

**Intisari:** Anak-anak yang manis, jadilah *antarmukhi* (introversi), artinya: selalulah hening. Jangan mengatakan apa pun dengan bibir Anda. Jalankan setiap tugas dengan tenang dan damai. Jangan pernah menyebarkan ketidakhadamaian.

**Pertanyaan:** Musuh besar manakah yang telah menjadikan Anda anak-anak terpuruk dalam kemiskinan?

**Jawaban:** Amarah. Ada ungkapan bahwa di mana ada amarah, bahkan air dalam kendi pun menguap. Kendi Bharata, yang tadinya terisi penuh dengan berlian dan permata, sekarang sudah menjadi kosong akibat sifat buruk itu. Sifat buruk itulah yang menjadikan Anda terpuruk dalam kemiskinan. Orang yang pemarah menjadi panas dan menjadikan orang lain ikut panas. Oleh sebab itu, sekarang jadilah *antarmukhi* (introversi) dan buanglah sifat buruk itu.

Om shanti. Sang Ayah berkata kepada Anda, “Anak-anak yang manis, jadilah *antarmukhi* (introversi).” Makna menjadi *antarmukhi* berarti tidak mengatakan apa pun. Sadarilah diri sebagai jiwa dan ingatlah Sang Ayah. Beliau duduk di sini dan menyampaikan ajaran ini kepada Anda, anak-anak. Tidak perlu mengatakan apa pun lagi mengenai ini. Anda diberi penjelasan tentang cara untuk hidup di rumah bersama keluarga Anda, itu saja. Inilah “Manmanabhawa”. Ingatlah Saya! Inilah poin yang pertama dan utama. Anda anak-anak tidak boleh marah di rumah. Amarah sedemikian dahsyatnya, sehingga mampu mengeringkan sekendi air. Orang yang pemarah menyebarkan ketidakhadamaian. Oleh sebab itu, selagi hidup di rumah bersama keluarga, Anda harus senantiasa damai. Santaplah makanan Anda dan pergilah ke kantor atau tempat usaha Anda dan lain-lain. Di sana, juga bagus jika Anda terus hening. Semua orang mengatakan bahwa mereka menginginkan kedamaian. Anda anak-anak sudah menerima penjelasan bahwa Sang Samudra Kedamaian hanyalah Sang Ayah Yang Esa. Beliau memberi Anda petunjuk: “Ingatlah Saya.” Tidak perlu mengatakan apa pun, cukup teruslah *antarmukhi* (introversi). Anda juga harus melakukan pekerjaan Anda di kantor, tetapi tidak perlu banyak berbicara. Anda harus menjadi sepenuhnya manis. Jangan menyebabkan kesengsaraan bagi siapa pun. Berkelahi dan sebagainya berarti menjadi marah. Musuh terbesar Anda adalah sifat buruk nafsu birahi, dan yang nomor dua adalah amarah. Itu membuat Anda mendatangkan kesengsaraan atas satu sama lain. Ada begitu banyak pertengkaran yang diakibatkan oleh amarah. Anda anak-anak paham bahwa di zaman emas tidak ada pertengkaran. Amarah merupakan tanda bahwa orang itu bagaikan Rahwana. Mereka yang menyimpan amarah disebut sebagai jiwa-jiwa dari komunitas iblis. Sifat buruk itu memasuki mereka. Tidak perlu mengatakan apa pun kepada mereka, karena orang-orang itu tidak memiliki pengetahuan ini; mereka akan selalu marah. Jika Anda marah terhadap seorang pemarah, pasti terjadi pertengkaran. Sang Ayah menjelaskan, “Amarah adalah sifat buruk yang sangat kuat; Anda harus mengusirnya dengan bijak.” Jangan mengizinkan perkataan pahit terucap dari bibir Anda. Itu mengakibatkan begitu banyak kerugian. Penghancuran juga berlangsung akibat amarah. Ketika di suatu rumah terdapat amarah, pasti rumah tangga itu sangat tidak damai. Jika Anda marah, Anda mencemarkan nama Sang Ayah. Anda harus mengusir sifat-sifat buruk itu. Begitu Anda mengusir mereka, sifat-sifat buruk itu tidak akan ada lagi sepanjang setengah siklus. Sekarang, kelima sifat buruk itu bekerja dengan kekuatan penuh. Pada saat inilah, ketika sifat-sifat buruk sedang bekerja dengan kekuatan penuh, Sang Ayah datang. Mata ini sangat kriminal. Mulut juga kriminal. Orang-orang

