



Hak Milik Kadam Choeling Indonesia
Buku ini tidak untuk diperjual-belian

YANG MULIA KHENZUR RINPOCHE LOBSANG TENPA
EMPAT SEGEL AGUNG BUDDHA DHARMA
BAGIAN 2

Disampaikan pada tanggal 22 – 25 Januari 2008
di Kadam Tashi Choe Ling, Malaysia

Diterjemahkan dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia
Oleh : Tenzin Tringyal

KADAM CHOELING INDONESIA – 2013
www.kadamchoeling.or.id

Buku Transkrip Pelajaran ini tidak untuk dijual



Hak Milik Kadam Choeling Indonesia
Buku ini tidak untuk diperjual-belikan

Cetakan II, April 2013
Pembagian secara gratis sebanyak 1000 eksemplar

EMPAT SEGEL AGUNG BUDDHA DHARMA

Judul dalam bahasa Inggris:
THE FOUR GREAT SEALS OF BUDDHISM

Dibabarkan oleh:
Yang Mulia Khenzur Rinpoche Lobsang Tenpa

Penerjemah Transkrip bahasa Indonesia : Tenzin Tringyal
Perancang sampul : Heriyanto
Penata letak : Heriyanto

Hak Cipta Naskah Terjemahan Indonesia ©2013 Dharma Center Kadam
Choeling Indonesia
Cetakan I, ISBN 978-602-8888-14-1
ISBN 978-602-8888-16-5

Copyright © 2013 by Kadam Choeling Indonesia
Hak cipta naskah terjemahan bahasa Indonesia adalah milik
Dharma Center Kadam Choeling Indonesia
Dilarang memperbanyak dalam bentuk apa pun, sebagian maupun
keseluruhan, tanpa izin tertulis dari Dharma Center Kadam Choeling
Indonesia. Isi buku ini boleh dikutip untuk rujukan tanpa perlu izin
khusus dari penerbit dengan tetap mencantumkan nama penerbit.

Dharma Center Kadam Choeling Indonesia

Buku Transkrip Pelajaran ini tidak untuk dijual



Alamat : Jalan Sederhana No. 83 Bandung – 40161
Email : info@kadamchoeling.or.id
Situs : www.kadamchoeling.or.id

Sekilas tentang Gomang Khenzur Rinpoche Lobsang Tenpa

Khenzur Rinpoche Lobsang Tenpa lahir di Tibet pada tahun 1938, di wilayah Amdo, Tibet timur. Ia ditahbiskan sebagai biksu pada usia 11 tahun dengan nama Lobsang Tenpa di Biara Taktsang Lhamo. Khenzur Rinpoche menetap di sana hingga berusia 18 tahun. Setelah itu, beliau bergabung dengan ribuan biksu di biara Drepung Gomang dan belajar di bawah bimbingan Geshe Jimpa hingga tahun 1959. Invasi komunis Cina ke Tibet memaksa Beliau bersama ribuan warga Tibet menyelamatkan diri ke India. Kemudian beliau memasuki Central Institute of Higher Studies di Universitas Varanasi, Sarnath. Setelah menyelesaikan studinya selama 3 tahun, beliau memperoleh gelar Acharya dengan predikat sangat baik.

Pada tahun 1973, beliau bergabung dengan para biksu di Biara Drepung Gomang. Selama 10 tahun, beliau menerima ajaran sutra dan tantra dari dua pembimbing utama Dalai Lama, Kyabje Trijang Rinpoche dan Kyabje Ling Rinpoche. Setelah berhasil menuntaskan pelajaran Abhidhamma dan Vinaya, beliau berhasil menempuh ujian untuk memperoleh gelar Geshe dan memperoleh gelar Geshe Larampa. Pada tahun 1989, beliau diangkat menjadi kepala biara Drepung Gomang oleh YM Dalai Lama untuk masa jabatan enam tahun. Kini Beliau sering dikenal dengan nama Khenzur Lobsang Tenpa "bekas kepala biara". Beberapa waktu yang lalu, Khenzur Rinpoche memperoleh gelar Drepung Tripa, kepala biara paling senior dalam biara Drepung, dengan dua universitasnya, Gomang dan Loseling. Pada kesempatan yang sangat langka, Yang Mulia Khenzur Rinpoche Lobsang Tenpa, khusus dimohon oleh Yang Mulia Dagpo Rinpoche



untuk memberikan pembabaran Dharma di beberapa kota di Indonesia pada tahun 2008.

Jalan Makhluk Agung

Sekarang, bagaimana dengan jalan makhluk agung? Tujuan makhluk agung jauh lebih tinggi dibandingkan dengan dua jalan yang sebelumnya. Mereka selangkah lebih jauh. Para makhluk agung ini mengambil langkah besar. Mereka memahami hakikat samsara yang sama dengan penderitaan dan ingin memperoleh pembebasan darinya. Namun mereka juga menyadari penderitaan makhluk lain. Mereka memahami berdasarkan pengalaman mereka sendiri, yaitu pemahaman bahwa yang lain juga berada pada kemungkinan yang sama dengan mereka. Mereka ingin melakukan sesuatu yang bisa menolong makhluk lain dari penderitaannya. Itulah sebabnya tujuan mereka tidak hanya untuk pembebasan pribadi dalam samsara namun pencerahan sepenuhnya.

Niat Altruistik

Seperti yang tercermin dari namanya, yaitu makhluk agung, maka niat mereka merupakan niat yang sangat luas. Cara berpikir mereka jauh lebih luas dan mencakup keseluruhan karena mereka memikirkan seluruh makhluk hidup di samsara dalam aspirasi mereka akan kebahagiaan. Mereka menginginkan kebahagiaan, namun mereka juga menginginkan seluruh makhluk hidup yang lain bahagia.



Lebih lanjut, mereka bertekad bahwa seluruh makhluk hidup selayaknya mendapatkan kebahagiaan yang diinginkan. Mereka menyadari penderitaan seluruh makhluk hidup dalam samsara dan ingin melihat penderitaan mereka berakhir. Mereka juga mengambil tanggung jawab pribadi untuk memastikan penderitaan tersebut berakhir. Oleh karena itu, tujuan mereka adalah tujuan yang altruistik, suatu tujuan yang diarahkan keluar untuk pencapaian kemakmuran semua makhluk, bukan hanya segelintir orang.

Menyadari bahwa demi mencapai tujuan semua makhluk maka mereka harus mengembangkan diri mereka sendiri—potensi pribadi yang terkandung di dalamnya—makanya mereka mengejar pencerahan atau Kebuddhaan, demi kepentingan makhluk lain. Inilah tujuan dari makhluk agung. Praktik yang mereka lakukan disebut jalan makhluk agung.

Kita telah membahas praktik spiritual atau praktik dharma yang terdiri dari tiga tingkat atau tiga langkah utama. Dimulai dari cakupan yang paling sempit, yang bertujuan untuk kebahagiaan dalam samsara. Tingkatan selanjutnya jauh lebih luas, yaitu keinginan untuk terbebas dari samsara, namun harapan tersebut hanya diarahkan untuk diri sendiri. Tingkatan tertinggi yang bisa dikembangkan dari cakupan yang kedua adalah harapan bagi kebahagiaan seluruh makhluk hidup dan tekad untuk mencapainya. Oleh karena itu, berbicara mengenai praktik dharma, ada tiga kemungkinan dan semuanya terserah masing-masing individu untuk melihat tingkatan mana yang sesuai dan tujuan mana yang paling relevan dan berguna.

Pemikiran Tanpa Batas, Kebajikan Tak Terkira



Seperti yang telah dikatakan, ini adalah evolusi cara berpikir. Pemikiran makhluk motivasi awal lebih kecil karena cakupannya jauh lebih sempit. Di sisi lain, cakupan makhluk motivasi menengah lebih luas. Namun keduanya masih berada dalam kondisi egois dalam artian mereka diarahkan pada keuntungan pribadi seseorang.

Berbicara mengenai jalan makhluk agung maka cara berpikirnya sangat tak terbandingkan. Karena dalam kondisi ini seseorang tidak hanya mencari keuntungan untuk diri sendiri, namun keuntungan untuk semua makhluk. Kekuatan dari cara berpikir tersebut sungguh tak terkatakan. Efek dari keinginan untuk menguntungkan setiap makhluk hidup, keinginan untuk menyediakan kebahagiaan bagi mereka, keinginan untuk secara pribadi memastikan penderitaan mereka berakhir dan sebagainya – harus dikalikan dengan jumlah makhluk yang diarahkan oleh pemikiran tersebut.

Ketika seseorang hanya memikirkan dirinya sendiri, ia tetap bisa menciptakan karma baik. Jika cara berpikirnya benar, maka seseorang bisa menghasilkan karma baik dari memikirkan tujuan pribadi. Ini adalah sesuatu yang mungkin dan memang bisa terjadi. Namun, taraf karma baik, kebajikan yang dihasilkan adalah setara dengan jumlah makhluk yang diarahkan oleh pikiran Anda. Dengan kata lain, karena Anda hanya seorang diri, maka kebajikan yang dihasilkan akan sangat kecil.

Di sisi lain, ketika Anda mengarahkan perhatian ke luar dan bertujuan pada pencapaian kebahagiaan bagi makhluk lain yang jumlahnya tak terhingga—dikarenakan jumlah makhluk yang tercakup oleh tujuan pikiran Anda—maka



kekuatan dari cara berpikir tersebut dikalikan jumlah makhluk yang Anda pikirkan. Jadi, hasilnya akan sangat-sangat kuat! Oleh karenanya, kebajikan atau karma baik yang Anda hasilkan pun tak terhingga. Hasilnya tentu mengandung konsekuensi yang sangat besar pula.

Barangkali ada orang yang membayangkan jika seseorang memikirkan makhluk lain dan tidak lagi memikirkan diri sendiri maka ia akan rugi dan tujuannya sendiri tidak akan tercapai. Pemikiran seperti ini sungguh keliru. Itu tidak benar sama sekali. Dengan memiliki tujuan yang tidak egois—tujuan yang altruistik—maka Anda akan memperoleh kebajikan yang besar. Dengan kebajikan yang besar, tentu saja akan berdampak sangat positif bagi Anda.

