada yang buruk dan juga yang baik!" Kabir ditanya: "Kami bisa memahami engkau memberikan salam kepada yang baik, tetapi apa gunanya memberikan salam kepada yang buruk?" Dia menjawab, "Ketika aku memberi salam pada yang buruk, aku memberi salam kepada mereka, mengatakan, tolong singkirkan dirimu dari kehadiranku. Aku memberi salam pada yang baik, sembari berkata, tolong datang kepadaku! "Engkau harus menghindari pergaulan dengan orang jahat dan memupuk pergaulan dengan orang baik. Pergaulan dengan yang baik (*satsang*) adalah *yoga* murni! Aku berhasrat agar engkau mengikuti *yoga* jenis ini dan memberikan kebahagiaan kepada semua orang yang berhubungan denganmu!

You should strive to get rid of all your bad thoughts, give up all your bad traits, dis-charge your obligations to your parents, render selfless service to the community and thereby redeem your lives and earn the grace of God. This is my blessing for all of you.

Engkau harus berusaha untuk menyingkirkan semua pikiran burukmu, melepaskan semua sifat buruk, tunaikan kewajibanmu kepada orang tuamu, memberikan pelayanan tanpa pamrih kepada masyarakat dan dengan demikian menebus hidupmu dan mendapatkan rahmat Tuhan. Ini adalah berkah-Ku untuk kalian semua.

Discourse at Brindavan, 29 December 1985

Sathya Sai Speaks Vol.18/Ch.31: 29 December 1985

<http://sssbpt.info/ssspeak/volume18/sss18-31.pdf>

PURITY OF THE HEART IS TRUE SPIRITUAL DISCIPLINE

KEMURNIAN HATI MERUPAKAN DISIPLIN SPIRITUAL SEJATI

*Without any real work, chatting throughout the day, is this spiritual discipline, do you think?
Following a regimen of feeding your belly thrice a day, do you think it is spiritual discipline?
Vigorous activity by day and deep sleep by night, do you think this is spiritual discipline?
Is this for which God created you?
You spend a whole lot of time in this kind of regimen, but this is not spiritual discipline.
Do not waste your time in this manner. From this moment strive to know God. This alone is spiritual discipline.
(Telugu poem)*

*Tanpa kerja nyata, mengobrol sepanjang hari, apakah ini disiplin spiritual, menurutmu?
Mengikuti aturan makan perutmu tiga kali sehari, menurutmu apakah itu disiplin spiritual?
Aktivitas yang intensif di siang hari dan tidur nyenyak di malam hari, apakah engkau pikir ini adalah disiplin spiritual?
Apakah ini yang Tuhan ciptakan untukmu?
Engkau menghabiskan banyak waktu dalam rejimen semacam ini, tetapi ini bukan disiplin spiritual.
Jangan buang waktumu dengan cara ini.
Mulai saat ini berusaha untuk mengenal Tuhan. Ini saja adalah disiplin spiritual.
(Puisi bahasa Telugu)*

Embodiments of Love! The all-pervading consciousness is called Divinity. It is also said that Divinity is present in all living beings. But no one has seen that omnipresent Divinity.

Perwujudan Kasih! Kesadaran yang meliputi segalanya disebut Keilahian. Juga dikatakan bahwa Keilahian hadir dalam semua makhluk hidup. Tetapi belum ada yang melihat keilahian yang ada di mana-mana itu.

Only human beings can contemplate on and realise the Cosmic Person. In fact, human life itself is the manifestation of Divine power. But some people do not agree with this statement.

Hanya manusia yang dapat merenungkan dan menyadari Pribadi Kosmik. Padahal, kehidupan manusia itu sendiri adalah manifestasi dari kekuatan Ilahi. Tetapi beberapa orang tidak setuju dengan pernyataan ini.

Divinity is manifest in every living being. The same *Atmic Principle* (*Atma Tatwa*) is present not only in human beings but in every living being in the universe. But one has to have a pure

and self-less heart to realise this truth. In order to realise this truth, you have to constantly contemplate on God. By doing so, your heart will become pure and peaceful. The moment you attain that stage, God will surely perceptibly manifest in you.

Keilahian dimanifestasikan dalam setiap makhluk hidup. Prinsip Atma yang sama (Atma Tatwa) hadir tidak hanya pada manusia tetapi pada setiap makhluk hidup di alam semesta. Tetapi seseorang harus memiliki hati yang murni dan tidak mementingkan diri sendiri untuk menyadari kebenaran ini. Untuk menyadari kebenaran ini, engkau harus terus merenungkan Tuhan. Dengan melakukan itu, hatimu akan menjadi murni dan damai. Saat engkau mencapai tahap itu, Tuhan pasti akan nyata terwujud dalam dirimu.

This must be your spiritual discipline (*sadhana*). It is not the practice of meditation alone that can make God manifest to the spiritual aspirant.

Ini harus menjadi disiplin spiritualmu (*sadhana*). Bukan praktik meditasi saja yang dapat membuat Tuhan terwujud bagi calon spiritual.

God is present as the indweller uniformly in human beings as well as insects, birds and beasts. Suppose you put a question, "Where is God now?" The spontaneous answer would be that God is present in you also. Several people undertake spiritual disciplines like meditation to find answers to such questions.

Tuhan hadir sebagai penghuni yang berdiam secara seragam dalam diri manusia dan juga serangga, burung, dan binatang buas. Misalkan engkau mengajukan pertanyaan, "Di mana Tuhan sekarang?" Jawaban spontan adalah Tuhan hadir di dalam dirimu juga. Beberapa orang melakukan disiplin spiritual seperti meditasi untuk menemukan jawaban atas pertanyaan seperti itu.

Sage Narada affirmed that God could be realised through the nine forms of devotion, namely, listening, singing, contemplating on Vishnu, serving His lotus feet, salutation, worship, servitude, friendship, and self-surrender (*sravanam, kirtanam, Vishnusmaranam, Padasevanam, vandanam, archanam, dasyam, sneham, Atmanivedanam*).

Sage Narada menegaskan bahwa Tuhan dapat diwujudkan melalui sembilan bentuk cara bhakti, yaitu, mendengarkan, menyanyi, merenungkan Wisnu, melayani kaki-padma-Nya, penghormatan, ibadah, pelayanan, persahabatan, dan penyerahan diri (*sravanam, kirtanam, Vishnusmaranam, Padasevanam, vandanam, archanam, dasyam, sneham, Atmanive danam*).

There is no one in this world in whose heart God does not dwell as the indweller. Therefore, is meditation required to visualise such an all pervading and omnipresent God?

Tidak ada seorang pun di dunia ini yang di dalam hatinya Tuhan tidak bersemayam sebagai penghuni. Karena itu, apakah meditasi diperlukan untuk memvisualisasikan Tuhan yang serba meliputi dan serba ada?

Many teach different techniques of meditation today. But meditation is meant to acquire purity of the spiritual heart, for, without attaining purity of the heart, the seat of awareness, God, cannot be realised. Hence, one has to strive to attain purity of the spiritual heart.

Banyak yang mengajarkan berbagai teknik meditasi hari ini. Tetapi meditasi dimaksudkan untuk memperoleh kemurnian hati spiritual, karena, tanpa mencapai kemurnian hati, kedudukan kesadaran, Tuhan, tidak dapat diwujudkan. Karena itu, seseorang harus berusaha untuk mencapai kemurnian hati spiritual.

What kind of spiritual exercises (*sadhanas*) did Kamsa do in the *Dwapara Yuga* (the age preceding *Kali Yuga*, in which Krishna was born)? In fact, he was constantly abusing Lord Krishna. However, Lord Krishna was so compassionate that He gave His *darshan* (sight of the Lord) to Kamsa.

Latihan spiritual macam apa (*sadhana*) yang dilakukan Kamsa di *Dwapara Yuga* (zaman sebelum *Kali Yuga*, di mana Krishna dilahirkan)? Bahkan, dia terus-menerus melecehkan Lord Krishna. Namun, Tuhan Krishna sangat berbelas kasih sehingga Dia memberikan *darshan* (pandangan Tuhan) kepada Kamsa.

No spiritual discipline will help in realising God if one is devoid of purity of the heart. The different kinds of disciplines like fasting and meditation, etc., will help to develop faith in the omnipresent God, who, in fact, resides as the indweller in you.

Tidak ada disiplin spiritual yang akan membantu mewujudkan Tuhan jika seseorang tidak memiliki kemurnian hati. Berbagai jenis disiplin ilmu seperti puasa dan meditasi, dll., akan membantu mengembangkan iman/keyakinan kepada Tuhan yang ada di mana-mana, yang, pada kenyataannya, berdiam sebagai penghuni dalam dirimu.

People generally think that God gave *darshan* to such and such person. But the truth is God never gives *darshan* to people who have no purity of the heart. Hence, if you wish to have *darshan* of God, you must develop purity of the heart.

Orang umumnya berpikir bahwa Tuhan memberikan *darshan* kepada orang ini dan itu. Tetapi kebenarannya adalah Tuhan tidak pernah memberikan *darshan* kepada orang yang tidak memiliki kemurnian hati. Karena itu, jika engkau ingin memiliki *darshan* Tuhan, engkau harus mengembangkan kemurnian hati.

All kinds of spiritual exercises are meant only to attain purity. The moment you attain purity of the heart, the omnipresent God will manifest right in front of you. Unfortunately, today in the world, there is a dearth of gurus who can firmly lead the seeker on the path of purity. They confine themselves to some mechanical techniques of meditation in exchange for money.

