

## OM SAI RAM!

Selamat datang di Sesi Tanya Jawab ini,

### Q.311, “SWAMI, TENTANG PERILAKU SOSIAL?”

16 Maret 2024

*Kutipan teks ini diambil dari buku Prof. Anil Kumar “ Sathyopanishad , Vol. 1”, halaman 54-59.*

**Swami! Bagaimana seharusnya kita bersikap dalam pergaulan? Apa yang dimaksud dengan norma sosial?**

**Bhagawan:** Engkau harus melupakan dua hal: bantuan yang telah engkau berikan kepada orang lain dan kerugian yang telah dilakukan orang lain terhadapmu. Selain itu, engkau harus mengingat dua hal: bantuan yang diberikan orang lain kepadamu dan kerugian yang engkau lakukan terhadap orang lain. Dengan demikian, tidak akan ada lagi ego, kesombongan, iri hati, dengki, kebencian dan kecenderungan-kecenderungan jahat lainnya dalam dirimu.

Engkau juga harus memperhatikan hal penting lainnya. Sekecil apapun kesalahan atau kesalahan yang ada pada dirimu, anggaplah itu sebagai kesalahan yang sangat besar. Pada saat yang sama, ketika engkau melihat kesalahan besar pada orang lain, engkau harus menganggapnya sebagai kesalahan yang sangat kecil. Anggaplah kebaikanmu sendiri sebagai hal yang kecil dan kebaikan orang lain sebagai hal yang besar. Sikap ini membantumu mengoreksi diri sendiri, memperbaiki diri, dan memampukan dirimu memaafkan dan melupakan kesalahan orang lain.

Namun, yang terjadi saat ini justru sebaliknya. Setiap orang membesar-besarkan kebajikannya sendiri dan mengecilkan kebaikan orang lain, menganggap kesalahan-kesalahan (yang setinggi/sebesar gunung) Himalaya yang dilakukannya adalah sekecil sarang semut, sedangkan sebaliknya, ia menganggap sebegitu besarnya kesalahan-kesalahan terkecil orang lain. Inilah penyebab semua konflik dan pertikaian.

Masih ada dua kategori orang yang lebih ekstrim. Beberapa dari mereka menggambarkan kesalahan mereka sebagai kelebihan, memproyeksikan kesalahan mereka sebagai hal yang benar, dan mencoba untuk fokus pada kebaikan mereka, yang sebenarnya tidak ada dalam diri mereka.

Lalu, ada kategori orang terakhir, yang bahkan lebih buruk dari setan. Mereka adalah orang-orang yang mengaitkan kekeliruan, kesalahan, dan cacat pada orang lain, yang semuanya palsu, dan sama sekali mengabaikan kebaikan mereka. Perbaiki kesalahanmu sendiri terlebih dahulu. Nilailah orang lain berdasarkan kelebihanannya, bukan kesalahannya. **Carilah kesalahan diri sendiri dan kelebihan orang lain.**

**Swami! Banyak orang merasa terlalu sibuk untuk beristirahat. Lalu, bagaimana cara seseorang beristirahat?**

**Bhagawan:** Pergantian pekerjaan adalah istirahat. Engkau tidak boleh menganggur. Engkau tidak boleh malas. Kemalasan itu bagaikan karat dan debu dan akhirnya pecah. Tapi bekerja adalah istirahat dan yang terbaik. Jika engkau bosan dengan suatu pekerjaan tertentu, gantilah dengan pekerjaan lain. Pergantian pekerjaan adalah istirahat.

**Swami! Kami sangat khawatir. Terkadang kami juga jatuh sakit karena khawatir. Apa itu kekhawatiran? Tolong beri tahu kami bagaimana agar tidak khawatir?**

**Bhagawan :** MenurutKu, tidak ada yang disebut kekhawatiran. Jika engkau bertanya secara mendalam, engkau akan tahu bahwa tidak ada kekhawatiran sama sekali di dunia ini. Itu hanyalah psikologis. Kekhawatiran adalah ketakutan yang diciptakan secara mental. Itu saja! Tidak ada selain itu! Itu semua hanya imajinasimu.

Terkadang engkau merasa bersalah. Jadi, engkau khawatir, mengingat masa lalumu, yang tidak dapat dipulihkan lagi. Dengan usaha apapun, engkau tidak dapat memulihkannya. Masa lalu adalah masa lalu. Lalu, untuk apa mengkhawatirkan masa lalu? Apakah ada gunanya? Engkau mungkin khawatir tentang masa depan. Ini juga tidak berguna menurutKu. Mengapa? Karena masa depan tidak pasti, apa pun bisa terjadi. Siapa tahu? Masa depan tidak diketahui. Lalu mengapa engkau harus khawatir tentang masa depan? Apa yang engkau peroleh dengan itu?

Pahami dengan jelas bahwa segala sesuatu ada di masa sekarang. Ini bukanlah hadiah yang sederhana; itu ada di mana-mana. Bagaimana? Di masa sekarang terdapat hasil dari masa lalu. Saat ini adalah fondasi masa depan. Benih hari ini berasal dari pohon yang engkau tanam kemarin, dan besok akan berkecambah dan tumbuh menjadi pohon. Jadi, kekhawatiran tidak ada gunanya. Oleh karena itu, jangan pernah khawatir tentang apa pun.