Penjelasannya adalah jika seseorang berlatih untuk mencapai tujuan makhluk lain, maka tujuan pribadinya juga tercakup di dalamnya. Tujuan-tujuan pribadi juga akan tercapai di sepanjang perjalanan mencapai tujuan orang lain. Itulah ungkapan yang digunakan. Jadi, Anda tidak perlu mengkhawatirkan diri sendiri. Begitu Anda benar-benar mulai berpikir mengenai orang lain, maka tujuan Anda sendiri akan tercapai secara alamiah. Di dalam istilah ‘semua makhluk hidup,’ Anda termasuk di dalamnya.

Jika memang ingin mempraktikkan Dharma, mengapa tidak membuat praktik Anda seefektif mungkin? Seperti yang telah dibahas, Anda bisa membuat praktik spiritual Anda jauh lebih kuat dan efektif dengan melibatkan seluruh makhluk hidup di dalam tujuan Anda untuk meraih kebahagiaan. Yaitu, dengan memasukkan mereka ke dalam aspirasi kebahagiaan Anda dan aspirasi untuk mengakhiri penderitaannya.



Namun, Anda mungkin bertanya-tanya apa alasan di balik semua pemikiran seperti itu. Mengapa harus repot-repot memikirkan yang lain? Ada berbagai alasan. Sebagai permulaan, dalam artian tertentu kita harus melihat bahwa kita dan semua makhluk pada dasarnya sama. Kita semua sama dalam hal ingin bahagia dan tidak ingin menderita dalam bentuk apa pun. Tujuan ini bukan tujuan kita sendiri saja. Sesungguhnya, setiap makhluk hidup memiliki aspirasi akan kebahagiaan yang persis sama dengan yang kita miliki. Karena itulah maka kita semua setara. Oleh karena itu, sangatlah logis untuk memasukkan mereka dalam aspirasi akan kebahagiaan Anda. Ini satu alasan.

Ada alasan lain juga. Kalau kita renungkan tentang kelahiran kembali, berarti kita telah mengambil kelahiran berjuta-juta kali. Kita memiliki kelahiran lampau yang tak terhitung dan di setiap kehidupan lampau tersebut kita memiliki seorang ayah dan seorang ibu. Dengan demikian kita harus menyadari bahwa kita pernah menjadi anak dari setiap makhluk hidup yang ada. Itu berarti setiap makhluk hidup di sekeliling kita pernah menjadi ibu atau ayah kita, yang telah merawat, membesarkan, mencintai dan melakukan segalanya untuk merawat kita. Dengan demikian, kita telah berutang banyak kepada mereka. Ini adalah sesuatu yang perlu kita sadari.

Setelah menyadarinya dengan lebih baik, maka kesadaran tersebut akan secara spontan, secara alami, mengarahkan kita untuk mengembangkan harapan ingin melakukan sesuatu untuk membalas kebaikan semua makhluk. Cara terbaik untuk balas jasa kepada semua makhluk adalah menolong mereka meraih tujuan yang mereka cari, yaitu tujuan yang sama dengan tujuan kita sendiri. Dengan kata



lain, mereka menginginkan kebahagiaan. Jadi, jika ingin melakukan sesuatu yang benar-benar bermanfaat bagi mereka, mari kita tolong mereka untuk menemukan kebahagiaan yang mereka cari. Inilah alasan lain untuk memahami mengapa penting untuk memikirkan kesejahteraan makhluk lain dan ingin melakukan sesuatu terkait hal tersebut.

Mari kita lihat lebih mendalam mengenai bagian di mana semua makhluk hidup pernah menjadi ibu dan ayah kita di masa lampau. Ada berbagai cara untuk memahaminya, antara lain melalui penalaran logis serta rujukan pada teks dan kata-kata Buddha. Dengan menggunakan penalaran logis, bagaimana caranya kita memahami hubungan yang kita miliki dengan makhluk hidup lainnya?

Kita harus menyadari bahwa kita berada di dalam samsara dan kita telah mengambil kelahiran dalam kondisi tersebut sejak waktu tak bermula. Frase 'sejak waktu yang tak bermula' berarti bahwa tidak ada satu titik waktu di mana kita bisa mengatakan bahwa kita bermula dari tidak ada dan kemudian memulai serangkaian kelahiran. Sebenarnya, kita telah terlahirkan sejak waktu tanpa awal dan berlangsung untuk waktu yang sangat lama sekali sehingga bisa dibilang kondisi ini telah berlangsung untuk waktu selama-lamanya. Karenanya, kita memiliki jumlah kehidupan yang tak terhitung di masa lampau dan dalam kehidupan tersebut kita memiliki orang tua.

Dalam kebanyakan kehidupan itu kita memiliki seorang ayah dan seorang ibu. Kalau dilihat dari betapa banyaknya jumlah kehidupan lampau yang pernah kita dapatkan, pastilah semua makhluk pernah menjadi orang tua kita. Dengan menyadari jumlah kehidupan tak terhitung yang kita miliki di masa lampau, masing-



masing makhluk hidup sudah pernah menjadi orang tua kita. Tidak hanya sekali, namun sesungguhnya sudah berkali-kali. Jika tidak, maka tidak akan cukup jumlah makhluk hidup yang bisa menjadi orang tua dalam seluruh kehidupan kita yang tak terhitung. Demikianlah caranya kita bisa memahami kenyataan bahwa setiap makhluk hidup merupakan ibu atau ayah kita.

Kadang kala kita bisa menolak pernyataan tersebut ketika kita bertemu seseorang yang dengannya kita memiliki hubungan yang sangat buruk dalam kehidupan sekarang. Misalnya seseorang yang—apa pun alasannya—kita anggap sebagai musuh besar. Kita mungkin merasa tidaklah mungkin orang tersebut pernah menjadi ibu yang kita cintai di masa lampau. Rasanya tidak mungkin demikian. Kita mungkin bertahan dengan pendapat demikian namun kita tetap harus melihat logika di balik pernyataan bahwa setiap makhluk hidup sudah pernah menjadi ibu atau ayah kita. Logika yang mendasari pernyataan tersebut merupakan sesuatu yang sangat penting untuk disadari.

Kita juga perlu menyadari implikasi pernyataan tersebut dengan mengamati ayah dan ibu kita di kehidupan saat ini. Orang tua kita sudah benar-benar melakukan yang terbaik untuk merawat kita. Mereka melakukan apa pun yang mereka bisa untuk membahagiakan kita, menjaga agar kita bisa tetap hidup, memberikan kita pendidikan, dan sebagainya. Dengan kemampuan terbaiknya, mereka sudah merawat kita dengan sangat hati-hati. Itu berlaku bagi seluruh ibu dan ayah kita di kehidupan lampau. Kita sudah mengalami kebaikan hati mereka yang besar—sesuatu yang harus bisa kita kenali.



Dengan mengenali kebaikan hati semua makhluk, maka kualitas paling alami dari seorang manusia adalah keinginan untuk membalas kebaikan tersebut. Ini merupakan nilai dasar manusia. Jika seseorang baik kepada kita, maka sudah selayaknya jika kita ingin membalas kebaikannya. Setiap orang akan menganggap sikap tersebut sebagai kualitas dasar manusia, suatu sikap yang harus kita miliki terhadap seluruh makhluk hidup yang telah menjadi ibu dan ayah kita di masa lampau.

Apa cara terbaik memenuhi harapan kita untuk menolong yang lain? Apakah yang paling bermakna bagi mereka? Caranya adalah menolong mereka meraih apa yang paling mereka inginkan, yaitu meraih kebahagiaan dan mengakhiri penderitaan.

Begitu telah mencapai poin tersebut dalam cara berpikir kita, yaitu mengembangkan perasaan kedekatan dan rasa sayang yang besar terhadap semua makhluk hidup dan keinginan untuk membalas kebaikan yang telah mereka tunjukkan, maka kita harus bertanya kepada diri sendiri: *“Apakah saya benar-benar bisa memberikan apa yang mereka inginkan?”* *“Apakah saya benar-benar sanggup mengambil dan memenuhi tanggung jawab tersebut dan memastikan semua makhluk hidup menemukan kebahagiaan dan mengakhiri penderitaannya?”*

Kalau melihat kondisi sekarang, kita harus mengakui bahwa kemampuan kita cukup terbatas. Meskipun demikian, kita memiliki kapasitas. Kita memiliki kekuatan. Kita mengarahkan batin pada pemikiran bahwa kita memiliki kemampuan untuk menjadi makhluk sempurna, seorang makhluk tercerahkan—seorang Buddha. Kita melihat bahwa jika kita mencapai keadaan tersebut, maka kita



akan memiliki kapasitas yang sebenarnya untuk memenuhi segala tujuan dari seluruh makhluk hidup dengan efektif. Kita akan sanggup mendapatkan caranya, kekuatan untuk benar-benar melakukan sesuatu demi menolong orang lain.

Harapan ini—yakni keinginan atau aspirasi untuk pencerahan, memiliki sebuah istilah. Dalam bahasa Sanskerta, ia disebut *Bodhicitta*. Jika Anda ingin menerjemahkannya, *Bodhicitta* berarti batin pencerahan, aspirasi spontan untuk meraih pencerahan yang digerakkan oleh cinta dan kasih sayang pada semua makhluk hidup. Pemikiran yang sangat mulia ini membawa manfaat yang besar. Tidak ada harapan yang lebih baik lagi dibandingkan harapan ini karena ia membutuhkan usaha yang besar dan harus melalui penghalang besar agar bisa mencapai pencerahan demi kebaikan semua makhluk.

Tidak ada pemikiran yang lebih baik dan lebih tinggi dibandingkan pemikiran yang satu ini. Inilah yang diajarkan oleh Sang Buddha sebagai cara berpikir terbaik dan paling mulia yang bisa dibayangkan oleh seseorang. Namun, kita mungkin ragu. Kita mungkin bertanya kepada diri sendiri: “Apakah saya benar-benar memiliki kemungkinan untuk menjadi seorang Buddha?” “Apakah itu adalah tujuan yang realistis?”