Semua jenis latihan spiritual hanya dimaksudkan untuk mencapai kemurnian. Saat engkau mencapai kemurnian hati, Tuhan yang Maha Ada akan muncul tepat di depanmu. Sayangnya, hari ini di dunia, ada kelangkaan guru yang dapat dengan kuat memimpin para pencari di jalan kemurnian. Mereka membatasi diri pada beberapa teknik meditasi mekanis dengan imbalan uang.

In fact, one does not need to undertake any complex system of meditation. One can undertake the simple spiritual exercise of constant contemplation on the omnipresent God. Few teach such simple methods nowadays. People listen to and read about several intriguing kinds of meditation and start the one that catches their interest or imagination.

Faktanya, seseorang tidak perlu melakukan sistem meditasi yang rumit. Seseorang dapat melakukan latihan spiritual sederhana dari kontemplasi yang konstan pada Tuhan yang Maha Ada. Beberapa mengajarkan metode sederhana seperti saat ini. Orang-orang mendengarkan dan membaca tentang beberapa jenis meditasi yang menarik dan memulai yang menarik minat atau imajinasi mereka.

Embodiments of Love! If you want to visualize God, you must attain purity of the heart. You refer to a certain individual and say that he is your father. But the father is embarrassed at such reference since he is, in reality, the same *Atmic Principle (Atma Tatwa)* that is present in all human beings.

Perwujudan Kasih! Jika engkau ingin memvisualisasikan Tuhan, engkau harus mencapai kemurnian hati. Engkau merujuk pada individu tertentu dan mengatakan bahwa dia adalah ayahmu. Tapi sang ayah malu dengan referensi seperti itu karena dia, pada kenyataannya, Prinsip Atma yang sama (*Atma Tatwa*) yang ada pada semua manusia.

Do not consider anyone as an enemy and abuse them. One day, they may be an enemy to you, but you may become friends on another. Don't consider someone as separate from you. All are friends.

Jangan menganggap siapa pun sebagai musuh dan melecehkan mereka. Suatu hari, mereka mungkin menjadi musuhmu, tetapi engkau bisa menjadi teman di hari lain. Jangan menganggap seseorang sebagai terpisah darimu. Semuanya adalah teman.

You marry some girl and refer to her as your wife, but she is, in fact, the embodiment of the Divine *Atma*. Similarly, you caress a child affectionately, calling it as your son. But the same child may tell you that he is not your son in reality but the embodiment of Divinity. Thus, all relationships in this world are in fact, only *Atmic* relationships.

Engkau menikahi seorang gadis dan menyebutnya sebagai istrimu, tetapi dia sebenarnya adalah perwujudan dari Atma Ilahi. Demikian pula, engkau membelai anak dengan penuh kasih sayang, menyebutnya sebagai anakmu. Tetapi anak yang sama dapat memberi tahumu bahwa dia sebenarnya bukan putramu, tetapi perwujudan Keilahian. Jadi, semua hubungan di dunia ini sebenarnya, hanya hubungan Atma.

To speak the truth, real Self-realisation (*Atmasakshatkara*) is the merging of the individual self (*jeeva*) with the Supreme Self (Brahman). Anyone you come across is verily God. How can there be human beings without such omnipresent Divinity?

Berbicara tentang kebenaran, Realisasi Diri sejati (*Atmasakshatkara*) adalah penggabungan diri individu (*jeeva*) dengan Diri Agung (Brahman). Siapa pun yang engkau temui adalah Tuhan. Bagaimana bisa ada manusia tanpa adanya Keilahian yang ada dimana-mana?

Lord Krishna declared that He incarnates again and again whenever there was decline in the practice of righteousness (*dharma*). He also declared that He was the seed (*bee-jam*) in all living beings. Though He moved intimately with the cowherd boys and girls (*gopals* and *gopikas*), He was never bound by their relationship with Him.

Sri Krishna menyatakan bahwa Dia menjelma berulang kali setiap kali ada penurunan dalam praktik kebenaran (*dharma*). Dia juga menyatakan bahwa Dia adalah benih (selai lebah) dalam semua makhluk hidup. Meskipun Dia bergerak secara intim dengan para gembala lelaki dan perempuan (*gopala* dan *gopikas*), Dia tidak pernah terikat oleh hubungan mereka dengan-Nya.

The cowherd maidens who were aware of this truth constantly contemplated on Him, chanting the Divine name, "Krishna! Krishna!" The very name Krishna brought the Embodiment of Divine *Atma* before their eyes. The maidens were highly realised souls who had the firm conviction that the same *Atmic* Principle was present in every individual, nay, every living being. That is why they could visualise Krishna in every individual and every object of the world.

Para gadis gembala sapi yang menyadari kebenaran ini terus-menerus merenungkan Dia, meneriakan nama Ilahi, "Krishna! Krishna!" Nama Krishna membawa Perwujudan Atma Ilahi di depan mata mereka. Para gadis adalah jiwa yang sangat tercerahkan yang memiliki keyakinan kuat bahwa Prinsip Atma yang sama hadir dalam setiap individu, bahkan dalam setiap makhluk hidup. Itulah sebabnya mereka dapat memvisualisasikan Krishna di setiap individu dan setiap objek di dunia.

All that we see in the objective world, say, for example, this hall, the buildings around, etc., are not really objects. People often get deluded into thinking so, seeing their external forms. The universal *Atmic* Principle (*Atma Tatwa*) is present in all these objects. Only the cowherd maidens realised that Supreme Truth naturally and spontaneously. They could visualise Krishna in all individuals and objects.

Semua yang kita lihat di dunia objektif, katakanlah, misalnya, aula ini, bangunan-bangunan di sekitar, dll., bukanlah secara benar-benar merupakan objek. Orang sering tertipu untuk berpikir demikian, melihat bentuk luarnya. Prinsip Atma yang universal (*Atma Tatwa*) hadir dalam semua objek ini. Hanya gadis gembala sapi yang menyadari bahwa Kebenaran Tertinggi secara alami dan spontan. Mereka dapat memvisualisasikan Krishna dalam semua individu dan objek.

We often refer to individuals as my son, my brother, my father, my mother, my wife, etc., keeping in view the worldly relationships. But the truth is that the same God is manifesting through all those individuals. Hence, one has to consider every individual as the embodiment of Divinity. The entire universe is permeated by the Principle of God (*Brahma Tatwa*). All names and forms attributed to the *Atmic* Principle are our own making.

Kita sering menyebut individu sebagai putra saya, saudara lelaki saya, ayah saya, ibu saya, istri saya, dll., Menjaga hubungan duniawi. Tetapi kebenarannya adalah bahwa Tuhan yang sama termanifestasikan melalui semua individu itu. Karena itu, seseorang harus menganggap setiap individu sebagai perwujudan keilahian. Seluruh alam semesta diserap oleh Prinsip Tuhan (*Brahma Tatwa*). Semua nama dan wujud yang dikaitkan dengan Prinsip Atma adalah kreasi kita sendiri.

Ramakrishna *Paramahansa* used to perform several methods/modes of worship to Mother Kali throughout the day. One day, the Divine Mother appeared before him and asked, "Ramakrishna! You are getting madder day by day. You worship Me in a particular form. Why do you confine Me to this form and that form? In fact, all forms are Mine. Whomsoever you come across, consider them as the embodiments of Divinity."

Ramakrishna *Paramahansa* biasa melakukan beberapa metode/cara ibadah kepada Bunda Kali sepanjang hari. Suatu hari, Bunda Ilahi muncul di hadapannya dan bertanya, "Ramakrishna! engkau semakin marah hari demi hari. Engkau memuja-Ku dalam bentuk tertentu. Mengapa engkau membatasi-Ku pada wujud ini dan wujud itu? Sebetulnya, semua bentuk adalah milik-Ku. Siapa pun yang engkau temui, anggap mereka sebagai perwujudan Ketuhanan."

God is pure and attributeless. Such an attributeless and unsullied Divinity is present in every human being. All human beings are, in fact, reflections of such an omnipresent Divinity. Hence, every human being has to be considered as the embodiment of Divinity and respected. Though God is omnipresent, He assumes a particular form and serves the human beings in many ways. Right from now, realise this truth that all names and forms are His. Consider anyone you come across, as the embodiment of Divinity. When you develop such an attitude, you can see God anywhere and everywhere.

Tuhan itu murni dan tanpa atribut. Keilahian yang tanpa atribut dan tanpa cela seperti itu ada pada setiap manusia. Semua manusia, pada kenyataannya, adalah cerminan dari Keilahian yang maha ada seperti itu. Karena itu, setiap manusia harus dianggap sebagai perwujudan keilahian dan dihormati. Meskipun Tuhan hadir di mana-mana, Dia mengambil bentuk khusus dan melayani manusia dalam banyak cara. Mulai sekarang, sadari kebenaran ini bahwa semua nama dan bentuk adalah milik-Nya. Perlakukan siapa pun yang engkau temui, sebagai perwujudan Keilahian. Ketika engkau mengembangkan sikap seperti itu, engkau dapat melihat Tuhan di mana saja dan di semua tempat.

Go to Mathura or Dwaraka (cities where Krishna lived) and see how people are still worshipping Lord Krishna with the same devotional fervour, though He left His mortal coil in the *Dwapara Yuga* some 5,000 years ago.

Pergilah ke Mathura atau Dwaraka (kota-kota di mana Krishna tinggal) dan lihatlah bagaimana orang masih memuja Sri Krishna dengan semangat bakti yang sama, meskipun Ia meninggalkan lilitan fana-Nya di Dwapara Yuga sekitar 5.000 tahun yang lalu.