**Swami! Saat ini banyak orang terpelajar yang membuang-buang waktu, uang, dan tenaganya di kota-kota. Bhagawan, kami sangat ingin mengetahui pandanganMu mengenai hal ini.**

**Bhagawan:** "Waktu adalah Tuhan." Dalam doamu engkau mengucapkan, *kalaya namah kalakalaya namah , kalatitaya namah* , dan seterusnya. Waktu adalah Ilahi. Engkau tidak boleh membuang waktu. Adalah dosa jika menyia-nyiakan atau menyalahgunakan waktu. Semua orang harus mengikuti waktu. Tuhan adalah Penguasa waktu. Pemborosan waktu adalah pemborosan kehidupan. Tergesa-gesa menghasilkan kesia-siaan, kesia-siaan membuat khawatir, jadi jangan terburu-buru. Kita hendaknya melakukan perbuatan baik dan dengan demikian menggunakan waktu kita dengan cara yang suci. Masa muda dan sungai tidak akan pernah mengalir mundur. Ketika engkau melewati tahap masa muda, itu tidak akan kembali. Air sungai

yang mengalir ke depan tidak akan pernah mundur. Oleh karena itu, engkau harus menganggap waktu sebagai komoditas yang sangat berharga.

Engkau juga telah menunjukkan bahwa uang dihamburkan oleh banyak orang terpelajar. Ini sangat buruk. Membuang-buang uang itu jahat. Engkau tidak boleh menyalahgunakan uang. Ingatlah selalu, banyak uang menghasilkan lebih banyak hal yang salah. Banyak uang membawamu ke dalam kebiasaan buruk. Engkau harus mengeluarkan uang untuk program kesejahteraan. Engkau harus mengungkapkan rasa terima kasih kepada masyarakat, yang bertanggung jawab atas statusmu saat ini, dengan mengeluarkan uang untuk kegiatan pelayanan. Engkau harus berkorban untuk orang miskin dan yang membutuhkan. *Na karma na prajaya dhanena , tyagenaike amrtatva manasuh.* Engkau mencapai *moksha* atau pembebasan hanya melalui pengorbanan. Tidak ada tindakan, tidak ada keturunan, tidak ada kepemilikan atau harta benda yang bisa menyamai pengorbanan.

Di dalam tubuh manusia, darah harus selalu bersirkulasi. Demikian pula, uang harus beredar di masyarakat. Tidak boleh stagnan di tangan segelintir orang saja. Jika darah tidak bersirkulasi, maka akan timbul bisul atau tumor di tubuh.

Jika engkau kekurangan uang, sulit untuk mengatur hal-hal dalam kehidupan ini. Pada saat yang sama, terlalu banyak uang merusakmu. Ini harus seperti ukuran sepatu yang pas dengan kakimu. Jika sepatunya longgar, engkau tidak bisa berjalan; jika sempit, engkau juga akan kesulitan berjalan dengan bebas. Sepatumu harus selalu berukuran persis dengan kakimu. Demikian pula, uang tidak boleh terlalu sedikit atau terlalu banyak bagimu. Ingatlah apa yang Aku katakan berulang kali untuk mengingatkanmu. Uang datang dan pergi, tapi moralitas datang dan tumbuh.

Moralitas terdiri dari pemanfaatan energi dan sumber daya lainnya secara tepat. Engkau tidak boleh membuang-buang energi dalam bentuk apapun. Engkau tidak boleh membuang-buang air. Jangan menyia-nyiakan makanan; *annam brahma*, Makanan adalah Tuhan. Engkau bisa makan sampai rasa lapar, u hilang. Tidak ada yang salah di dalamnya. Ada banyak orang yang kelaparan. Ada banyak orang yang tidak memiliki cukup makanan untuk dimakan. Doa apa yang engkau panjatkan sebelum makan?

***Brahmarpanam brahma havih  
Brahmagnau brahmana a hutam ,  
Brahmaiva tena gantavyam ,  
Brahmakarma samadhina .  
Aham vaisvanaro bhutva  
Praninam dehamas'ritah  
Pra apana samayuktah  
Pacamyannam caturvidham .***

"Ya Tuhan! Dikau berada dalam wujud *Vaisvanara*. Dikau benar-benar mencerna dan mengasimilasi makanan yang saya makan. Aku menawarkan makanan yang aku makan. Aku persembahkan makanan itu kepada-Mu. Dikau sendiri yang menyuplai

esensinya ke seluruh bagian tubuhku.” Inilah makna doa yang engkau panjatkan sebelum mengonsumsi makanan. Oleh karena itu, sebaiknya jangan menyia-nyiakannya. Adalah dosa jika menyia-nyiakannya.

Saya ingin engkau menetapkan batas atas keinginanmu. Hal ini hanya mungkin terjadi jika engkau memutuskan dan berjanji untuk tidak menyia-nyiakkan waktu, uang, makanan, dan energi. Kelima unsur alam – tanah, air, udara, api, dan angkasa adalah Ilahi. Engkau harus sangat menghormati dan berterima kasih kepada lima elemen ini. Selalu anggap mereka Ilahi.

Instruksi Ilahi lainnya akan hadir di Sesi Tanya Jawab berikutnya!

**Om Sai Ram!**