Buddha mengajarkan bahwa hal tersebut mungkin terjadi. Setiap makhluk hidup yang ada di dunia ini memiliki potensi untuk merealisasikan Kebuddhaan. Tidak ada pengecualian pada pernyataan tersebut. Inilah yang disebut hakikat Kebuddhaan, yang dalam bahasa Sanskerta disebut *Tathagatagarbha*. Pada tahapan saat ini, ia adalah sebuah potensi, sebuah benih. Namun, jika kita melakukan



segalanya yang benar-benar dibutuhkan, jika kita mengerahkan energi yang dibutuhkan, maka kita dapat mengaktifkan potensi tersebut.

Kita dapat mengembangkan kekuatan tersebut dan berhasil hingga mencapai tujuan. Namun, ini tidak akan begitu mudah. Ia bukanlah sesuatu yang bisa dicapai dalam waktu satu malam. Tetap saja, kita memiliki potensi untuk mencapainya. Jika mengeluarkan usaha yang dibutuhkan, maka kita bisa dengan pasti menjadi seorang Buddha demi kepentingan makhluk lain.

Yang telah dijelaskan hingga tahapan ini adalah maksud dari mempraktikkan Dharma—ajaran Buddha. Mengapa kita sampai membahas poin ini adalah berkat penjelasan segel pertama dari keempat segel, yaitu “*Semua fenomena komposit bersifat tidak kekal.*” Kalau kita mengamati ketidakkekalan yang kasar secara lebih mendalam, yang pada dasarnya merujuk pada kematian kita sendiri – kenyataan bahwa kita harus mati, bahwa kita tidak mengetahui kapan itu akan terjadi, dan ketika mati satu-satunya yang berguna adalah praktik spiritual yang kita miliki. Kesemuanya itu menuntun pada penjelasan apa itu praktik spiritual atau praktik Dharma yang sesungguhnya serta apa saja yang terkandung di dalam ungkapan tersebut.

2. Semua Fenomena yang Tercemar Memiliki Sifat Dasar Menderita

Mari kita lihat empat segel yang kedua, yaitu hukum di mana *seluruh benda-benda yang tercemar memiliki hakikat penderitaan* atau memiliki mengandung sifat dasar menderita. Ada dua istilah utama dalam ungkapan ini, yaitu ‘benda-benda



yang tercemar' dan 'penderitaan'. Keduanya adalah pokok pikiran utama dalam frase ini.

Pertama-tama, apa maksudnya 'tercemar'? Ia merujuk pada sesuatu yang dihasilkan oleh emosi pengganggu atau *klesha*. Sesuatu yang dihasilkan oleh *klesha* adalah sesuatu yang tercemar. Kita berbicara mengenai karma dan *klesha*, namun lebih spesifiknya sesuatu yang berkaitan dengan *klesha*, emosi pengganggu, yang mencemari sesuatu. Oleh karena itu, semua yang dihasilkan *klesha* adalah benda-benda yang tercemar.

Tidak berarti bahwa mereka benar-benar buruk, karena di antara benda-benda yang tercemar kadang-kadang ada hasil yang bagus dan hasil yang buruk. Kita semua memiliki kebajikan dan ketidakbajikan. Perhatikan kehidupan kita sekarang. Boleh dibilang kehidupan kita ini adalah kehidupan yang sangat baik. Meskipun bersifat samsarik, namun kehidupan kita masih sangat positif. Hidup ini mengandung banyak kemungkinan. Hidup ini juga merupakan akibat dari kebajikan. Berkat praktik Sila yang baik Anda memperoleh kelahiran yang baik sebagai manusia. Walau demikian, kelahiran ini masih berasosiasi dengan faktor mental pengganggu yang ada di dalam diri kita. Mereka adalah bagian dari kita. Karena itu, berbicara mengenai hal-hal yang tercemar, jangan bayangkan bahwa mereka hanya merujuk pada benda-benda yang negatif. Itu kurang tepat karena fenomena tercemar juga bisa termasuk hal-hal yang bajik.

Berbicara mengenai benda-benda yang tercemar, sekali lagi kita bisa menggunakan pengelompokan seperti yang digunakan kemarin, yaitu dunia yang kita tinggali dan penghuni dunia ini. Keduanya adalah hal yang tercemar. Kita



tinggal di dunia ini karena karma kita untuk tinggal di dalamnya. Pada dasarnya, kita berbicara mengenai karma, yaitu karma pribadi kita, dan karma yang kita bagi bersama dengan orang lain. Karma bersama adalah karma seseorang yang serupa dengan yang lain. Karma ini terpisah namun sangat mirip. Seluruh penghuni dunia ini berbagi karma yang sama, yaitu karma untuk tinggal di dunia ini.

Yang menghasilkan karma tersebut haruslah sesuatu yang berhubungan dengan emosi pengganggu atau faktor mental pengganggu. Oleh karena itulah dunia yang kita tinggali sekarang ini dikatakan sebagai benda yang tercemar. Lebih jauh lagi, ini berarti dunia ini tidak diciptakan oleh seorang makhluk yang lebih tinggi, seorang pencipta. Buddha Dharma memberikan pemahaman bahwa dunia yang kita tinggali sekarang berasal dari karma semua makhluk yang tinggal di dalamnya.

Fenomena tercemar pada dasarnya diartikan sebagai sesuatu yang dihasilkan oleh *klesha*—faktor mental pengganggu—berikut karma yang muncul darinya. Namun, di dalam fenomena tercemar ada hal yang baik dan buruk. Ada kebajikan dan juga ketidakbajikan.

Penerjemah: Apa contoh sebuah kebajikan yang tercemar? Jika sesuatu muncul dari *klesha*, bagaimana ia bisa menjadi sesuatu yang baik?

Rinpoche: Pada dasarnya, ini adalah permasalahan mengenai ketidaktahuan akar yang selalu ada di dalam diri kita. Terlepas dari kenyataan itu, kita tetap bisa menghasilkan kebajikan. Contoh yang sudah diberikan di awal adalah mempraktikkan sila yang baik. Kalau kita memiliki moralitas yang baik, maka kita



mempraktikkan sila dengan baik. Kita mampu melakukannya meskipun kita masih memiliki kebodohan batin. Praktik moralitas tersebut adalah kebajikan, tapi ia masih tercemar karena berasosiasi dengan ketidaktahuan akar.

Yang harus diingat, cepat atau lambat segala sesuatu yang tercemar harus ditolak, dihilangkan dan disingkirkan. Di waktu yang akan datang, kita harus menyingkirkannya. Namun, dalam jangka pendek, kita masih membutuhkannya. Apa yang kita butuhkan? Kita perlu mempraktikkan sila yang dicemari oleh ketidaktahuan agar kita bisa memiliki kelahiran yang baik. Mengapa kita membutuhkan kelahiran yang baik? Supaya kita bisa melanjutkan praktik spiritual yang sudah dimulai pada kehidupan sekarang ini.

Jika kita belum berhasil mencapai tujuan akhir dalam kehidupan sekarang, maka kita membutuhkan kelahiran baik yang lain untuk melanjutkan apa yang masih belum dilakukan dalam kehidupan sekarang ini. Untuk itulah kita membutuhkan kebajikan yang tercemar ini, yaitu praktik sila untuk menghasilkan kelahiran kembali yang baik pada kehidupan kita yang akan datang. Meskipun demikian, dalam jangka panjang, seluruh hal yang tercemar ini harus disingkirkan untuk mendapatkan pembebasan sepenuhnya. Itu berarti kita harus sepenuhnya menyingkirkan semua *klesha* yang mencemari kita berikut seluruh karma yang dihasilkan olehnya.

* * *

Telah dijelaskan bahwa segala sesuatu yang tercemar harus ditolak dan segala sesuatu yang tidak tercemar—tidak dipengaruhi oleh karma dan kilesa—



adalah untuk diraih, dicapai. Apa logika di baliknya? Mengapa kita perlu menyingkirkan segala hal yang tercemar? Berdasarkan hukum kedua ini, alasannya yang sangat mendasar yaitu karena mereka hakikatnya adalah penderitaan. Tidak ada orang yang mau menderita. Tadi disebutkan bahwa kita akan melihat apa yang dimaksud dengan fenomena tercemar, namun sekarang kita akan membahas lebih mendalam apa itu penderitaan dan hakikat dari penderitaan.

Berbagai Jenis Penderitaan

Kita semua memahami bahwa penderitaan yang nyata, contohnya duri yang menusuk jari, menyebabkan kita merasakan sakit. Itu adalah suatu bentuk penderitaan paling nyata yang bisa dikenali oleh seseorang sebagai penderitaan. Penderitaan yang nyata cukup sederhana. Ia merupakan perasaan menyakitkan—fisik maupun mental.

Namun, ada hal lain yang juga disebut penderitaan dalam Buddha Dharma. Salah satunya adalah kategori kedua dari penderitaan yang disebut ‘penderitaan akibat perubahan’. Apa itu penderitaan akibat perubahan? Inilah yang disebut perasaan menyenangkan. Jadi, penderitaan akibat perubahan merujuk pada perasaan menyenangkan.

Bayangkan jika kita tidak mendapatkan makanan untuk waktu yang cukup lama. Kita pasti akan sangat lapar hingga titik di mana kita merasa sangat lemah. Akhirnya kita berhasil mendapatkan makanan lalu melahapnya. Kelaparan pun reda dan kita merasa lebih baik. Itu adalah sensasi menyenangkan. Perasaan menyenangkan ini merupakan akibat dari kebajikan. Setiap perasaan



menyenangkan yang kita miliki merupakan akibat dari kebajikan. Kita harus bisa menyadari hal ini. Namun, apakah perasaan menyenangkan ini adalah kebahagiaan yang sebenarnya? Apakah itu adalah kebahagiaan yang sejati? Jawabannya bukan.