When God incarnates in human form, it is natural to consider Him as an ordinary human being. This is not the correct approach. I often reiterate that I am God, but I also remind you that you are verily God. Do not give scope for any confusion and difference of opinion in this regard. Every one of you are embodiments of Divinity, in reality.

Ketika Tuhan menjelma dalam bentuk manusia, adalah wajar untuk menganggap Dia sebagai manusia biasa. Ini bukan pendekatan yang benar. Aku sering menegaskan bahwa Aku adalah Tuhan, tetapi Aku juga mengingatkan-mu bahwa engkau sesungguhnya adalah Tuhan. Jangan memberikan ruang untuk kebingungan dan perbedaan pendapat dalam hal ini. Setiap dirimu masing-masing adalah perwujudan Keilahian, pada kenyataannya.

When you develop such a firm conviction, you can visualise God in every human being. It is only in keeping with this concept that the expression, "as is the feeling, so is the result (*yad bhavam tad bhavati*)" is asserted in the scriptures.

Ketika engkau mengembangkan keyakinan yang teguh, engkau dapat memvisualisasikan Tuhan di setiap manusia. Hanya sesuai dengan konsep ini bahwa ungkapan, "seperti perasaan, demikian juga hasilnya (*yad bhavam tad bhavati*)" ditegaskan dalam kitab suci.

Since people are not aware of the real nature of Divinity, they refer to certain individuals as father, mother, uncle, etc., keeping in view their physical forms and the relationships with them. If people are so deluded on the basis of physical relationships, they are bound to get confused about the real nature of Divinity.

Karena orang-orang tidak menyadari sifat asli Keilahian, mereka menyebut individu-individu tertentu sebagai ayah, ibu, paman, dll., Dengan tetap melihat bentuk fisik mereka dan hubungan mereka. Jika orang begitu diperdaya atas dasar hubungan fisik, mereka pasti akan bingung tentang sifat asli Keilahian.

Divinity is present in every human being. All human beings are, in fact, reflections of such an omnipresent Divinity. Hence, every human being has to be considered as the embodiment of Divinity and respected.

Keilahian hadir di setiap manusia. Semua manusia, pada kenyataannya, adalah cerminan dari Keilahian yang maha hadir seperti itu. Oleh karena itu, setiap manusia harus dianggap sebagai perwujudan dari Keilahian dan dihormati.

Lord Krishna declared once, while revealing His omnipresent Divinity, that there was none other than Him in the entire universe. The same truth is contained in the declaration "Truth is one, but the wise refer to it by various names (*Ekam sath viprah bahuda vadanti*)."

For example, the number 1 is only 1. When you add three numbers to it, it becomes 4. Thus, we go on adding numbers to 1 and arrive at different numbers. However, the first number remains the same, namely, 1. That is Divinity. This is what the profound declaration, "the One willed to become many, (*Ekoham bahusy-am*)" states.

Sri Krishna suatu saat menyatakan, ketika mengungkapkan Keilahian-Nya yang Maha Ada, bahwa tidak ada yang lain selain Dia di seluruh dunia. Kebenaran yang sama terkandung dalam deklarasi "Kebenaran itu satu, tetapi orang bijak menyebutnya dengan berbagai nama (*Ekam sath viprah bahuda vadanti*)."

Misalnya, angka 1 hanya 1. Ketika engkau menambahkan tiga angka ke dalamnya, itu menjadi 4. Jadi, kita terus menambahkan angka ke 1 dan tiba di nomor yang berbeda. Namun, angka pertama tetap sama, yaitu, 1. Itu adalah Keilahian. Inilah yang dinyatakan oleh deklarasi yang mendalam, "Yang Maha Esa berkeinginan untuk menjadi banyak, (*Ekoham bahusyam*)".

People often use two terms God (*Deva*) and individual being (*jeeva*). In fact, there is no individual being at all! All are embodiments of Divinity only!

Orang sering menggunakan dua istilah Dewa (*Dewa*) dan makhluk individual (*jeeva*). Faktanya, tidak ada individu sama sekali! Semua adalah perwujudan Keilahian saja

Then the question arises: Why do people die? Since people are not able to realise the immortal nature of the *Atma* residing in the physical body, they make use of the term death. *Atma* has no death at all! It is immortal. Those who realise this truth, merge in God. For those who cannot realise the truth, the individual soul remains the soul and God remains God. The dual feeling persists in them.

Kemudian muncul pertanyaan: Mengapa orang mati? Karena orang tidak dapat menyadari sifat abadi dari *Atma* yang berada di dalam tubuh fisik, mereka menggunakan istilah kematian. *Atma* tidak memiliki kematian sama sekali! Itu abadi. Mereka yang menyadari kebenaran ini, menyatu dalam Tuhan. Bagi mereka yang tidak dapat menyadari kebenaran, jiwa individu tetaplah jiwa dan Tuhan tetaplah Tuhan. Perasaan ganda tetap ada di dalamnya.

Develop the firm conviction that you and God are only one. When you attain such a firm conviction, you become one with God.

Kembangkan keyakinan yang teguh bahwa engkau dan Tuhan hanyalah satu. Ketika engkau mencapai keyakinan yang teguh, engkau menjadi satu dengan Tuhan.

What is the underlying meaning in the declaration, "God is one without a second (*Ekameva adviteeyam Brahma*)"? Since there is no entity other than Brahman in this universe, it is declared thus. This is the *Vedic* declaration.

Apa makna yang mendasari dalam deklarasi, "Tuhan adalah tanpa ada duanya (*Ekameva adviteeyam Brahma*)"? Karena tidak ada entitas selain Brahman di alam semesta ini, dinyatakan demikian. Ini adalah deklarasi Veda.

The *Upanishads* explain our true nature in the great aphorism "That Thou Art (*Tat Twam Asi*).". In another great aphorism, they declare "Brahman is Supreme Consciousness (*Prajnanam Brahma*). To whom shall this declaration refer? Again, it is to that God Absolute. Thus, all the *Vedas* (scriptures) and the *Upanishads* (the ending portion of the *Vedas*) proclaim the non-dual concept of individual soul (*jeeva*) and God (*Deva*) as one and only one. But no one is making an effort to realise this truth. In the end, they think God is separate from them.

Upanishad menjelaskan sifat sejati kita dalam pepatah agung "Itu engkau (*Tat Twam Asi*).". Dalam pepatah agung lainnya, mereka menyatakan "Brahman adalah Kesadaran Agung (*Prajnanam Brahma*). Kepada siapa deklarasi ini merujuk? Sekali lagi, bagi Tuhan Yang Maha Mutlak itu. Dengan demikian, semua Veda (kitab suci) dan Upanishad (bagian akhir dari Veda) menyatakan konsep jiwa individu (*jeeva*) dan Tuhan (*Deva*) sebagai satu-satunya. Tetapi tidak ada yang berusaha untuk mewujudkan kebenaran ini. Pada akhirnya, mereka berpikir Tuhan terpisah dari mereka.

People often ascribe distinctions between different forms of Divinity, for example Krishna, Rama, etc. Since they try to identify themselves with a particular form, they entertain feelings of difference. By doing so, they move away from God and remain as individuals (*jeevas*) only. All such differences exist in individuals only. God is only one.

Orang sering menganggap perbedaan antara berbagai bentuk Ketuhanan, misalnya Krishna, Rama, dll. Karena mereka mencoba mengidentifikasi diri mereka dengan bentuk tertentu, mereka menghibur perasaan perbedaan. Dengan melakukan itu, mereka menjauh dari Tuhan dan tetap sebagai individu (*jeevas*) saja. Semua perbedaan seperti itu hanya ada pada individu. Tuhan hanya satu adanya.

In fact, He is not different from you. He is in you, and you are verily God! If it is not so, why should the *Vedas* declare "That Thou Art"?

Faktanya, Dia tidak berbeda denganmu. Dia ada di dalam dirimu, dan sesungguhnya engkau adalah Tuhan! Jika tidak demikian, mengapa Veda harus menyatakan "Itu engkau"?

Develop the firm conviction that you and God are only one. When you attain such a firm conviction, you become one with God.

Kembangkan keyakinan yang teguh bahwa engkau dan Tuhan hanyalah satu. Ketika engkau mencapai keyakinan yang teguh, engkau menjadi satu dengan Tuhan.

For example, you keep a number of photos of Sai Baba in your worship room, but in all the photos, you find that the same God is photographed in different poses. When you realise the underlying unity of Divinity, there can be no room for any confusion. You will be able to realise the truth. Whatever I speak is only Truth. Since you are not aware of this truth, you are unable to develop faith in it.

Misalnya, engkau menyimpan sejumlah foto Sai Baba di ruang ibadahmu, tetapi di semua foto, engkau menemukan bahwa Tuhan yang sama difoto dalam pose berbeda. Ketika engkau menyadari kesatuan mendasar Keilahian, tidak akan ada ruang untuk kebingungan. Engkau akan dapat menyadari kebenaran. Apa pun yang Aku ucapkan hanyalah Kebenaran. Karena engkau tidak menyadari kebenaran ini, engkau tidak dapat mengembangkan keyakinan di dalamnya.

Several people nowadays claim to be god- men, who lecture upon this concept endlessly. Believe Me, they are all meant to confuse the devotees. In fact, when you develop firm faith in the declaration that God is only one, you will be able to realise the truth. One who is able to realise this truth will have no confusion and doubt.