berbicara dengan lantang, kemudian menjadi panas, dan juga memanaskan rumah tangga mereka. Sifat buruk nafsu birahi dan amarah adalah dua musuh terbesar Anda. Mereka yang menyimpan amarah tidak bisa terus mengingat Baba. Mereka yang terus mengingat Baba pasti selalu damai. Tanyalah hati Anda, “Apakah saya menyimpan sifat buruk dalam diri saya?” Ada juga sifat buruk keterikatan dan sifat buruk keserakahan. Sifat buruk keserakahan tidak kurang dahsyatnya. Mereka semua adalah sifat-sifat buruk, karena mereka berasal dari pasukan Rahwana. Sang Ayah mengajarkan perziarahan ingatan kepada Anda, anak-anak. Akan tetapi, ada banyak anak yang menjadi bingung mengenai ini. Mereka tidak paham karena mereka sudah begitu banyak melakukan pemujaan. Jalan pemujaan adalah kesadaran badan. Sepanjang setengah siklus, ada kesadaran badan. Akibat ekstroversi, Anda tidak mampu menyadari diri sebagai jiwa. Sang Ayah begitu banyak menekankan hal ini, “Sadarilah diri sebagai jiwa dan ingatlah Saya, Ayah Anda.” Akan tetapi, mereka tidak tahu cara untuk melakukan ini. Mereka menerima semua hal yang lain, tetapi terus bertanya, “Bagaimana kami bisa mengingat Baba? Kami tidak bisa melihat apa pun.” Mereka diberi penjelasan, “Sadarkah Anda bahwa Anda adalah jiwa? Anda juga tahu bahwa Yang Esa adalah Ayah Anda yang tak terbatas. Anda tidak perlu mengatakan, ‘Shiva, Shiva,’ dengan bibir Anda. Anda tahu dalam batin Anda bahwa Anda adalah jiwa.” Manusia memohon kedamaian. Hanya Sang Jiwa Yang Maha Tinggilah Sang Samudra Kedamaian. Beliau pastilah Yang Esa, yang memberikan warisan. Sang Ayah sekarang menjelaskan, “Ingatlah Saya, maka Anda akan menjadi damai dan dosa-dosa Anda selama kelahiran demi kelahiran yang tak terhitung jumlahnya itu akan terhapus.” Tidak ada hal lain. Tidak ada sosok bulat telur yang besar. Jiwa-jiwa begitu kecil, demikian juga Ayah mereka. Semua jiwa mengingat Beliau dan berkata, “Wahai, Bhagawan! Wahai, Tuhan!” Siapa yang mengatakan ini? Jiwa-jiwalah yang mengatakannya. Jiwa-jiwa mengingat Ayah mereka. Oleh sebab itu, Sang Ayah berkata kepada anak-anak, “Manmanabhawa!” Anak-anak yang termanis, selalulah *antarmukhi* (introversi). Segala sesuatu yang Anda lihat akan hancur, kemudian jiwa-jiwa akan tinggal dalam kedamaian. Jiwa-jiwa harus pulang ke hunian kedamaian. Namun, mereka tidak bisa pulang ke hunian kedamaian sebelum mereka menjadi suci. Bahkan para sadhu dan orang suci pun menanyakan cara agar mereka bisa memperoleh kedamaian. Sang Ayah menunjukkan jalan yang mudah kepada Anda, tetapi ada banyak di antara Anda anak-anak yang tidak mampu terus damai. Baba tahu bahwa sebagian di antara Anda yang hidup berumah tangga sama sekali tidak terus damai. Mereka hanya pergi ke center sebentar. Namun, mereka tidak terus damai dalam batin dan tidak mengingat Sang Ayah. Sepanjang hari, mereka terus saja membuat kekacauan di rumah. Itulah sebabnya, mereka tidak bisa menjadi damai, meskipun mereka pergi ke center. Saat seseorang mengasihi badan orang lain, benaknya tidak mungkin bisa merasa damai. Anda terus mengingat orang tersebut, itu saja! Sang Ayah menjelaskan, “Manusia memiliki lima sifat buruk dalam diri mereka.” Ada ungkapan, “Orang itu kemasukan roh jahat (sifat buruk).” Sifat-sifat buruk itulah yang telah membuat Anda terpuruk dalam kemiskinan. Maksimal, hanya ada satu roh jahat (arwah gentayangan) yang bisa memasuki seseorang pada suatu waktu. Sang Ayah berkata, “Lima sifat buruk itu ada dalam diri semua orang.” Manusia memanggil-manggil Tuhan untuk mengusir sifat-sifat buruk tersebut. Mereka berkata, “Baba, datanglah dan berilah kami kedamaian. Tunjukkanlah jalan kepada kami untuk mengusir sifat-sifat buruk itu.” Semua sifat buruk tersebut ada dalam diri semua orang, karena ini adalah kerajaan Rahwana. Sifat-sifat buruk yang terbesar adalah nafsu birahi dan amarah. Sang Ayah datang dan mengusir sifat-sifat buruk itu. Oleh karenanya, Beliau harus diberi imbalan untuk itu. Orang-orang itu mengusir roh-roh jahat dan arwah gentayangan, tetapi mereka tidak menerima apa pun. Anda anak-anak tahu bahwa Sang Ayah datang untuk mengusir sifat-sifat buruk itu dari seluruh dunia. Sifat-sifat buruk itu kini ada dalam semua manusia di dunia. Tidak ada sifat buruk apa pun dalam diri manusia ilahi. Mereka tidak memiliki sifat buruk kesadaran badan – tidak ada nafsu birahi, amarah, keserakahan,