Sesungguhnya perasaan menyenangkan dikatakan sebagai bentuk penderitaan yang menyamar. Mengapa demikian? Karena jika memakan makanan benar-benar merupakan sumber kebahagiaan maka logikanya semakin kita makan maka semakin kita merasa lebih baik. Tentu saja kita paham bahwa semakin banyak makan, bukannya merasa lebih baik justru akan mulai merasa sakit. Jadi, sekarang sudah semakin jelas bahwa menyantap makanan bukanlah sumber kebahagiaan yang sebenarnya.

Hal yang sama berlaku untuk seluruh perasaan menyenangkan yang kita alami. Sebagai hasil dari kebajikan, mereka kelihatannya menyenangkan. Namun, itu semua bukanlah perasaan menyenangkan yang sesungguhnya. Justru sebaliknya, mereka adalah bentuk penderitaan yang menyamar, yang disebut ‘penderitaan akibat perubahan’.

Berikutnya ada kategori penderitaan ketiga, yang disebut “penderitaan yang meresap ke mana-mana.” Apa maksud istilah ini? Penderitaan yang meresap ke mana-mana merujuk pada skandha yang tidak murni. *Skandha* adalah istilah teknis yang digunakan oleh Buddha untuk menjelaskan tubuh dan batin/pikiran kita. Kita memiliki skandha “*rupa*” yang merujuk pada jasmani (tubuh). Kita memiliki skandha perasaan, yang merujuk pada perasaan. Kita memiliki skandha identifikasi, yaitu kemampuan batin untuk membedakan benda yang satu dengan lainnya. Kita memiliki skandha faktor-faktor pembentuk, yang merupakan faktor mental.



Berikutnya, kita memiliki skandha kesadaran, yaitu batin utama kita. Pada dasarnya setiap makhluk hidup memiliki skandha-skandha ini.

Ketika seluruh skandha ini dihasilkan oleh karma dan *klesha*, mereka dikatakan “tercemar”. Segala sesuatu yang dihasilkan oleh karma dan *klesha* dikatakan tercemar. Mereka juga dikategorikan sebagai sesuatu yang “didapatkan,” karena mereka muncul dari sikap memegang. Saya tidak akan membahas hal itu sekarang namun istilah teknis di sini adalah *skandha didapatkan yang tidak murni atau tercemar*. Ini adalah sesuatu yang dimiliki oleh semua makhluk di dalam samsara. *Skandha didapatkan yang tercemar* dikatakan memiliki hakikat penderitaan, namun mereka bukan penderitaan itu sendiri. Namun, di atas basis skanda tercemar tersebut, kita memiliki potensi untuk menderita dalam setiap momen keberadaan (eksistensi) kita.

Semua penderitaan dikarenakan kita memiliki skandha-skandha ini. Tubuh dan batin kita dihasilkan oleh karma dan *klesha*. Oleh karenanya, dalam setiap momen keberadaan kita ada potensi untuk menderita. Ini berlaku untuk semua bentuk kehidupan di dalam samsara, termasuk manusia dan bahkan bentuk kehidupan yang lebih tinggi, yang disebut makhluk yang berdiam di alam nafsu keinginan dengan rupa dan tanpa rupa. Mereka adalah makhluk yang kebanyakan waktunya berada dalam konsentrasi mendalam.

Makhluk yang berdiam di alam nafsu keinginan dengan rupa dan tanpa rupa tidak memiliki penderitaan yang berwujud karena kondisi konsentrasi mereka. Mereka juga tidak mengalami penderitaan akibat perubahan. Namun, karena masih berada di dalam samsara dan memiliki skandha-skandha tercemar, mereka memiliki



potensi untuk menderita. Dari keseluruhan tiga jenis penderitaan, penderitaan yang meresap ke mana-mana dikatakan sebagai yang paling parah.

Sebelumnya saya telah memberitahukan panitia bahwa saya ingin melangsungkan sesi pengajaran ini sedikit informal dan menciptakan sedikit percakapan. Sekarang saya ingin memberikan kesempatan kepada Anda untuk berbicara dan menanyakan pertanyaan apa pun sebelum sesi sore ini berakhir. Anda bisa menanyakan topik kemarin dan hari ini, atau topik yang lain.

Sesi Tanya-jawab

Tanya: *Rinpoche telah memberikan contoh bangunan ini sebagai fenomena fisik dan sebab utamanya adalah bahan-bahan materi. Sementara sebab pendukung atau kondisinya adalah pekerja dan peralatannya. Saya hendak bertanya mengenai contoh yang setara dalam fenomena mental karena lebih sulit untuk memahami konsep fenomena mental. Di dalam kategori fenomena mental, apa contoh untuk sebab utama dan sebab pendukung?*

Jawab: Ambil contoh kesadaran penglihatan, yaitu kesadaran mata ketika batin sedang melihat sesuatu. Ketika Anda memiliki kesadaran penglihatan, apa sebab utamanya? Pertama-tama, ia merupakan kesadaran di momen sebelumnya. Ketika Anda mulai memiliki kesadaran penglihatan yang baru, maka apa sebab utamanya? Sebabnya adalah potensi untuk memiliki kesadaran penglihatan. Ini seperti sebuah jejak, namun bukan jejak karma, melainkan sebuah potensi yang Anda miliki, yang berasosiasi dengan batin Anda. Dan potensi tersebut menjadi aktif sehingga menghasilkan kesadaran penglihatan yang baru.



Ketika Anda memiliki kesadaran penglihatan, ketika Anda melihat sesuatu, maka Anda memiliki serangkaian momen dari kesadaran penglihatan. Ketika Anda melihat sesuatu, Anda melihatnya untuk beberapa saat. Seperti yang telah dijelaskan, sebuah momen sangat singkat sekali. Begitu pula kesadaran kita adalah seperti segala sesuatu yang tidak kekal, berubah dari momen ke momen. Jadi, setiap momen berharga dari kesadaran kita adalah sebab utama bagi momen kesadaran selanjutnya dalam rangkaian ini. Demikianlah cara memahami sebab utama ini.

Berikutnya, apa yang menjadi sebab pendukung atau sebab sekunder atau kondisi? Ada banyak kemungkinan. Ada objek yang Anda lihat – jika Anda tidak memiliki objek, maka Anda tidak memiliki kesadaran penglihatan. Objeknya bisa berupa apa saja: warna, bentuk, apa pun itu. Ada indera penglihatan, bukan kesadaran indera namun indera organ itu sendiri, yaitu bentuk, sebuah bahan materi, yang Anda butuhkan juga. Jika indera mata Anda tidak berfungsi maka Anda tidak akan memiliki kesadaran penglihatan. Sebab pendukung lainnya adalah momen sebelumnya dari kesadaran yang berlangsung sebelum momen baru dari kesadaran muncul.

Seperti yang Anda ketahui, batin kita seperti rangkaian momen kesadaran. Ketika Anda memiliki kesadaran penglihatan baru yang muncul, sebelumnya Anda memiliki jenis kesadaran yang lain; dia bisa berupa apapun, dia bisa merupakan kesadaran indera, dia bisa merupakan kesadaran pendengaran, dll. Namun apapun itu, karena dia ada, maka dia juga berkontribusi kepada Anda untuk memiliki kesadaran penglihatan yang baru; dia merupakan bagian dari proses. Itu adalah contoh lain dari sebab pendukung.



Tanya: *Dalam kasus kelahiran kembali, dapatkah kita mengatakan bahwa karma adalah sebab utama dan klesha adalah sebab pendukung? Bagaimana mereka berinteraksi?*

Jawab: Tidak. Sebab utama untuk kelahiran kembali adalah momen kesadaran sebelumnya. Seperti yang Anda ketahui, antara kelahiran yang satu dengan yang lainnya ada periode antara, yaitu alam bardo. Jadi, momen terakhir dari kesadaran makhluk yang berada dalam tahap antara ini yang bertindak sebagai sebab utama atau sebab langsung dari momen pertama kesadaran di kehidupan yang baru. Sebab pendukungnya adalah, seperti yang telah Anda sebutkan, karma yang melempar makhluk tersebut, atau kesadaran ini, ke kehidupan barunya, berikut *klesha* yang mengaktifkan karma tersebut.

Tanya: *Apa yang menjadi sebab atau penentu waktu kematian kita? Setiap orang memiliki waktunya sendiri, bahkan kita sendiri tidak mengetahui waktu kematian kita. Siapa sebenarnya yang menentukan bentuk kelahiran kembali seseorang. Misalnya, dalam pengajaran sore ini, seorang nelayan menjadi ikan. Mengapa dia tidak bisa memutuskan untuk menjadi ikan di kolam yang lain daripada kolam tempat dia lahir sekarang yang berujung pada dimakannya dirinya oleh anggota keluarganya sebelumnya?*

Jawab: Faktor yang menentukan waktu kematian kita, pertama-tama adalah masa hidup atau umur kita. Sebab pertama dari kematian adalah kita telah kehabisan masa hidup kita. Ketika kita terlahir, itu dikarenakan karma tertentu yang telah matang. Ia disebut karma pelempar karena merupakan karma yang melemparkan kita ke kehidupan yang baru. Jadi, karma pelempar tersebut yang menghasilkan



kehidupan baru kita. Ia membawa masa hidup tertentu. Ketika Anda terlahir dalam kehidupan tertentu, Anda terlahir dengan masa hidup yang pasti. Bisa jadi 5 tahun, 50 tahun, 100 tahun, atau berapa pun itu. Umur ini ditentukan oleh karma yang melempar Anda ke dalam kehidupan tersebut. Jadi, habisnya masa hidup merupakan salah satu sebab kematian.

Kemudian, yang kedua, ada poin mengenai kebajikan. Untuk bertahan hidup, Anda membutuhkan sejumlah kondisi tertentu dan semua ini dipenuhi oleh himpunan kebajikan yang dibawa dalam kehidupan Anda. Seseorang bisa saja kehabisan kebajikan, yang berarti misalnya Anda tidak lagi bisa menemukan sesuatu untuk dimakan dan tempat berteduh. Atau, Anda tidak bisa mendapatkan perawatan medis atau pun bentuk perawatan lainnya. Hal tersebut bisa mengarah pada kematian. Jadi, ini adalah faktor kedua.