Beberapa orang saat ini mengaku sebagai orang saleh, yang memberi ceramah tentang konsep ini tanpa akhir. Percayalah, mereka semua dimaksudkan untuk membingungkan para bhakta. Faktanya, ketika engkau mengembangkan iman yang teguh pada pernyataan bahwa Tuhan itu satu, engkau akan dapat menyadari kebenaran. Seseorang yang mampu menyadari kebenaran ini tidak akan memiliki kebingungan dan keraguan.

Do not use harsh words about anyone. In fact, there are no enemies in the world. Do not consider anyone as an enemy and abuse them. One day, they may be an enemy to you, but you may become friends on another. Don't consider someone as separate from you. All are friends.

Jangan menggunakan kata-kata kasar tentang siapa pun. Sebetulnya, tidak ada musuh di dunia. Jangan menganggap siapa pun sebagai musuh dan melecehkan mereka. Suatu hari, mereka mungkin menjadi musuh bagimu, tetapi engkau mungkin menjadi teman di waktu lain. Jangan menganggap seseorang sebagai bagian yang terpisah darimu. Semuanya saling berteman.

Embodiments of Love! You are worship- ping and praying to God with great love. Continue to love God and develop faith in Him. Only then all your doubts will be cleared, and you will be able to understand the nature of Divinity in full.

Perwujudan Kasih! Engkau memuja dan berdoa kepada Tuhan dengan penuh kasih. Teruslah mencintai Tuhan dan mengembangkan keyakinan kepada-Nya. Hanya dengan begitu semua keraguanmu akan hilang, dan engkau akan dapat memahami sifat Keilahian secara penuh.

Doubt implies duality, that is, a feeling of separation between you and God. In fact, there are no two entities — God and you. Everything is "I", "I", "I". Hold on to the truth "God is one without a second (*Ekam-evaadviteeyamBrahma*)".

Keraguan menyiratkan dualitas, yaitu perasaan pemisahan antara dirimu dan Tuhan. Faktanya, tidak ada dua entitas - Tuhan dan engkau. Semuanya adalah "Aku", "Aku", "Aku". Berpegang pada kebenaran "Tuhan adalah satu tanpa yang kedua (*Ekam eva adviteeyam Brahma*)".

For example, how many hours does the clock show? Twelve hours. When the hour hand crosses twelve, it again moves to one in the clock. When it crosses one, it moves to the next hour. Thus, only when the hour hand crosses one does it move to two. Similarly, there is nothing that can be called the second. God is only one.

Sebagai contoh, ada berapa jam yang ditampilkan dalam sebuah jam? Dua belas jam. Ketika jarum jam melewati dua belas, ia bergerak lagi ke jam satu. Ketika melintasi jam satu, ia bergerak ke jam berikutnya. Dengan demikian, hanya ketika jarum jam melewati angka satu, barulah ia bergerak ke angka dua. Demikian pula, tidak ada yang bisa disebut sebagai yang kedua. Tuhan hanya satu.

However, when you wish to entangle your- self in worldly matters, duality comes. In fact, there is no duality with regard to Divinity. Sometimes I wake up the children sleeping in My room and ask them, "What is the time now?"

Namun, ketika engkau ingin melibatkan diri dalam hal-hal duniawi, dualitas muncul. Faktanya, tidak ada dualitas berkenaan dengan Keilahian. Kadang-kadang Aku membangunkan anak-anak yang tidur di kamar-Ku dan bertanya kepada mereka, "Sekarang jam berapa?"

They reply, "Swami! It is 12 o'clock."
Mereka menjawab, "Swami! Sekarang jam 12."

I ask, "Is it 12 o'clock in the day or night?" They reply, "It is 12 o'clock in the night." Thus, when 12 hours of the day are added to 12 hours of night, it becomes 24 hours.
Aku bertanya, "Apakah jam 12 siang atau malam?" Mereka menjawab, "Ini jam 12 malam." Jadi, ketika 12 jam siang hari ditambahkan ke 12 jam malam, itu menjadi 24 jam.

Strictly speaking, there are no 24 hours. It is only because the day is followed by night and so on that you find 24 hours. Hence, do not make a distinction between day and night.

Sebenarnya, tidak ada 24 jam. Hanya karena hari diikuti oleh malam dan seterusnya sehingga engkau menemukan 24 jam. Karena itu, jangan membuat perbedaan antara siang dan malam.

The railway people make such distinction for their operational convenience. For us, night follows day and again day starts after night. Both day and night are one for us.

Orang-orang kereta api membuat perbedaan seperti itu untuk kenyamanan operasional mereka. Bagi kita, malam mengikuti hari dan lagi hari dimulai setelah malam. Siang dan malam adalah satu untuk kita.

Continue to love God and develop faith in Him. Only then all your doubts will be cleared, and you will be able to understand the nature of Divinity in full.

Terus mencintai Tuhan dan kembangkan keyakinan kepada-Nya. Hanya dengan demikian, semua keraguanmu akan hilang, dan engkau akan dapat memahami sifat Keilahian secara penuh.

Therefore, develop firm faith in the principle of unity in all that you come across in the world. God is one and only one. If you do not develop firm faith in this principle, it is possible that you will worship one form of God and hate another. Always hold on to the principle of oneness of God. That is the truth.

Karena itu, kembangkan keyakinan yang teguh berdasarkan prinsip persatuan dalam semua yang engkau temui di dunia. Tuhan adalah satu dan hanya satu. Jika engkau tidak mengembangkan iman yang teguh pada prinsip ini, ada kemungkinan bahwa engkau akan memuja satu bentuk Tuhan dan membenci yang lain. Selalu berpegang pada prinsip keesaan Tuhan. Itu adalah kebenaran.

If you are not able to develop such faith, ignore it and do not make it a matter of dispute and strife. Do not ever attribute duality to God. God is always one and only one. When you are able to understand and develop firm faith in the oneness of God, your life will go on smoothly.

Jika engkau tidak dapat mengembangkan keyakinan seperti itu, abaikan saja dan jangan menjadikannya sebagai perselisihan dan perseteruan. Jangan pernah mengaitkan dualitas kepada Tuhan. Tuhan selalu satu dan hanya satu. Ketika engkau dapat memahami dan mengembangkan keyakinan yang teguh dalam keesaan Tuhan, kehidupanmu akan berjalan dengan lancar.

(Holding a bunch of flowers in front of the audience, Swami enquired) What is this? It is a bunch of flowers. A number of flowers are strung together with the help of a thread, with the result that it assumes the form of a bunch. Though the flowers are of different varieties, the thread that holds them together is only one. The same principle has been explained in the *Vedas*: God is one without a second (*Ekameva advi- teeyam Brahma*). The above example demonstrates unity in diversity.

(Memegang seikat bunga di depan hadirin, Swami bertanya) Apa ini? Ini adalah seikat bunga. Sejumlah bunga diikat bersama-sama dengan bantuan seutas benang, sehingga menghasilkan bentuk seikat. Meskipun bunganya dari varietas yang berbeda, benang yang menyatukannya hanya satu. Prinsip yang sama telah dijelaskan dalam Veda: Tuhan adalah satu tanpa yang

kedua (Ekameva advi teeyam Brahma) ". Contoh di atas menunjukkan kesatuan dalam keanekaragaman.

You refer to a single person as a man or woman. You refer to a number of persons grouped together as a group. Though there is a vast difference in the terms used to refer to a single person and a group of persons, there is a fundamental unity in the classification. That Unity is Divinity, which shall never be forgotten.

Engkau menyebut seseorang sebagai pria atau wanita. Engkau merujuk pada sejumlah orang yang dikelompokkan bersama sebagai suatu kelompok. Meskipun ada perbedaan besar dalam istilah yang digunakan untuk merujuk pada satu orang dan sekelompok orang, ada kesatuan mendasar dalam klasifikasi. Kesatuan itu adalah Keilahian, yang tidak akan pernah dilupakan.

Unfortunately, in the present times, people tend to look at the apparent diversity in this objective world, ignoring the underlying principle of unity. Take for example, the Pandavas. Who were they? The five Pandava brothers were the sons of Kunti. One mother, but five sons. In the ordinary worldly sense, they are five in number.

Sayangnya, di masa sekarang, orang cenderung melihat keragaman yang tampak di dunia objektif ini, mengabaikan prinsip persatuan yang mendasarinya. Ambil contoh, Pandawa. Siapa mereka? Kelima Pandawa bersaudara adalah putra Kunti. Satu ibu, tetapi lima putra. Dalam pengertian duniawi biasa, mereka berjumlah lima.

You may not be able to understand this principle of oneness of Divinity, but in due course, when you are able to recognise the principle with a mature mind, you will understand that truth is one, not two.

Engkau mungkin tidak dapat memahami prinsip keesaan Ketuhanan ini, tetapi pada saatnya nanti, ketika engkau dapat mengenali prinsip tersebut dengan batin yang matang, engkau akan dapat memahami bahwa kebenaran itu satu, bukan dua.

This is a handkerchief! (Showing a handkerchief to the audience.) Several threads woven together in it. Since the threads are woven into warp and woof, it assumed the form of a handkerchief. The cloth is one and the threads are many.

Ini adalah saputangan! (Menunjukkan saputangan kepada hadirin.) Beberapa utas dijalin bersama. Karena benang-benang itu ditenun menjadi benang lungsin dan benang pakan, benang itu mengambil wujud sebagai sapu tangan. Kain itu satu, namun utas benangnya banyak.

One has to recognise that principle of unity in diversity. We find several students gathered in this hall. Each one appears to be different, but they are all students of Sri Sathya Sai University. Thus, one has to strive to develop that unity.