maupun keterikatan; sama sekali tidak ada. Sifat buruk keserakahan juga tidak kurang kuatnya: “Saya ingin makan telur! Saya ingin makan ini/itu!” Ada banyak anak yang memiliki sifat buruk ini. Anda paham dalam hati, apakah Anda memiliki sifat buruk nafsu birahi atau sifat buruk amarah dalam diri Anda. Itulah sebabnya, Sang Ayah harus benar-benar berpikir keras untuk mengusir semua sifat buruk itu. Dengan memasuki kesadaran badan, Anda berkeinginan merangkul seseorang. Kemudian, seluruh pendapatan Anda pun hangus. Hal yang sama berlaku bagi mereka yang menyimpan amarah. Seorang ayah marah dan memukul anaknya, atau seorang anak memukul ayahnya, atau seorang istri membunuh suaminya. Lihatlah sendiri, jenis-jenis kasus semacam apa yang mereka miliki di penjara. Cobalah lihat, sudah menjadi seperti apa kondisi Bharata sejak masuknya sifat-sifat buruk itu. Kendi besar Bharata, yang tadinya penuh dengan emas dan berlian, kini sudah kosong melompong. Akibat amarah seseorang, timbul ungkapan bahwa kendi air pun mengering. Bharata juga telah mencapai kondisi serupa. Tidak ada seorang pun yang mengetahui ini. Hanya Sang Ayah yang datang untuk mengusir sifat-sifat buruk itu; tidak ada manusia mana pun yang mampu mengusir mereka. Kelima sifat buruk itu sangat berkuasa; mereka sudah ada sepanjang setengah siklus, jangan tanya lagi! Meskipun sebagian orang hidup suci, mereka tetap saja dilahirkan melalui sifat buruk nafsu birahi; itu tetaplah sifat buruk. Lima sifat buruk telah menjadikan Bharata sepenuhnya terpuruk dalam kemiskinan. Cobalah lihat, seperti apa drama ini tercipta! Sang Ayah duduk dan menjelaskan ini. Bharata sudah benar-benar terpuruk dalam kemiskinan sehingga harus meminta pinjaman dana dari luar negeri. Sang Ayah menjelaskan hal-hal tentang Bharata. Anda anak-anak menerima berlimpah kekayaan melalui studi ini. Inilah pendidikan tak termusnahkan yang diajarkan oleh Sang Ayah yang tak termusnahkan. Jalan pemujaan memiliki begitu banyak pernak-pernik. Brahma Baba dahulu mempelajari Gita sejak masih kecil, dan dia juga memuja Narayana, tanpa memahami apa pun. Dia bahkan tidak mengerti bahwa dirinya adalah jiwa dan bahwa Yang Esa adalah Ayah kita. Demikianlah, Anda menanyakan tentang bagaimana Anda bisa mengingat Baba. Oh! Namun, Anda selalu mengingat Beliau di jalan pemujaan dan mengatakan, “Wahai, Tuhan, datanglah dan bebaskanlah kami! Jadilah Pemandu kami!” Anda memerlukan pemandu untuk memperoleh kebebasan dan kebebasan dalam hidup. Sang Ayah menginspirasi Anda untuk merasa tidak suka terhadap dunia lama ini. Pada saat ini, semua jiwa sudah menjadi jelek, jadi bagaimana mungkin orang bisa menerima badan yang rupawan? Betapa pun putihnya kulit seseorang, jiwanya tetaplah jelek. Mereka yang berkulit putih dan berbadan rupawan sangat terintoksikasi akan diri sendiri. Manusia bahkan tidak mengetahui bagaimana jiwa-jiwa bisa menjadi rupawan. Inilah sebabnya, mereka disebut jiwa-jiwa yang tidak mengenal Tuhan. Mereka yang tidak mengenal Sang Ayah, Sang Pencipta, maupun ciptaan Beliau, disebut sebagai jiwa-jiwa yang tidak mengenal Tuhan. Mereka yang mengenal Beliau adalah jiwa-jiwa yang mengenal Tuhan. Sang Ayah duduk di sini dan menerangkan segala sesuatu kepada Anda anak-anak dengan begitu jelas. Anda masing-masing harus bertanya kepada hati Anda, “Hingga sejauh mana terdapat kebersihan dalam diri saya? Hingga sejauh mana saya menyadari diri sebagai jiwa? Seberapa banyak saya mengingat Sang Ayah?” Dengan kekuatan ingatan inilah Anda harus meraih kemenangan atas Rahwana. Ini tidak ada hubungannya dengan kekuatan fisik. Pada saat ini, Amerika adalah negara terkuat, karena mereka memiliki begitu banyak harta, properti, persenjataan, dan sebagainya. Itu adalah kekuatan fisik untuk membunuh semua orang. Intelek mereka berpikir ingin mencapai kemenangan. Kekuatan Anda adalah kekuatan spiritual; melaluinya, Anda meraih kemenangan atas Rahwana dan menjadi master dunia. Tidak ada yang mampu menaklukkan Anda maupun merampas kerajaan Anda sepanjang setengah siklus. Tidak ada orang lain yang menerima warisan ini dari Sang Ayah. Cobalah pikirkan sejenak, Anda sedang menjadi apa! Anda harus mengingat Sang Ayah dengan penuh cinta kasih dan juga memutar chakra kesadaran diri. Orang-orang mengira bahwa Vishnu menggunakan chakra kesadaran diri untuk memenggal kepala orang lain. Akan