Yang ketiga adalah kombinasi antara keduanya, di mana baik masa kehidupan dan kebajikan Anda telah habis. Ini pun bisa mengakibatkan kematian.

Ada juga kemungkinan di mana masa hidup Anda telah habis, namun kebajikan Anda belum. Dalam kasus ini, Anda bisa saja sedikit memperpanjang kehidupan dengan praktik tertentu dan karenanya Anda hidup sedikit lebih lama daripada yang disangka. Sebaliknya, bisa juga ada kasus di mana masa hidup belum habis namun kebajikan sudah habis. Ini juga bisa menyebabkan kematian.

Anda memasuki kehidupan baru dengan kumpulan kebajikan tertentu, yang dihasilkan dari karma baik. Jika dalam kehidupan tersebut Anda menghabiskan kebajikan dan tidak berusaha mengumpulkan kebajikan baru, maka simpanan



kebajikan Anda bisa habis sebelum hidup Anda berakhir. Dengan kata lain, jika Anda memiliki kumpulan kebajikan tertentu untuk menikmati banyak hal, seperti memiliki baju yang bagus, bersenang-senang, dan sebagainya; akibat penggunaan benda-benda materi yang berlebihan, Anda bisa dengan cepat menghabiskan himpunan kebajikan. Sejalan dengan itu, jika Anda tidak menghasilkan lebih banyak kebajikan, Anda bisa menghabiskan simpanan kebajikan Anda dan itu bisa mengakibatkan kematian tidak pada waktunya.

Dalam kasus seperti itu, Anda masih memiliki masa hidup, karma untuk hidup lebih lama, namun tidak dengan kebajikannya. Ini adalah sebuah kemungkinan. Namun, seperti yang dijelaskan, bahkan jika Anda menghabiskan kebajikan, itu tidak harus berarti membawa pada kematian, karena Anda bisa menghasilkan kebajikan yang baru. Akan tetapi, untuk kemungkinan ketiga, ketika masa hidup dan kebajikan Anda sama-sama habis, maka situasinya sudah pasti. Tidak ada lagi yang bisa dilakukan untuk mengubahnya dan Anda harus mati.

Penerjemah: *Jadi pertanyaan Anda adalah mengapa Si Nelayan memilih untuk terlahir di kolam itu dan bukan di kolam lain dan dimakan oleh orang lain?*

Tanya: *Lebih tepatnya, siapa yang memutuskan kelahiran seperti apa yang akan dialami seseorang?*

Jawab: Pada dasarnya, bukan *siapa* yang memutuskan jenis kelahiran seperti apa setelah kehidupan saat ini, namun *apa* yang memutuskan. Ia bukan seorang makhluk, tapi sesuatu hal. Dan hal tersebut adalah karma kita, jejak karma kita.



Segala sesuatu yang dilakukan di dalam kehidupan kita meninggalkan jejak dalam arus batin, yang disebut jejak karma. Bergantung pada hakikat dari tindakan tersebut, baik itu tindakan fisik, ucapan, maupun pikiran/batin, maka jejak karma akan menjadi baik, buruk atau netral dan memiliki potensi untuk menghasilkan akibat yang baik (berupa kebahagiaan), akibat buruk (berupa penderitaan)—misalnya, kelahiran yang buruk; atau akibat yang netral, tidak baik tidak buruk.

Bagaimana prosesnya? Sepanjang hidup, kita berperilaku dalam berbagai cara. Kita menghasilkan kebajikan, pikiran yang baik, pikiran yang buruk, dan sebagainya. Setiap kali hal tersebut terjadi, ia menimbulkan jejak yang potensial atau benih dalam arus batin kita. Yang menentukan kelahiran kita selanjutnya adalah bergantung pada benih mana dalam arus batin yang diaktifkan atau matang menjelang kematian kita.

Proses seleksinya berlangsung selama momen akhir dari kesadaran berpikir Anda sebelum meninggal. Jika pikiran akhirnya bajik, maka ia akan mengaktifkan sebuah karma yang serupa dengannya, yaitu karma positif atau karma yang bajik. Karma tersebut akan mengaktifkan dan merangkai proses yang akan mengarahkan Anda pada kematian, selanjutnya pada kelahiran yang baik. Sebaliknya, jika pikiran akhirnya negatif, maka pikiran tersebut akan mengaktifkan karma buruk dan merangkai sebuah proses menuju ke kelahiran yang buruk.

Sayangnya, proses ini tidak menghiraukan jenis kehidupan seperti apa yang Anda miliki sebelum kematian. Namun, yang sering terjadi adalah jika Anda terbiasa dengan kehidupan yang baik dan menghasilkan banyak karma bajik, maka dengan kekuatan pembiasaan Anda akan memiliki pikiran yang baik saat momen



akhir hidup Anda. Inilah yang akan mengaktifkan karma baik. Namun, kita tidak akan pernah tahu apa yang akan terjadi selama seseorang masih memiliki karma buruk.

Jadi, masih ada kesempatan bahwa salah satu dari karma negatif tersebut—yang sangat disayangkan—yang mungkin diaktifkan oleh berbagai *klesha* yang muncul di dalam batin Anda menjelang kematian. Kebalikannya juga berlaku. Seseorang bisa saja berperilaku sangat buruk di sepanjang hidupnya, namun ia beruntung menghasilkan pikiran yang bajik saat momen akhirnya. Ini akan mengaktifkan karma baik yang sudah mereka hasilkan pada suatu waktu di masa lampau, yang bisa saja terjadi di kehidupan lampaunya, tidak harus selalu dilakukan di kehidupan yang saat ini. Karma tersebut matang dan menghasilkan kelahiran yang baik. Tapi, itu tidak berarti karma buruk yang telah mereka hasilkan di kehidupan sekarang hilang begitu saja. Jika tidak ada yang dilakukan terhadap karma buruk tersebut, maka mereka akan menghasilkan akibatnya di kemudian hari. Anda tidak bisa berpikir bahwa tindakan kita itu bebas dari akibat karena bukan begitu cara kerjanya. Kita sudah melebihi waktu yang diberikan jadi kita harus istirahat malam ini. Besok malam akan dibahas mengenai segel ketiga dan keempat.



Hari Ketiga, 25 Januari 2008

Kita sudah membahas Empat Segel Dharma, empat prinsip utama ajaran Buddha. Kita sampai pada segel ketiga, yaitu “*Semua fenomena tidak memiliki inti atau aku, shunya dari eksistensi yang inheren.*”

Untuk mengetahui bagaimana kita bisa sampai pada segel ketiga, kita perlu dengan ringkas mengulang kembali poin pertama, yaitu “*Semua fenomena komposit tidak kekal.*” Alasan kita mulai dengan poin ini adalah untuk memungkinkan kita bergerak dari perkembangan jalan spiritual yang paling awal, yaitu dalam rangka mengatasi kemelekatan yang besar pada kehidupan sekarang. Salah satu cara terbaik untuk mengatasi kemelekatan yang kuat terhadap semua yang berhubungan dengan kehidupan saat ini saja adalah dengan menyadari bahwa mereka tidak akan berlangsung lama, karena kematian kita—bentuk ketidakkekalan paling kasar—adalah pasti.

Ketidakkekalan yang halus juga merupakan penawar yang baik karena kita bisa memahami bahwa segala sesuatu yang sangat kita sukai sesungguhnya sepenuhnya tidak bisa diandalkan, karena alasan yang sederhana, yaitu mereka tidak stabil. Mereka berubah dari waktu ke waktu. Ketika memahami bahwa segala sesuatu yang sangat kita lekatinya sesungguhnya berubah dari momen ke momen dan benar-benar tidak stabil, ini akan membantu kita mengatasi kemelekatan terhadap benda-benda di kehidupan saat ini. Itulah sebabnya kita mulai dengan memeditasikan ketidakkekalan dalam dua bentuk, yang menolong agar tidak melekat pada kehidupan saat ini.



Langkah selanjutnya adalah berpikir: Bagaimana dengan kemelekatan terhadap kehidupan yang akan datang? Begitu kita telah mencapai poin di mana kita menganggap kehidupan yang akan datang lebih penting daripada kehidupan sekarang, kita boleh mengatakan kepada diri sendiri, “*Ya, mendapatkan kehidupan yang baik di kelahiran yang akan datang sangatlah baik, namun kelahiran tersebut juga tidak kekal dan saya akan tetap berada di dalam samsara. Apa artinya? Artinya kehidupan saya dan segala sesuatu yang saya lakukan masih dikondisikan oleh karma dan klesha, faktor mental pengganggu, yang berarti saya dan segala sesuatu yang saya ketahui dan bisa berhubungan dengannya adalah tercemar.*” Inilah yang dimaksud dalam prinsip kedua ketika dikatakan “Semua fenomena tercemar hakikatnya menderita.”

Seperti yang telah dijelaskan, ‘tercemar’ berarti dikondisikan oleh emosi pengganggu, *klesha* kita. Ketika dikatakan benda-benda yang tercemar adalah penderitaan, pernyataan ini mengajak kita untuk berpikir. Yang berarti sekali pun kita memperoleh kelahiran yang baik di kehidupan yang akan datang, kita masih harus menderita. Kita tidak akan bebas dari penderitaan karena kita harus menghadapi berbagai masalah. Pencarian satu-satunya jawaban untuk membebaskan diri sepenuhnya dari seluruh situasi ini akan mengarahkan kita pada poin ketiga.

Kita mungkin berkeinginan untuk membebaskan diri sendiri, namun kita harus bertanya: Bagaimana cara melakukannya? Bagaimana cara mencapai pembebasan dari karma dan *klesha* kita? Ingatlah bahwa karma negatif kita muncul karena *klesha*. Oleh karena itu, yang harus benar-benar dihadapi adalah sebab akar,



yaitu *klesha*—emosi-emosi pengganggu ini. Dari keseluruhan *klesha*, sebab akarnya adalah ketidaktahuan, sebuah bentuk kebodohan yang mengarahkan kita pada munculnya seluruh emosi pengganggu.