Kita harus mengakui prinsip persatuan dalam keanekaragaman itu. Kita menemukan beberapa siswa berkumpul di aula ini. Masing-masing tampaknya berbeda, tetapi mereka semua adalah mahasiswa Universitas Sri Sathya Sai. Jadi, kita harus berusaha mengembangkan persatuan itu.

Dear students! I am extremely happy to see you all. I attend to a number of tasks and participate in a number of programmes right from early morning till I go to bed. I feel very happy and energetic. There is no one else who enjoys bliss as Myself. I am always happy and cheerful.

Para siswa terkasih! Aku sangat senang melihat kalian semua. Aku menghadiri sejumlah tugas dan berpartisipasi dalam sejumlah program sejak pagi hingga Aku tidur. Aku merasa sangat bahagia dan energik. Tidak ada orang lain yang menikmati kebahagiaan sebagai Diri Sendiri. Aku selalu bahagia dan ceria.

I do not at all pay attention to praise or scorn from any quarter. They are only the outward manifestation in words of one's feelings. I have nothing to do with them. I do not entertain any feelings of difference at all. "All are one, be alike to everyone."

Aku sama sekali tidak memperhatikan pujian atau cemoohan dari pihak mana pun. Mereka hanya manifestasi lahiriah dalam kata-kata perasaan seseorang. Aku tidak ada hubungannya dengan mereka. Aku tidak memiliki perasaan perbedaan sama sekali. "Semua adalah satu, menjadi sama untuk semua orang."

(*Bhagawan* concluded His Discourse with the *bhajan*, "Govinda Krishna Jai...").
Dasara Discourse, Prasanthi Nilayam,
9 October 2005

(*Bhagawan* mengakhiri Wacana-Nya dengan *bhajan*, "Govinda Krishna Jai ...").
Wacana Dasara, Prasanthi Nilayam,
9 Oktober 2005

Sathya Sai Speaks Vol.38/Ch.24: 9 October 2005
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume38/d051009.pdf>

Three Assets that you must safeguard Tiga Aset yang harus engkau jaga

*Gurur Brahma Gurur Vishnu
Gurur Devo Maheswara;
Guru Sakshat Param Brahma
Tasmai Sri Gurave Namaha.*

*(Guru is Brahma, Guru is Vishnu, Guru is Maheswara.
Guru is verily the supreme Brahman. So, salutations to the Guru.)*

(Sanskrit verse)

*(Guru adalah Brahma, Guru adalah Wisnu, Guru adalah Maheswara. Guru sesungguhnya adalah Brahman tertinggi. Oleh sebab itu, puji hormat untuk Guru).
(Ayat bahasa Sansekerta)*

Brahma, Vishnu, and Shiva are three different names and forms of the same Divinity. "All are one, be alike to every one." Though the names and forms of the physical body are different, the Divinity in all beings is one only. Brahma is the Creator, Vishnu is the Protector, and Shiva is the Destroyer. Yet, all three aspects represent the one Divinity. The one God, when engaged in His creative aspect is referred to as Brahma, while protecting and sustaining the living beings, as Vishnu, and finally, in the act of dissolution, as Shiva. In order to avoid the confusion created by ascribing different names and forms to Divinity, God is referred to as *Atma* or the Absolute *Brahman* (the nameless, form- less, attributeless Divinity). The one *Atma* permeates all living beings.

Brahma, Wisnu, dan Siwa adalah tiga nama dan bentuk yang berbeda dari Dewa yang sama. "Semua adalah satu, bersikaplah sama pada semua orang." Meskipun nama dan bentuk tubuh fisik berbeda, Keilahian dalam semua makhluk adalah satu adanya. Brahma adalah Pencipta, Wisnu adalah Pelindung, dan Siwa adalah Pelebur. Namun, ketiga aspek mewakili satu Keilahian. Tuhan yang Maha Esa, ketika terlibat dalam aspek kreatif-Nya disebut sebagai Brahma, sementara ketika melindungi dan mempertahankan makhluk hidup, sebagai Wisnu, dan akhirnya, dalam tindakan peleburan, sebagai Siwa. Untuk menghindari kebingungan yang diciptakan dengan menganggap nama dan bentuk yang berbeda untuk Keilahian, Tuhan disebut sebagai Atma atau Brahman Absolut (Keilahian tanpa nama, tanpa bentuk, tanpa keutamaan). Sang Atma yang tunggal, meresapi semua makhluk hidup.

*Religions are different, path is the same
Clothes are different, cotton is one
Beings are different, Atma is one;
Nationality and lifestyle are different,
Human birth is the same.*

Agama berbeda, jalannya sama;

*Pakaiannya berbeda, kapas adalah satu;
Makhluk hidup berbeda, Atma adalah satu;
Kebangsaan dan gaya hidup berbeda,
Kelahiran sebagai manusia adalah sama.*

Every human being has to develop three qualities: love for God, fear of sin, and morality in society. It is only lack of fear of sin that is responsible for the present state of lack of morality in society. Love is the cementing factor that unites people. Where there is love, there society will be united. Devoid of morality, one does not deserve to be called a human being. Hence, morality is important for everything. Though God showers His love on one and all, it is the human being who has lost the precious quality of fear of sin. People today are committing several sins with the belief that God is kind and will ultimately forgive these sins, with the result that they are indulging in more and more of sinful acts. People have developed a sort of complacency in this regard and think that they can escape punishment. But the fact is otherwise. Though God is compassionate and may forgive all sinful acts, human beings have to necessarily pay for their sins. Hence, every human has to develop these three qualities of love for God, fear of sin, and morality in society. Where there is no fear of sin, there will be no morality in society.

Setiap manusia harus mengembangkan tiga kualitas: cintai Tuhan, takut akan dosa, dan moralitas dalam masyarakat. Hanya oleh karena kurangnya rasa takut akan dosa yang bertanggung jawab atas kondisi kurangnya moralitas di masyarakat saat ini. Cinta-kasih adalah faktor penyemenan yang menyatukan orang. Di mana ada cinta-kasih, masyarakat di sana akan bersatu. Tanpa moralitas, seseorang tidak pantas disebut manusia. Karena itu, moralitas adalah hal terpenting untuk segalanya. Meskipun Tuhan menghujani kasih-Nya pada satu dan semua, hanya manusialah yang telah kehilangan kualitas berharga dari rasa takut akan dosa. Orang-orang dewasa ini melakukan beberapa dosa dengan kepercayaan bahwa Tuhan itu baik dan pada akhirnya akan mengampuni dosa-dosa ini, dengan hasil bahwa mereka terlibat dalam semakin banyak dosa. Orang-orang telah mengembangkan semacam rasa puas diri dalam hal ini dan berpikir bahwa mereka dapat lolos dari hukuman. Tetapi kenyataannya sebaliknya. Meskipun Tuhan berbelas kasih dan dapat mengampuni semua tindakan berdosa, manusia harus membayar dosa-dosa mereka. Karena itu, setiap manusia harus mengembangkan ketiga kualitas ini: kasih kepada Tuhan, takut akan dosa, dan moralitas dalam masyarakat. Di mana tidak ada rasa takut akan dosa, tidak akan ada moralitas di masyarakat.

**When the mind is sound,
love for God can be developed**

Ketika batin sehat, cinta-kasih kepada Tuhan dapat dikembangkan

People are behaving most irresponsibly and are undertaking several undesirable activities with unbridled ego. They have no fear of sin. They don't even think for a moment of the consequences of their acts. One has to restrain oneself from seeing evil, speaking evil, and doing evil. If not, the consequences of these evil deeds will boomerang on that person later, if not today. It is also possible that the results of all these sinful acts will come back

to that person all at a time with a bang. If one is really interested in the welfare of the society one must work for the development of morality in society.

Orang-orang berperilaku paling tidak bertanggung jawab dan melakukan beberapa kegiatan yang tidak diinginkan dengan ego yang tidak terkendali. Mereka tidak takut akan dosa. Mereka bahkan tidak berpikir sejenak tentang konsekuensi dari tindakan mereka. Seseorang harus menahan diri dari melihat kejahatan, berbicara kejahatan, dan melakukan kejahatan. Jika tidak, konsekuensi dari perbuatan jahat ini akan menjadi bumerang bagi orang itu nanti, jika tidak hari ini. Mungkin juga bahwa hasil dari semua tindakan berdosa ini akan kembali kepada orang itu pada suatu waktu dengan keras. Jika seseorang benar-benar tertarik pada kesejahteraan masyarakat, ia harus bekerja untuk pengembangan moralitas dalam masyarakat.

One lacking morality is not a human being at all but is an animal, verily. Speaking untruth, doing injustice to others, and indulging in unrighteous acts and bad practices is very bad. One has to lead one's life by following the three principles of love for God, fear of sin, and morality in society. It is said that one who has no morality is worse than a monkey. In fact, a monkey is better than such an individual. No one will respect an individual who indulges in immoral acts in this world. Only a person who follows moral principles will command respect from one and all. Even those who try to harm such people will be restrained by others with a warning. "They are good people. Do not try to meddle with them." Those who lack morality are looked down upon in society as worse than dogs. Hence, one has to develop morality and lead a life of moral principles at all times.