tetapi, ini tidak ada hubungannya dengan kekerasan. Oleh sebab itu, Sang Ayah memberi tahu Anda, anak-anak yang termanis, “Anak-anak yang manis, lihatlah seperti apa Anda sebelum ini dan amatilah kondisi Anda sekarang.” Sebanyak apa pun pemujaan yang dahulu Anda lakukan, Anda tidak mampu mengusir sifat-sifat buruk itu. Sekarang, jadilah *antarmukhi* (introversi) dan periksalah apakah ada sifat buruk dalam diri Anda. Jika Anda mengikatkan hati kepada seseorang atau merangkul seseorang, Anda harus paham bahwa segala sesuatu yang telah Anda kumpulkan sudah hangus. Baba bahkan tidak suka melihat wajah orang semacam itu. Seakan-akan, mereka menjadi tak pantas disentuh (*pariah*); mereka tidak bersih. Hati nurani mereka terus mengusik mereka dan mereka juga merasa bahwa mereka benar-benar sudah menjadi tak layak disentuh. Sang Ayah berkata, “Lupakanlah segalanya, termasuk badan Anda sendiri, dan sadariilah diri sebagai jiwa. Anda hanya bisa menjadi manusia ilahi jika Anda mempertahankan tahapan ini. Itulah sebabnya, jangan ada sifat buruk dalam diri Anda.” Baba terus memberi tahu Anda untuk memeriksa diri sendiri. Ada banyak anak yang menyimpan amarah dalam diri mereka; mereka tidak bisa berdiam diri tanpa menghina orang lain. Kemudian, timbul pertengkaran. Amarah sangatlah buruk. Usirlah sifat-sifat buruk itu dan jadilah sepenuhnya jernih. Bahkan, jangan mengingat badan Anda sendiri. Hanya dengan demikian, Anda bisa mengklaim status tinggi. Inilah sebabnya, hanya delapan permata yang dikenang. Anda menerima permata-permata pengetahuan agar bisa menjadi permata. Orang-orang mengatakan bahwa ada 330 juta manusia ilahi. Akan tetapi, hanya delapan yang lulus dengan pujian. Merekalah jiwa-jiwa yang menerima hadiah. Itu bagaikan menerima beasiswa. Anda paham bahwa destinasi ini sangat tinggi. Ada yang terjatuh selagi menjalani kehidupan spiritual, ketika sifat buruk memasuki mereka. Di sana, tidak ada sifat buruk apa pun. Drama tentang keseluruhan siklus ini harus berputar dalam intelek Anda, anak-anak. Anda tahu berapa tahun, berapa bulan, berapa jam, menit, dan detik yang terdapat dalam 5000 tahun. Jika ada di antara Anda yang mau menghitungnya, silakan. Anda kemudian bisa menuliskan pada gambar pohon, bahwa ada sekian tahun, bulan, hari, jam, dan detik dalam setiap siklus. Orang-orang akan mengatakan bahwa yang Anda beri tahukan kepada mereka itu mutlak akurat. Jika Baba memberi tahu Anda tentang perhitungan 84 kelahiran, Beliau pasti juga memberi tahu Anda tentang durasi siklus, bukan? Aspek utama yang diberitahukan kepada Anda anak-anak adalah: “Bagaimanapun juga caranya, Anda harus mengusir sifat-sifat buruk itu.” Sifat-sifat buruk itu sudah menghancurkan semua kebenaran. Sifat-sifat buruk tersebut benar-benar terdapat dalam diri setiap manusia, karena mereka dilahirkan melalui ketidaksucian. Di surga, tidak ada ketidaksucian; tidak ada Rahwana. Namun, tidak ada seorang pun yang memahami hakikat Rahwana. Anda meraih kemenangan atas Rahwana, sehingga Rahwana tidak akan ada lagi. Jadi, sekarang, berupayalah! Sang Ayah sudah datang, jadi Anda pasti harus menerima warisan dari Beliau. Anda tidak bisa menghitung sesering apa Anda menjadi manusia ilahi dan sesering apa Anda menjadi iblis. Anda sudah menjadi iblis dan menjadi manusia ilahi tak terhitung kali seringnya. Achcha, anak-anak, teruslah hening, maka Anda tidak akan pernah marah. Anda harus menerapkan ajaran yang Sang Ayah berikan kepada Anda. Achcha.