Satu-satunya cara untuk menyingkirkan kebodohan mendasar yang mencengkeram pada bentuk eksistensi yang salah tersebut—kebodohan yang berkat dirinya kita melihat segala sesuatu berdiri dengan sendirinya, eksis secara intrinsik dan muncul serta berfungsi dari pihaknya sendiri, bebas, dan sebagainya—adalah dengan mengembangkan kebijaksanaan yang merupakan lawan yang berkebalikan langsung. Sebuah kebijaksanaan yang memahami bahwa segala sesuatu tidak eksis dengan intrinsik, tidak berdiri dengan sendirinya. Kebijaksanaan ini merupakan lawan langsung dari ketidaktahuan. Munculnya kebijaksanaan ini akan menyebabkan lenyapnya ketidaktahuan.

Kita harus mengenali penyebab akar dari keberadaan kita di dalam samsara. Kita menderita karena pencemaran, dalam artian kita dipengaruhi oleh karma dan *klesha*. Itulah sebabnya kita berada di dalam samsara dan menjadi makhluk samsarik. Jika kita ingin mengubahnya dan mengakhiri seluruh masalah, penyakit, penderitaan kita, maka satu-satunya cara adalah menghancurkan sebab akar dari keberadaan samsarik kita, yaitu *klesha*—kondisi batin yang terganggu.

Ada banyak jenis *klesha*. Enam *klesha* utama yang akan membangkitkan *klesha* lainnya adalah kemarahan, kemelekatan, ketidaktahuan dalam artian tidak mengetahui, keraguan, kesombongan dan pandangan salah. Pandangan salah dapat dibagi menjadi lima lagi. Yang paling penting adalah pandangan terhadap kumpulan



yang dapat hancur/ musnah. Empat yang lain adalah pandangan ekstrem, sikap mencengkeram pada berbagai jenis perilaku dan pandangan salah.

Apa yang ingin kita bahas sekarang adalah *pandangan yang mencengkeram pada kumpulan yang dapat musnah*, yaitu sesuatu yang merupakan kumpulan dan bersifat dapat musnah. Istilah ini merujuk pada jenis ketidaktahuan yang merupakan penyebab akar dari keberadaan samsarik kita, akar dari keseluruhan faktor pengganggu lainnya.

Apakah bentuk dari ketidaktahuan ini? Ia merupakan pemahaman yang keliru mengenai bagaimana segala sesuatu eksis. Pemahaman yang keliru ini mencerap objek ketidaktahuan, diri, sang aku, sang ego, dan bersikukuh melihatnya sebagai sesuatu yang memiliki substansi dan bisa berdiri sendiri. Sebuah kesalahpahaman di mana kita melihat diri sebagai sesuatu yang bisa memenuhi dirinya sendiri. Dengan kata lain, muncul dari dirinya sendiri, memiliki substansi dari dirinya sendiri.

Bagaimana caranya kita menghancurkan pandangan salah ini? Caranya adalah dengan melihat objek yang dianggap sebagai diri tersebut sebagai pemahaman yang keliru. Dengan kata lain, kita mengembangkan pemahaman yang benar, yang melihat diri sebagai bukan sebagai sesuatu yang muncul dari dirinya sendiri dan memiliki substansi. Ketika Anda memiliki pemahaman tersebut, maka objek yang dipahami dengan keliru akan hilang. Keduanya tidak bisa muncul bersamaan. Begitu memahami bahwa modus eksistensi tersebut keliru, maka Anda berhenti melihat segala sesuatu dengan cara yang salah.



3. Segala Sesuatu Tidak Memiliki Inti/ Diri/ Aku

Untuk menghancurkan akar dari segala faktor mental pengganggu – akar berupa jenis ketidaktahuan di mana kita mencengkeram pada diri sebagai sesuatu yang hadir dari dirinya sendiri dan memiliki substansi – maka kita harus mengembangkan pemahaman sebaliknya, dengan memahami bahwa diri seperti itu tidaklah eksis. Istilah lainnya adalah *ke-tanpa-akuan*.

Kita harus memahami ke-tanpa-akuan. Berbicara mengenai ketanpa-akuan, kedengarannya seperti sepenuhnya menolak adanya diri. Tentu saja kesimpulan seperti itu adalah kesimpulan yang salah. Dalam Buddha Dharma, diri, sang individu, sang aku, sang ego (jika Anda ingin menggunakan perbendaharaan kata yang lebih modern) semuanya sama. Mereka semua adalah sinonim.

Ketika mengatakan ke-tanpa-akuan, apakah itu berarti sang diri, sang aku, tidak eksis? Bukan demikian maksudnya. Kita bisa mengatakan bahwa jenis diri yang memang eksis dan jenis diri lainnya tidaklah eksis. Apakah diri yang eksis itu? Ia adalah diri yang melakukan tindakan, yang bertindak, dan karenanya mengumpulkan karma. Diri yang sama juga mengalami akibat dari karma yang telah dikumpulkan di masa lampau. Diri seperti ini memang eksis. Kita makan, tidur, bergerak, berfungsi, oleh karenanya kita tahu kita eksis!

Jika diri seperti itu eksis, maka diri seperti apa yang tidak eksis? Diri yang tidak eksis adalah diri yang kekal, yang tunggal, yang tak terpisahkan, dan diri yang bebas. Dalam Buddha Dharma, diri semacam itu dikatakan tidak eksis. Orang-orang yang memegang pandangan bahwa diri tidaklah kekal, tidak bebas, tidak satu atau tidak utuh adalah pengikut pandangan buddhis. Oleh karena itu Buddha Dharma berbeda dengan agama lainnya, terutama di India.



Sesungguhnya Buddhisme menolak gagasan bahwa diri adalah satu, kekal, dan bebas. Aliran filsafat lain dalam agama-agama di India menyatakan bahwa diri adalah satu, bebas, dan kekal. Jadi, yang membedakan seorang buddhis dengan non-buddhis terutama pada sudut pandang mengenai hakikat diri. Inilah pada dasarnya apa yang harus kita pahami untuk mengatasi pandangan salah terhadap diri sendiri yaitu sebagai sesuatu yang memiliki inti atau substansi dan muncul dari dirinya sendiri, tanpa bergantung pada hal lainnya.

Di dalam Buddha Dharma itu sendiri ada berbagai aliran filsafat atau pandangan buddhis yang berbeda, terkait berbagai poin filosofis. Buddha mengajarkan topik 'aku' dengan berbagai cara berbeda menurut kemampuan orang-orang. Itulah sebabnya di dalam Buddha Dharma ada empat jenis aliran filosofis.

Sekarang, mari kita bahas pandangan buddhis dan non-buddhis mengenai diri atau aku. Ketika mengatakan non-buddhis, rujukan utamanya adalah aliran filsafat yang ada di India. Cara lain untuk memahami perbedaan utama antara buddhis dan non-buddhis adalah penjelasan hubungan antara sang aku—sang diri, dengan skandha-skandha yang sudah kita sebutkan kemarin – skandha bentuk, skandha perasaan, skandha identifikasi, skandha faktor-faktor pembentuk, skandha kesadaran, yaitu tubuh dan batin kita.

Bagaimana diri atau aku bisa eksis berlandaskan hal tersebut? Menurut filsafat non-buddhis, kedua hal tersebut dikatakan sepenuhnya berbeda atau terpisah. Alasan mengapa mereka tidak dapat memikirkan yang sebaliknya adalah karena ketika seseorang meninggal, maka skandha bentuk—tubuh jasmani—sepenuhnya terurai dan menjadi tidak berguna. Dalam artian hilang atau habis. Mereka mengatakan jika terdapat hubungan yang dekat antara diri dengan skandha, berarti diri juga



seharusnya terurai dan menghilang ketika skandha bentuk terurai dan menghilang. Oleh karena itu, mereka mengatakan bahwa di satu sisi seseorang memiliki skandha dan di sisi lainnya ada diri atau aku. Keduanya terpisah karena jika tidak bagaimana Anda menjelaskan apa yang terjadi saat kematian?

Di dalam Buddha Dharma, Buddha mengajarkan bahwa ada hubungan yang dekat antara skandha dengan individu sesungguhnya. Beliau menyatakan bahwa sang individu, diri/aku dan skandha-nya memiliki hakikat yang sama. Hakikat yang sama bukan berarti harus menjadi satu. Kita tidak mengatakan bahwa diri dan skandha adalah satu. Itu bukan yang diajarkan dalam Buddha Dharma.

Keduanya sepenuhnya berkaitan karena hanya dengan basis skandha barulah kita bisa mengatakan “aku” atau individu itu eksis. Dalam bahasa Tibet, kita menyebut “Tashi,” nama orang Tibet yang paling umum. Dalam bahasa Inggris, kita mungkin menggunakan nama ‘John’. Siapa pun yang memiliki nama John, misalnya, kita tidak dapat mengatakan bahwa dia eksis tanpa skandha karena hanya dengan skandha John-lah maka kita bisa mengatakan bahwa Si John ada. Ada hubungan yang sangat dekat antara John dan skandha-nya. Keduanya memiliki hakikat yang sama namun bukan benda yang sama.

Sekarang kita berbicara mengenai diri yang eksis, seseorang yang mengumpulkan karma, dan seseorang yang akan mengalami karma. Inilah cara untuk memahami diri atau individu yang eksis. Apa hubungannya dengan skandha? Seorang individu bisa eksis berdasarkan kaitannya dengan skandhanya. Dalam Buddha Dharma, ada berbagai cara untuk menjelaskan hubungan keterkaitan ini menurut berbagai aliran filsafat buddhis. Dimulai dari aliran yang lebih rendah, akan terjadi



perkembangan hingga aliran yang lebih tinggi. Seiring kemajuan yang terjadi, maka cara pandangnya menjadi semakin halus.