Seseorang yang kurang memiliki moralitas bukanlah manusia sama sekali tetapi adalah binatang, sesungguhnya. Berbicara tidak jujur, melakukan ketidakadilan kepada orang lain, dan menuruti tindakan yang tidak benar dan praktik buruk, sungguh sangat buruk. Seseorang harus menjalani kehidupannya dengan mengikuti tiga prinsip: cinta kepada Tuhan, takut akan dosa, dan moralitas dalam masyarakat. Dikatakan bahwa seseorang yang tidak memiliki moralitas lebih buruk daripada monyet. Faktanya, monyet lebih baik daripada individu seperti itu. Tidak seorang pun akan menghormati seseorang yang melakukan tindakan tidak bermoral di dunia ini. Hanya orang yang mengikuti prinsip-prinsip moral yang akan dihormati oleh semua orang. Bahkan mereka yang mencoba untuk menyakiti orang-orang seperti itu akan ditahan oleh orang lain dengan peringatan. "Mereka adalah orang baik. Jangan mencoba ikut campur dengan mereka." Mereka yang kurang bermoral dipandang rendah di masyarakat sebagai lebih buruk daripada anjing. Karena itu, seseorang harus mengembangkan moralitas dan menjalani kehidupan dengan prinsip-prinsip moral setiap saat.

There are three spiritual practices by which love for God, fear of sin, and morality in society can be developed. They are: devotion to God (*bhakti*), the path of wisdom (*jnana*), and detachment (*vairagya*). Activity (*karma*) is a natural and essential attribute of the physical body. Only when the body undertakes good activity will the mind function well. When the mind is sound, love for God can be developed. Thus, devotion, wisdom, and detachment are inter-linked with love for God, fear of sin, and morality in society. They are like the three blades of a fan. Only when the three blades rotate can we have refreshing air; otherwise we feel uncomfortable.

Ada tiga praktik spiritual yang dengannya cinta pada Tuhan, takut akan dosa, dan moralitas dalam masyarakat dapat dikembangkan. Mereka adalah: pemujaan kepada Tuhan (bhakti), jalan kebijaksanaan (jnana), dan ketidak-melekatkan (vairagya). Aktivitas (karma) adalah atribut alami dan esensial dari tubuh fisik. Hanya ketika tubuh melakukan aktivitas yang baik maka pikiran akan berfungsi dengan baik. Ketika pikiran sehat, cinta kepada Tuhan dapat dikembangkan. Dengan demikian, pemujaan, kebijaksanaan, dan ketidak-melekatkan terkait dengan cinta-kasih kepada Tuhan, ketakutan akan dosa, dan moralitas dalam masyarakat. Mereka seperti tiga bilah kipas. Bagaikan ketiga bilah kipas angin yang berputar, hanya dengan begitu, kita dapat memiliki udara yang menyegarkan; kalau tidak, kita merasa tidak nyaman.

**Purity of conscience
is of utmost importance
Kesucian hati nurani
adalah yang paling penting**

People today question why we have to develop love for God. Love for God enables one to develop fear of sin, which in turn will develop morality in society. Everyone has to discriminate between good and bad, sin and virtue. Having analysed, one must try to do good only. Be good, do good, see good — this is the way to God. Devoid of these three, any number of rituals, worship, chanting the Divine name and penance will be of no use.

Orang-orang dewasa ini mempertanyakan mengapa kita harus mengembangkan kasih kepada Tuhan. Cinta-kasih kepada Tuhan memungkinkan seseorang untuk mengembangkan rasa takut akan dosa, yang pada gilirannya akan mengembangkan moralitas dalam masyarakat. Setiap orang harus membedakan antara yang baik dan yang buruk, dosa dan kebajikan. Setelah dianalisis, seseorang harus mencoba berbuat baik saja. Jadilah yang baik, lakukan yang baik, lihat yang baik - ini adalah jalan menuju Tuhan. Tanpa ketiga ini, sejumlah ritual, pemujaan, melantunkan nama Tuhan dan tapa-brata, tidak akan ada gunanya.

The nine forms of devotion are: listening, singing, contemplating on Vishnu, serving His lotus feet, salutation, worship, servitude, friendship, self-surrender (*sravanam, kirtanam, Vishnu-smaranam, padasevanam, vandanam, archanam, dasyam, sneham, and Atmanivedanam*). The first step is listening. Then one has to analyse whether what has been listened to is good or bad. If you think that it is a bad suggestion and therefore not to your liking, how can you implement it? It is possible today that one can get one's work done by speaking untruth and score victory over others by false and unjust means. Hence, one has to enquire into the sanctity or otherwise of every act that he undertakes. One should not be complacent about the consequences that would follow; sooner or later, the result of a sinful act would accrue. It may happen now or a little later, at any moment. Hence, be ready to undertake only good and noble acts with a pure mind. More than anything else, purity of conscience is of utmost importance. That is the *Atma* Principle (*Atma Tatwa*).

Sembilan bentuk jalan bhakti adalah: mendengarkan, menyanyi, merenungkan Wisnu, melayani kaki-padma-Nya, memberi salam, beribadah, melayani, persahabatan, penyerahan

diri (sravanam, kirtanam, Vishnusmaranam, padasevanam, vandanam, archanam, dasyam, sneham, dan Atmanivedanam). Langkah pertama adalah mendengarkan. Maka kita harus menganalisis apakah yang didengar itu baik atau buruk. Jika engkau berpikir bahwa itu adalah saran yang buruk dan karena itu tidak sesuai dengan keinginanmu, bagaimana engkau bisa menerapkannya? Adalah mungkin hari ini bahwa seseorang dapat menyelesaikan pekerjaannya dengan mengatakan hal yang tidak benar dan skor kemenangan atas orang lain dengan cara yang salah dan tidak adil. Oleh karena itu, seseorang harus menyelidiki kesucian atau tindakan lain yang dia lakukan. Seseorang tidak boleh berpuas diri atas konsekuensi yang akan terjadi; cepat atau lambat, hasil dari perbuatan dosa akan bertambah. Itu bisa terjadi sekarang atau nanti, kapan saja. Karena itu, bersiaplah untuk melakukan hanya tindakan yang baik dan mulia dengan pikiran yang murni. Lebih dari segalanya, kemurnian hati nurani adalah yang paling penting. Itulah Prinsip Atma (Atma Tatwa).

Nobody can understand what *Atma* is. Since the bodies and forms are many, some names have to be given in order to distinguish between them. However, *Atma* or Brahma has neither birth nor death, unlike the physical bodies. Hence, no one can identify it as such and such. *Atma*, though beyond one's comprehension, has been described as: eternal, pure, enlightened, free, and the embodiment of sacredness (*nitya, suddha, buddha, mukta, nirmala swarupinam*). It is unsullied, and the eternal abode (*niranjanam, sanatana niketanam*). There is only one *Atma*, which is immanent in all beings. That is the essential nature of the *Atma*.

Tidak ada yang bisa mengerti apa itu Atma. Karena tubuh dan wujudnya banyak, beberapa nama harus diberikan untuk membedakan antara mereka. Namun, Atma atau Brahma tidak memiliki kelahiran atau kematian, tidak seperti tubuh fisik. Oleh karena itu, tidak ada yang bisa mengidentifikasinya seperti ini dan itu. Atma, meskipun di luar pemahaman seseorang, telah digambarkan sebagai: abadi, murni, tercerahkan, bebas, dan perwujudan kesucian (*nitya, suddha, buddha, mukta, nirmala swarupinam*). Ia tidak ternoda, dan tempat tinggal abadi (*niranjanam, sanatana niketanam*). Hanya ada satu Atma, yang imanen dalam semua makhluk. Itulah sifat dasar dari Atma.

A small example; when you place one hundred pots filled with water under the sky on a moonlit night, you will find one moon reflecting in each of those pots. The body is like a pot. It is bound to perish at any time. Then, where does the moon (*Atma*) go? It does not go anywhere. It is there. However, since there is no water, it is not reflecting in the water. In the same manner, the *Atma* is present in every human being.

Contoh kecil; ketika engkau menempatkan seratus pot penuh berisi air di bawah langit pada malam yang diterangi cahaya bulan, engkau akan menemukan rembulan terpantul di setiap pot itu. Tubuh itu seperti pot. Pasti akan binasa kapan saja. Lalu, kemana bulan (*Atma*) pergi? Ia tidak pergi kemana-mana. Ia di sana. Namun, karena tidak ada air, ia tidak terpantulkan di permukaan air. Dengan cara yang sama, Atma hadir di setiap manusia.

If one does not have good character, there will be no morality in that person. If there is no morality, one does not deserve to be called a human being. We have to earn honour and

respect for ourselves in the society. However, these days, we don't find anyone concerned about good name in the society. But people are very particular about who is rich and who is poor. Money comes and goes but morality comes and grows, is the adage. Therefore, it is not correct to aspire for wealth, power, and such other worldly things. All these possessions are transitory. You may try to hold on tightly to them, but they just slip away even without your noticing them. The *Atma*, however is eternal. There is no coming and going for *Atma*. It always remains an eternal witness to everything that goes on in the world. We have to develop faith in such eternal *Atma*. Those who develop faith in the *Atma* Principle (*Atma Tatwa*) will not be disturbed by injustice, wrong and bad practices.