Kepada anak-anak yang termanis, yang terkasih, yang telah lama hilang dan sekarang telah ditemukan kembali, cinta kasih, salam, dan selamat pagi dari Sang Ibu, Sang Ayah, BapDada. Ayah rohani mengucapkan namaste kepada anak-anak rohani.

#### **Intisari untuk dharna:**

1. Tanyalah diri sendiri, “Apakah ada sifat buruk dalam diri saya? Apakah mata saya melakukan tindak kejahatan? Apakah saya memiliki sanskara berbicara terlalu lantang sehingga menyebarkan ketidakhormatan? Apakah sifat buruk keterikatan atau keserakahan mengganggu

saya?”

2. Jangan mengikatkan hati Anda kepada manusia berbadan mana pun. Lupakanlah segalanya, termasuk badan Anda sendiri, dan isilah diri Anda dengan kekuatan spiritual dengan terus melakukan perziarahan ingatan. Jika Anda mengusir sifat-sifat buruk, Anda terbebas dari semua itu sepanjang setengah siklus.

**Berkah:** Semoga Anda berhak memasuki divisi pertama dan mencapai kesuksesan dengan menggunakan metode yang tepat dan memahami hukum Ketuhanan.

Ambillah satu langkah keberanian, maka Anda akan menerima jutaan langkah bantuan. Metode ini sudah ditetapkan di dalam drama sebagai hukum. Andaikan metode ini tidak ditetapkan sebagai hukum, semua orang pasti menjadi raja pertama dunia. Hukum “menjadi berurutan” diakibatkan oleh metode ini. Anda masing-masing bisa menerima bantuan sesuai dengan sebesar apa keberanian yang Anda miliki. Entah Anda menyerahkan hidup maupun merupakan anggota keluarga, Anda memiliki hak yang sama dan menerima kesuksesan dengan menggunakan metode yang tepat. Pahami hukum Ketuhanan ini dan akhirilah segala macam permainan kecerobohan. Anda kemudian akan menerima hak untuk memasuki divisi pertama.

**Slogan:** Jadilah inkarnasi penghematan dalam mengelola harta pikiran Anda.

\*\*\*OM SHANTI\*\*\*