Di dalam aliran yang lebih rendah, ada beberapa sub-aliran. Salah satu sub-aliran ini mengatakan jika mengambil contoh “aku”, maka pancaskandha merupakan ilustrasi cerminan dari aku. Namun, pada aliran yang lebih tinggi, dikatakan bahwa jika seseorang ingin menjelaskan apa itu “aku”, ia cukup menggunakan kesadaran mental karena kesadaran inilah yang berpindah dari satu kehidupan ke kehidupan lain ketika seseorang mati. Jadi, kesadaran mental-lah yang berpindah dari satu kehidupan ke kehidupan berikutnya. Inilah pandangan yang dipegang oleh dua dari keseluruhan empat aliran filsafat buddhis. Saya tidak akan memaparkan semuanya sekarang karena mungkin terlalu rumit.

Kembali pada aliran filsafat yang paling rendah. Jika ingin menjelaskan diri atau aku, maka Anda dapat menggunakan penjelasan pancaskandha. Aliran lain menolak gagasan tersebut dengan mengatakan bahwa hal tersebut tidaklah mungkin karena itu berarti setiap individu akan memiliki lima diri, sesuatu yang tidak mungkin. Jadi, pandangan ini tidak bisa diterima.

Pandangan yang paling halus terkait hubungan antara skandha dan aku adalah pandangan yang dianut Madhyamika Prasangika, bahasa Inggrisnya *The Middle Way Consequentialist*. Apa pendapat mereka mengenai hubungan skandha dengan aku? Mereka mengatakan bahwa skandha merupakan dasar pelabelan bagi aku. Sang aku hanya eksis sebagai sebuah pelabelan, atau sebagai sebuah konsepsi. Istilah teknisnya adalah *pelabelan di atas dasar skandha*.

Ini sedikit menyerupai contoh sebuah *sound system*, yang satu bagian darinya ada di hadapan saya. Di manakah Anda bisa menemukan *sound system*? Di sini



tumpuannya, kakinya, lengan, dan *microphone*-nya; seluruh elemen tersebut dikatakan sebagai dasar pelabelan dari bagian-bagian *sound system* tersebut. Namun, Anda tidak bisa mengatakan salah satu dari bagian tersebut merupakan *sound system*. Kakinya bukanlah *sound system*, lengannya juga bukan, begitu pula dengan *microphone* yang sederhana ini. Namun, ketika seluruh benda ini disusun secara bersamaan, maka Anda dapat menyebut hal ini sebagai *sound system*, atau bagian darinya.

Hal yang sama persis berlaku pada “aku”. Karena kita memiliki pancaskandha, maka kita bisa berbicara mengenai aku, yang mana kita bisa membayangkan, memahami, dan menamai sebuah aku. Sang aku bagi aliran filosofi tertinggi di dalam Buddha Dharma eksis sebagai sesuatu yang bisa dipahami, dibayangkan, dinamai dan sebagainya, di atas dasar pelabelan akan pancaskandha.

Penting bagi kita semua untuk mengamati sedikit lebih dekat pada siapa diri kita. Dengan kata lain, apakah sang aku yang terkenal ini yang kita sebut sebagai diri kita? Kita menghabiskan waktu untuk berbicara mengenai diri kita sendiri. Kita mengatakan, “Aku melakukan ini,” “Aku menginginkan ini,” “Aku merasakan ini,” “Aku memiliki ini,” dan sebagainya. Setiap saat, kita menggunakan istilah aku, namun akan sangat berguna bila kita bertanya kepada diri sendiri, apakah “aku” yang kita bicarakan sepanjang waktu?

“Aku punya sesuatu,” “Aku merasakan sesuatu,” “Aku memiliki dua lengan,” “Aku memiliki badan,” “Aku memiliki pikiran,” “Aku merasakan ini,” “Kepalaku sakit,” dan lain-lain. Kita menggunakan ungkapan-ungkapan ini setiap saat. Apakah itu berarti, misalnya tubuhku adalah aku? Kita memiliki tubuh jasmani, namun apakah kita bisa mengatakan bahwa jasmaniku itu aku? Dapatkah kita mengatakan



bahwa kita adalah apa yang kita pikirkan? Dapatkah kita mengatakan bahwa, perasaan kita, berikut skandha lainnya, adalah kita?

Bagaimana dengan berbagai kondisi kesadaran kita, apakah itu semua adalah “aku”-nya kita? Semua ini adalah pertanyaan-pertanyaan yang harus kita tanyakan kepada diri sendiri. Ketika memikirkan mengenai diri sendiri, kadang kala kita berpikir bahwa itu adalah tubuh jasmani kita. Kadang kita berpikir mengenai batin kita, pikiran kita, atau perasaan kita. Namun, bisakah kita mengatakan bahwa kita adalah perasaan kita? Bisakah kita mengatakan bahwa kita adalah tubuh jasmani kita? Bisakah kita mengatakan bahwa kita merupakan berbagai pikiran kita yang berbeda, kondisi kesadaran kita? Apakah kita ini ada di kepala kita, atau di kaki kita?

Siapakah “aku”-nya kita? Menurut aliran filosofis yang lebih tinggi, kita tidak bisa mengatakan bahwa aku adalah tubuh kita, dan seterusnya. Kita bukanlah kepala, perasaan, atau batin, dan sebagainya. Kita bisa memahami diri kita, ke-aku-an kita, pada landasannya. Kita menghubungkan keberadaan kita pada semua benda-benda ini. Sang aku adalah sesuatu yang kita labeli yang berkaitan dengan skandha.

Sering kali ketika memikirkan mengenai diri sendiri, kita membayangkan diri kita eksis dengan cara yang sepenuhnya bebas dari tubuh dan batin kita. Ketika memahami diri sendiri, kita tidak menyadari bahwa terdapat hubungan ketergantungan yang dekat antara tubuh dan batin kita, skandha-skandha kita. Penggambaran mengenai sang aku, gagasan mengenai “aku”, “diri” kita, yang eksis sepenuhnya bebas dari skandha adalah keliru. Diri semacam itu tidaklah eksis.

Jadi, di satu sisi, ada sebuah aku yang eksis, sang aku yang muncul dan hilang, yang makan, yang tidur, dan lain-lain. Kita memang eksis dan kita semua memahami hal ini. Kita mengumpulkan karma dan mengalami akibat dari karma kita.



“Aku” yang seperti itu memang eksis. Di sisi lain, aku yang tidak eksis adalah aku yang kita pahami sebagai sesuatu yang tidak ada hubungannya dengan skandha, tidak berhubungan dengan tubuh jasmani dan batin, yang muncul secara alami pada batin tanpa upaya sama sekali.

Kita melihat aku dengan cara seperti itu dan membayangkannya sebagai sesuatu yang eksis, yang berdiri sendiri, yang tidak ada hubungannya dengan skandha. Diri seperti itu, “aku” yang seperti itu, sesungguhnya adalah sesuatu yang tidak eksis. Pandangan bahwa aku yang berdiri sendiri merupakan akar dari semua masalah kita, yang disebut *pandangan akan kumpulan yang dapat hancur*.

Penamaan akan pandangan ini diberikan karena ia berkaitan dengan sesuatu yang dapat hancur, dengan kata lain tidak kekal. Ia adalah sesuatu yang tak lain tak bukan adalah kumpulan elemen berupa benda-benda komposit. Dengan kata lain, inilah diri kita. Kita tidak kekal. Kita adalah sesuatu yang terdiri dari bagian-bagiannya, namun kita melihatnya sebagai satu bagian utuh yang tak terpisahkan dan kekal.

Pandangan yang melihat kebalikan dari sesuatu yang tidak kekal dan sepenuhnya terdiri dari bagian-bagian adalah *pandangan akan kumpulan yang dapat hancur*. Pandangan inilah yang melihat sang aku berdiri dengan sendirinya, yang melihat aku sebagai satu, kekal, berdiri dengan sendirinya, bebas dari skandha. Pandangan ini merupakan sumber segala masalah kita, akar dari semua faktor mental pengganggu.

Pandangan akan kumpulan yang dapat hancur ini melihat “aku” dengan cara yang salah karena meskipun aku memang eksis namun aku yang dimaksud sebelumnya tidaklah eksis. Tidak ada “aku” yang sepenuhnya bebas dari skandha-



skandhanya. Justru karena kita memiliki skandha makanya kita bisa mengatakan adanya aku. Jadi, “aku” seorang makhluk bergantung sepenuhnya pada skandhanya..

Kita juga menggunakan istilah ini untuk menjelaskan “aku” yang tidak eksis. “Aku” yang tidak eksis adalah aku yang memiliki inti atau substansi dan muncul dengan sendirinya tanpa bergantung pada hal lain apa pun. Jika “aku” memang muncul dari dirinya sendiri, itu berarti ia tidak akan bergantung pada apa pun juga. Namun, seperti yang telah dijelaskan, “aku” yang muncul dari dirinya sendiri tidak bisa eksis karena kita hanya bisa memunculkan eksistensi aku dalam kaitannya dengan skandha. Justru kebalikannya, aku sepenuhnya bergantung hal lain. Aku bergantung pada skandha sehingga tidak bisa dikatakan muncul dengan sendirinya.

Penting sekali kita mengamati lebih mendalam bagaimana cara “diri” kita eksis. Setiap saat kita berbicara mengenai diri sendiri. Kita memang eksis, namun siapakah “aku” yang paling kita utamakan ini? Bagaimana cara ia eksis? Si “aku” yang mengalami berbagai hal dan menciptakan berbagai kejadian, bagaimana ia eksis? Jadi, kita bisa memahami bahwa aku memang eksis, namun jika eksis maka ia hanya eksis berkaitan dengan skandha.