Jika seseorang tidak memiliki karakter yang baik, tidak akan ada moralitas pada orang itu. Jika tidak ada moralitas, seseorang tidak pantas disebut manusia. Kita harus mendapatkan kehormatan dan rasa hormat untuk diri kita sendiri di masyarakat. Namun, akhir-akhir ini, kita tidak menemukan orang yang khawatir tentang nama baik di masyarakat. Tetapi orang-orang sangat khusus tentang siapa yang kaya dan siapa yang miskin. Uang datang dan pergi tetapi moralitas datang dan tumbuh, adalah pepatah. Karena itu, tidak benar untuk bercita-cita untuk kekayaan, kekuasaan, dan hal-hal duniawi lainnya. Semua harta ini bersifat sementara. Engkau mungkin mencoba untuk berpegangan erat pada mereka, tetapi mereka hanya menyelip pergi bahkan tanpa engkau sadari. *Atma*, bagaimanapun, adalah abadi. Bagi *Atma*, tidak ada yang datang dan pergi. Ia selalu menjadi saksi abadi bagi semua yang terjadi di dunia. Kita harus mengembangkan keyakinan pada *Atma* yang kekal. Mereka yang mengembangkan keyakinan pada Prinsip *Atma* (*Atma Tatwa*) tidak akan terganggu oleh ketidakadilan, praktik yang salah dan buruk.

If you want to transform society, there must be purity in your heart

Jika engkau ingin mengubah masyarakat, harus ada kemurnian di hatimu

People say that if you want to transform society there must be purity in your heart. You say, "My body, my senses, my mind, my intellect," etc., but "you" are none of these. For example, you say, "This is my book." This book is in your hands at this moment. The next moment somebody wishes to have a look at it. It goes into their hands. Similarly, you hold some currency in your hands. After some time, it will go into someone else's hands. It just comes and goes. But morality comes and grows. Morality has no form. If someone wishes to improve society and the world, morality has to be developed in the individual first.

Orang mengatakan bahwa jika engkau ingin mengubah masyarakat, harus ada kemurnian di hatimu. Engkau berkata, "Tubuh-ku, indera-ku, pikiran-ku, intelektualitas-ku," dll., Tetapi "kamu" bukanlah semuanya ini. Misalnya, engkau berkata, "Ini buku saya." Buku ini ada di tanganmu saat ini. Saat berikutnya seseorang ingin melihatnya. Buku itu masuk ke tangan mereka. Demikian pula, engkau memegang beberapa mata uang di tanganmu. Setelah beberapa waktu, uang itu akan jatuh ke tangan orang lain. Ia hanya datang dan pergi. Tetapi moralitas datang dan tumbuh. Moralitas tidak memiliki bentuk. Jika seseorang ingin meningkatkan taraf hidup masyarakat dan dunia, moralitas harus dikembangkan pada individu terlebih dahulu.

Several political parties come forward these days saying that they will improve the society. They propose to transform society, but they invariably fail because they try to garner the votes of people for their selfish ends. They do not at all bother about society. If you want to transform society, there must be purity in your heart. First, the individual; then, society. For the individual to be transformed, there must be love for God and fear of sin. Then comes morality in society. It is the individuals that make a society. Hence, if unity among people is developed there will be purity and Divinity. Unity, purity, and Divinity cannot be attained by mere education.

Beberapa partai politik maju hari ini mengatakan bahwa mereka akan meningkatkan taraf hidup masyarakat. Mereka mengusulkan untuk mengubah masyarakat, tetapi mereka selalu gagal karena mereka mencoba untuk mengumpulkan suara orang untuk tujuan egois mereka. Mereka sama sekali tidak peduli dengan masyarakat. Jika Engkau ingin mengubah masyarakat, harus ada kemurnian di hatimu. Pertama, individu; lalu, masyarakat. Agar individu ditransformasikan, harus ada cinta kepada Tuhan dan takut atas dosa. Kemudian muncul moralitas dalam masyarakat. Adalah individu-individu yang membentuk masyarakat. Karenanya, jika persatuan di antara orang-orang dikembangkan maka akan ada kesucian dan keilahian. Persatuan, kemurnian, dan Keilahian tidak dapat dicapai hanya dengan pendidikan.

Real meditation is forgetting oneself totally
Meditasi sejati adalah melupakan diri secara total

Suppose you sit for meditation, closing your eyes. However, the mind goes on wandering everywhere. You try to bring it back to the starting point. It is all practice. It is only when the wavering mind is stilled that meditation is possible. This process of making the mind steady is called concentration. Meditation is possible only after concentration. The proper order is concentration, contemplation, and meditation. Don't believe someone who claims that they are meditating the moment they sit. That is an artificial exercise, not meditation. Real meditation is forgetting oneself totally. It is forgetting the feeling of identification with the body (*dehatma bhava*) completely. One has to totally give up attachment to the senses. Then only will the mind be steady.

Misalkan engkau duduk bermeditasi, menutup matamu. Namun, pikiran terus berkeliaran di mana-mana. Engkau mencoba membawanya kembali ke titik awal. Itu semua adalah praktik. Hanya ketika pikiran yang goyah ditenangkan maka meditasi dimungkinkan. Proses membuat pikiran ini stabil disebut konsentrasi. Meditasi hanya mungkin setelah konsentrasi. Urutan yang tepat adalah konsentrasi, kontemplasi, dan meditasi. Jangan percaya pada seseorang yang mengklaim bahwa mereka langsung bermeditasi pada saat mereka duduk. Itu adalah latihan yang artifisial, bukan meditasi sesungguhnya. Meditasi sejati sama sekali melupakan diri sendiri. Ia melupakan perasaan identifikasi dengan tubuh (*dehatma bhava*) sepenuhnya. Seseorang harus benar-benar melepaskan keterikatan pada indera. Maka hanya dengan demikian, pikiran akan stabil.

Once, there was a father who had four sons. Each one wanted to follow a different vocation to earn money. One son wanted to take up business. Another wanted to open a small grocery shop. The third son wanted to take up employment, and the fourth another vocation. Though earning money was the common objective, each one wanted to go in a different path. Finally, it is the means that are adopted for earning money that result in accumulation of virtue or sin. People commit a sin even without their knowing that they are doing so. The sins committed by people will continue to haunt them.

Pernah, ada seorang ayah yang memiliki empat putra. Masing-masing ingin mengikuti panggilan yang berbeda untuk mendapatkan uang. Seorang putra ingin menjalankan bisnis. Yang lain ingin membuka toko kelontong kecil. Putra ketiga ingin mengambil pekerjaan, dan yang keempat panggilan lain. Meskipun menghasilkan uang adalah tujuan bersama, masing-masing ingin menempuh jalan yang berbeda. Akhirnya, itu adalah cara yang diadopsi untuk mendapatkan uang yang menghasilkan akumulasi kebajikan atau dosa. Orang-orang melakukan dosa bahkan tanpa mereka sadari bahwa mereka melakukannya. Dosa yang dilakukan oleh orang akan terus menghantui mereka.

Some time ago, there were heavy floods in the State of Orissa. They ravaged several villages in four districts. The houses, trees, standing crops, and even animals and some people were swept away by the surging flood water. Hundreds of villages were inundated, and people were marooned. They were fear-stricken at the fury of nature. I sent a telegram: "Don't worry. Be happy. I will build your houses." The people of Orissa came to see Me, by arranging a special train. The government was there, MPs and MLAs were there, who were expected to come to their rescue in that hour of need and provide succour to them. But none came forward. I sent ten *crores* (100 million rupees) immediately and arranged for distribution of relief material and building of *pucca* houses (houses built with high quality materials) for the affected people.

Beberapa waktu yang lalu, ada banjir besar di Negara Bagian Orissa. Bencana itu menghancurkan beberapa desa di empat kabupaten. Rumah-rumah, pohon-pohon, tanaman, dan bahkan binatang-binatang serta beberapa orang tersapu oleh banjir. Ratusan desa terendam air, dan orang-orang terdampar. Mereka dilanda ketakutan akan amarah alam. Saya mengirim telegram: "Jangan khawatir. Berbahagialah. Aku akan membangun rumahmu." Orang-orang Orissa datang menemui-Ku, dengan menggunakan kereta khusus. Pemerintah ada di sana, anggota parlemen dan MLA ada di sana, yang diharapkan untuk menyelamatkan mereka pada saat dibutuhkan dan memberikan bantuan kepada mereka. Tapi tidak ada yang maju. Aku segera mengirim sepuluh *crores* (100 juta rupee) dan mengatur distribusi bahan bantuan dan membangun rumah *pucca* (rumah yang dibangun dengan bahan berkualitas tinggi) untuk orang-orang yang terkena dampak.

I am not interested in accumulation of money. I want only your love. Be happy. Develop your morality and love for God. If you develop love, that love itself will drive away the demonic qualities in you.

Aku tidak tertarik pada akumulasi uang. Aku hanya menginginkan cintamu. Berbahagialah. Kembangkan moralitas dan cintamu kepada Tuhan. Jika engkau mengembangkan cinta-kasih, maka cinta-kasih itu sendiri akan mengusir kualitas iblis dalam dirimu.

Good or bad, one gets the fruits of one's actions

Baik atau buruk, seseorang mendapat buah dari tindakannya

Before the Rama-Ravana war commenced, Hanuman entered Lanka, as part of his mission, to search the whereabouts of Sita. After he found Sita, he was on his way back to pass on the information to Sri Rama. He was caught by the demons and brought to the court of Ravana. Ravana was infuriated on seeing Hanuman, who destroyed the beautiful grove of Ashoka trees while he was returning. Ravana questioned Hanuman, "Who are you? How dare you enter this impregnable city of Lanka?" He underestimated the power of Hanuman and derided him addressing him as an ordinary monkey.

Sebelum perang Rama-Rahwana dimulai, Hanuman memasuki Lanka, sebagai bagian dari misinya, untuk mencari keberadaan Sita. Setelah dia menemukan Sita, dia dalam perjalanan kembali untuk menyampaikan informasi kepada Sri Rama. Dia ditangkap oleh setan dan dibawa ke pengadilan Rahwana. Rahwana marah melihat Hanuman, yang menghancurkan hutan Ashoka yang indah saat dia kembali. Ravana menanyai Hanuman, "Siapa kamu? Berani-beraninya kau memasuki kota Lanka yang tak tertembus ini?" Dia meremehkan kekuatan Hanuman dan mengejeknya dengan memanggilnya sebagai monyet biasa.

In the same tone, Hanuman replied as an equal to Ravana, "The Lord who cut off the ears and nose of your sister has sent me." Ravana was very angry since no one dared to talk to him in such an undignified manner. In fact, Hanuman used the same language as Ravana did. Ravana felt insulted. Hanuman was not bothered in the least, for he was always chanting *Ramanama* (chanting Rama's name), which gave him the courage and strength to face any situation.

Dengan nada yang sama, Hanuman menjawab sama dengan Rahwana, "Tuhan yang memotong telinga dan hidung saudaramu telah mengirimku." Rahwana sangat marah karena tidak ada yang berani berbicara dengannya dengan cara yang tidak terhormat. Bahkan, Hanuman menggunakan bahasa yang sama seperti Rahwana. Rahwana merasa terhina. Hanuman sama sekali tidak terganggu, karena ia selalu melantunkan Ramanama (menyebut nama Rama), yang memberinya keberanian dan kekuatan untuk menghadapi situasi apa pun.

Ravana could not tolerate the impertinence and arrogance of Hanuman, so he ordered Hanuman's tail to be set on fire after wrapping it with cloths dipped in oil. Immediately, cloths soaked in oil were wrapped round the tail of Hanuman and it was set on fire. Hanuman did not keep quiet. With that burning tail, he jumped from one building to the other and thus set the entire city on fire.

Ravana tidak bisa mentolerir ketidaksopanan dan kesombongan Hanuman, jadi dia memerintahkan ekor Hanuman untuk dibakar setelah membungkusnya dengan kain yang

dicelupkan ke dalam minyak. Segera, kain yang dibasahi minyak dibungkus dengan ekor Hanuman dan dibakar. Hanuman tidak diam. Dengan ekor yang terbakar itu, ia melompat dari satu gedung ke gedung lainnya dan dengan demikian membakar seluruh kota.

Beautiful and palatial buildings studded with precious stones went up in flames within no time. Even Mandodari's palace was engulfed by flames. She came out. People ran helter-skelter here and there. Not a single building was spared from the raging flames. Hanuman then advised Mandodari, "Mother, the sin committed by your husband is responsible for this devastating fire and consequent loss of so many lives and property. Please tell your husband not to commit such heinous sins hereafter. If you can thus save your husband, it amounts to saving yourself and the demon (*rakshasa*) clan."

Bangunan-bangunan indah dan megah yang dipenuhi batu-batu berharga terbakar dalam waktu singkat. Bahkan istana Mandodari dilalap api. Dia keluar. Orang-orang berlari pontang-panting di sana-sini. Tidak ada satu bangunan pun yang terhindar dari kobaran api. Hanuman kemudian menasehati Mandodari, "Ibu, dosa yang dilakukan oleh suamimu bertanggung jawab atas api yang menghancurkan ini dan akibatnya kehilangan begitu banyak nyawa dan harta benda. Tolong beritahu suamimu untuk tidak melakukan dosa keji seperti ini lagi. Jika kau bisa menyelamatkan suamimu, itu sama saja dengan menyelamatkan dirimu sendiri dan klan iblis (*rakshasa*)."

People have to suffer the consequences of their actions. God is only a witness. Good or bad, one gets the fruit of one's actions. Hence, first and foremost, one has to develop morality, which is based on developing human qualities first. If human qualities are to be developed, one should have love for God. Thus, love for God, fear of sin, and morality in society are interdependent. When there is morality in society, all people will be safe.

Orang harus menderita akibat dari tindakan mereka. Tuhan hanyalah saksi. Baik atau buruk, seseorang mendapat buah dari tindakan seseorang. Karena itu, pertama dan terpenting, seseorang harus mengembangkan moralitas, yang didasarkan pada pengembangan kualitas manusia terlebih dahulu. Jika kualitas manusia ingin dikembangkan, seseorang harus memiliki cinta untuk Tuhan. Dengan demikian, cinta kepada Tuhan, ketakutan akan dosa, dan moralitas dalam masyarakat adalah saling bergantung. Ketika ada moralitas di masyarakat, semua orang akan aman.

One important point has to be remembered in this context. You may hide your actions from society, but the omnipresent God knows everything. You will have to suffer the consequences of your actions. It is an immutable law. Hence, if you can help others, it is alright. Otherwise just keep silent. Do not harm others. Do not commit a mistake by thought, word, and deed. Sometimes, you may not get the result of your actions immediately. It will take some time. But surely the result will follow. People study spiritual texts like the *Bhagavad Geeta* but fail to realise their own innate nature. The *Upanishads* exhort one, "Dear son, you try to realise your own nature first. Know thyself! If you can do that, it amounts to knowing everything." The knowledge of the Self (*Atma Bodha*) entails realisation, "I am not the body, I am not the mind, I am not the intellect," etc.

Satu poin penting harus diingat dalam konteks ini. Engkau dapat menyembunyikan tindakanmu dari masyarakat, tetapi Tuhan yang mahakuasa tahu segalanya. Engkau harus menanggung akibat dari tindakanmu. Itu adalah hukum abadi. Karenanya, jika Engkau dapat membantu orang lain, itu tidak masalah. Kalau tidak, diam saja. Jangan menyakiti orang lain. Jangan melakukan kesalahan dengan pikiran, kata, dan perbuatan. Terkadang, Engkau mungkin tidak segera mendapatkan hasil dari tindakanmu. Itu akan memakan waktu. Tapi pasti hasilnya akan menyusul. Orang-orang mempelajari teks-teks spiritual seperti Bhagavad Geeta tetapi gagal untuk menyadari sifat bawaan mereka sendiri. Upanishad menasihati, "Nak, kamu mencoba untuk menyadari sifatmu sendiri terlebih dahulu. Kenalilah dirimu! Jika engkau dapat melakukannya, itu sama dengan mengetahui segalanya. "Pengetahuan tentang Diri (Atma Bodha) mensyaratkan kesadaran," Aku bukan tubuh, aku bukan pikiran, aku bukan intelek, "dll.

The mind is like a cloth consisting of threads woven together. How long will this cloth last? As long as the threads are intact. Once you remove the threads, the cloth loses its shape. Or, if you put the cloth in fire, it will be reduced to ashes. People say, "This is my wife, this is my child, this is my son-in-law, this is my son," etc. These relationships are only illusion. Who are all these people? All are God's property. Everything in this world is God's property; nobody has any right, whatsoever. People fight between themselves claiming rights, thus wasting their time. Time waste is life waste. In fact, it is not the time we are wasting; we are wasting our precious life.

Pikiran itu seperti kain yang terdiri dari benang yang dijalin menjadi satu. Berapa lama kain ini akan bertahan? Selama utasnya masih utuh. Setelah engkau melepas benang, kain kehilangan bentuknya. Atau, jika engkau menaruh kain ke api, itu akan menjadi abu. Orang-orang berkata, "Ini istri saya, ini anak saya, ini menantu saya, ini anak saya," dll. Hubungan ini hanya ilusi. Siapa semua orang ini? Semua adalah milik Tuhan. Segala sesuatu di dunia ini adalah milik-Nya; tidak ada yang berhak, apa pun. Orang-orang berkelahi di antara mereka sendiri untuk menuntut hak, sehingga membuang waktu mereka. Pemborosan waktu adalah pemborosan hidup. Sebenarnya, ini bukan waktu yang kita buang; kita menya-nyiakan hidup kita yang berharga.

In conclusion, I stress once again that you should cultivate love for God, fear of sin, and morality in society. These are valuable assets, which you must always safeguard. If you safeguard these values, they will in turn protect you. You think you have to realise the Brahma Principle (*Brahma Tatwa*) today. In fact, *Brahman* has no name and form. God is attributeless, unsullied, the final abode, eternal, pure, enlightened, free, and embodiment of sacredness (*nirgunam, niranjanam, sanatana nikanam, nitya, sud-dha, buddha, mukta, nirmala swarupinam*).

Sebagai kesimpulan, Aku menekankan sekali lagi bahwa engkau harus memupuk cinta-kasih untuk Tuhan, takut akan dosa, dan moralitas dalam masyarakat. Ini adalah aset berharga, yang harus selalu engkau jaga. Jika engkau melindungi nilai-nilai ini, mereka pada gilirannya akan melindungimu. Engkau pikir engkau harus menyadari Prinsip Brahma (*Brahma Tatwa*) hari ini. Faktanya, *Brahman* tidak memiliki nama dan bentuk. Tuhan adalah tanpa atribut, tidak ternoda, tempat tinggal terakhir, abadi, murni, tercerahkan, bebas, dan perwujudan kesucian

(nirgunam, niranjanam, sanatana niketanam, nitya, sud dha, buddha, mukta, nirmala swarupinam).

The *Bal Vikas* children from Tamil Nadu are waiting to present a cultural programme. Witness that programme. I will continue My discourse tomorrow.

Anak-anak Bal Vikas dari Tamil Nadu sedang menunggu untuk mempresentasikan program budaya. Saksikan program itu. Aku akan melanjutkan ceramah-Ku besok.

Sai Kulwant Hall, Prasanthi Nilayam,

6 July 2009

Sathya Sai Speaks Vol.42/Ch.9: 6 July 2009

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume42/ss42-09.pdf>