Kalau kita membayangkan bahwa aku bisa eksis dengan sendirinya, sepenuhnya bebas, maka sesungguhnya pandangan tersebut sama dengan pandangan aliran filsafat non-buddhis di India beberapa waktu lalu. Mereka mengatakan bahwa sepenuhnya tidak ada hubungan antara aku dan skandha. Pandangan ini sepenuhnya ditolak dalam Buddha Dharma. Jadi, kita memang eksis, namun kita eksis karena hubungan ketergantungan dengan skandha kita. Karena skandha, kita bisa melalui berbagai pengalaman dan menciptakan berbagai hal, dan sebagainya.



Untuk lebih jelasnya, kita dapat menggunakan contoh nyata seperti sebuah meja. Sebuah meja itu eksis. Apa itu meja? Sebuah meja adalah sesuatu yang di atasnya memiliki sebuah papan bundar serta berkaki dan kita bisa menaruh barang di atasnya. Berbagai elemen yang muncul secara bersamaan ini menghadirkan sebuah benda. Maka, kita bisa berbicara mengenai sebuah meja. Jika ada sesuatu dari bagian itu yang hilang, kita tidak akan bisa membicarakan sebuah meja. Ia akan menjadi sesuatu yang lain. Jadi, elemen-elemen yang kita namakan ‘meja’ tersebut, disebut sebagai dasar pelabelan sebuah meja. Di atas dasar itulah kita menghubungkan eksistensi sebuah meja. Kita memberi nama ‘meja’ pada benda tersebut. Oleh karena itu, meja tersebut bergantung pada dasar pelabelannya.

Dengan cara yang sama, kita eksis sebagai sebuah aku. Kita memanggil diri kita sebagai sesuatu. Kita memiliki nama. Namun, itu semua karena kita memiliki skandha. Jika skandha tersebut tidak ada, maka kita tidak perlu menamainya. Dengan cara yang sama, skandha merupakan dasar (basis) pelabelan yang kita sebut sebagai “diri” kita, Sang Aku.

Ketika kita menggunakan istilah ‘ke-tanpa-akuan’, ada sejenis diri yang ditolak, yang ditiadakan. Ia merujuk pada diri yang tidak bergantung pada dasar pelabelan, sebuah “aku” yang bebas. Jadi, sesungguhnya memang benar bahwa segala sesuatu yang eksis, tidak hanya diri, individu, aku; namun termasuk benda mati dan apa pun yang eksis, itu semua muncul berdasarkan dasar pelabelannya. Kita bisa memastikan eksistensi atau keberadaan sesuatu hanya berdasarkan pelabelan benda tersebut. Dan hanya dalam kasus demikianlah kita bisa mengatakan bahwa mereka eksis.



Lanjut pada pemisalan sebuah meja, kita dapat memastikan bahwa meja itu eksis ketika kita melihat sesuatu yang memiliki papan di atas dan berkaki, sesuatu yang di atasnya kita bisa meletakkan benda lain. Namun, jika kita pisahkan antara papan atas dan kakinya, maka kita tidak bisa berbicara lebih panjang lagi mengenai sebuah meja. Oleh karena itu, kita hanya bisa memastikan eksistensi sebuah meja dalam kaitannya dengan dasar pelabelannya, yaitu bagian-bagian yang ketika digabung bersamaan akan membentuk sebuah benda. Prinsip yang sama persis berlaku bagi segala sesuatu yang eksis.

Kembali pada isu utama mengenai akar samsara, yaitu pandangan akan kumpulan yang dapat hancur—sebuah pandangan yang berkaitan dengan aku. Bagaimana pandangan salah ini memahami aku? Ia memahami aku sebagai sesuatu yang bebas dari skandha-skandhanya – tidak bergantung pada skandha – yang merupakan pemahaman sangat keliru mengenai cara eksisnya aku. Pemahaman akan hakikat aku yang sangat keliru ini, dari modus eksistensinya, merupakan sumber paling mendasar dari segala keberadaan kita di dalam samsara. Dari pandangan salah inilah maka semua *klesha* bisa muncul dan kita diarahkan untuk melakukan karma dan harus berputar terus-menerus di dalam samsara.

Oleh karena itu, satu-satunya cara untuk membebaskan diri dari samsara adalah menyingkirkan dan mengatasi pandangan salah tersebut dengan memahami bahwa objek yang dipahami – cara pandangan tersebut melihat aku sebagai entitas yang bebas, yang tidak bergantung pada skandha – adalah keliru, tidaklah benar. Ketika kita benar-benar melihat dan sepenuhnya memahami bahwa objek yang dipahami, yang dilihat sebagai sebuah aku yang bebas dan tidak bergantung pada



skandhanya, merupakan pemahaman yang keliru—pandangan yang salah—maka seluruh pandangan tersebut akan hilang!

Kembali pada pembahasan empat segel, kita baru saja membahas segel ketiga yang menyatakan bahwa “Semua fenomena tercemar merupakan sumber penderitaan atau memiliki hakikat menderita.” Kita sudah membahas istilah “benda-benda tercemar” yang merujuk pada karma yang tercemar dan *klesha*, yaitu faktor mental pengganggu di dalam batin kita. Di antara keduanya, faktor mental pengganggu dalam batin kita-lah yang lebih penting.

Ada banyak faktor mental pengganggu di dalam batin kita, namun akar dari semuanya adalah kesalahpahaman mengenai hakikat aku, yang disebut pandangan akan kumpulan yang dapat hancur. Pandangan salah ini membayangkan sebuah “aku” yang eksis dengan cara yang tidak semestinya. Jika ingin mengakhiri penderitaan, satu-satunya cara adalah mengakhiri sumber penderitaan, yaitu bentuk ketidaktahuan yang mencengkeram pada diri yang inheren, diri yang tidak eksis. Kita dapat mencapainya dengan mengembangkan kebalikannya, yaitu kebijaksanaan yang memahami ke-tanpa-akuan, atau ketiadaan diri seperti itu.

Hal yang sama berlaku jika kita ingin menyingkirkan sebuah pohon. Jangan hanya memotong pohon tapi akarnya juga harus dicerabut. Jika tidak, maka pohon tersebut bisa saja tumbuh kembali seperti sedia kala. Hal yang sama berlaku untuk kita di dalam samsara. Jika ingin membebaskan diri dari samsara, maka kita harus menghancurkan akar paling mendalam dari keberadaan samsara, yaitu pandangan akan kumpulan yang dapat hancur atau sikap mencengkeram pada diri yang berdiri sendiri (inheren). Caranya adalah mengembangkan kebijaksanaan yang memahami



ke-tanpa-akuaan. Dengan usaha, maka kita akan mencapai lawan daripada samsara, yaitu nirwana, sebuah keadaan damai.

1. Nirwana adalah kedamaian

Segel keempat menyatakan '*Nirwana adalah kedamaian*'. Cara mencapai nirwana adalah memahami ke-tanpa-akuan. Jangan bayangkan bahwa ini adalah hasil dalam sekejap. Ketika melatih kebijaksanaan akar yang memahami ke-tanpa-akuan ini, Anda harus berlatih untuk meningkatkan dan mengembangkannya hingga mendapatkan pemahaman yang mendalam.

Perkembangan untuk meningkatkan pemahaman akan ke-tanpa-akuan dijelaskan dalam serangkaian jalan (*marga*), yaitu Marga Akumulasi (pengumpulan), Marga Persiapan, Marga Penglihatan, Marga Meditasi dan pada akhirnya Marga Tanpa Belajar Lagi, yang merupakan realisasi spiritual. Pertama-tama, seseorang memahaminya secara tidak langsung. Lalu, ia mengembangkannya hingga marga ketiga, yaitu Marga Penglihatan, di mana pada tahap ini realisasi bersifat langsung. Namun, itu belum cukup. Ia harus lanjut meningkatkannya hingga cukup kuat untuk sepenuhnya menyingkirkan semua yang menahan seseorang di dalam samsara.

Hanya ketika seseorang mencapai marga akhir, yaitu Marga Tanpa Belajar Lagi, barulah ia dikatakan telah menyelesaikan tugas dan mencapai nirwana, yaitu sebuah keadaan terbebas sepenuhnya dari penderitaan. Kondisi ini juga disebut pembebasan, artinya pembebasan dari samsara, pembebasan dari penderitaan. Begitu seseorang mencapai keadaan ini, maka kondisi ini tidak akan berbalik. Ini bukan sesuatu yang dapat hilang.



Keadaan tersebut disebut 'nirwana,' yang sesungguhnya merupakan fenomena kekal. Sebagai pengingat, pada hari pertama pengajaran dijelaskan bahwa segala sesuatu terbagi menjadi dua kategori, yaitu fenomena kekal dan tidak kekal. Keadaan nirwana, meskipun adalah sesuatu yang bisa dicapai, ia termasuk fenomena yang kekal. Sekali telah mencapainya, ia tidak akan merosot. Nirwana bersifat definitif.

Nirwana sesungguhnya sebuah keadaan yang telah melampaui sesuatu. Sering pula disebut keadaan yang melampaui penderitaan. Namun, penjelasan lebih tepatnya adalah keadaan di mana kita telah melampaui sebab penderitaan, yaitu faktor-faktor mental pengganggu yang akarnya adalah ketidaktahuan yang telah dibicarakan sejauh ini. Begitu telah menyingkirkan semua faktor mental pengganggu—*klesha*, maka penderitaan akan hilang. Proses ini bekerja secara otomatis. Jadi, nirwana artinya sebuah keadaan yang melampaui seluruh *klesha*, seluruh faktor mental pengganggu. Sebuah keadaan terbebas dari faktor pengganggu.

Ada berbagai jenis dan tingkatan nirwana. Ada nirwana Mahayana yang setara dengan Kebuddhaan atau pencerahan sepenuhnya. Ada pula nirwana Arahat, Kendaraan Pendengar, Shravaka, dan Kendaraan Perealisasi Sendiri (Pratyeka Buddha). Semua nirwana ini—kecuali Kebuddhaan—merupakan keadaan terbebas dari seluruh faktor mental pengganggu, namun belum dilatih hingga Kebuddhaan. Nirwana-nirwana ini sifatnya masih berada di bawah tingkatan Kebuddhaan.

Nirwana dan samsara sepenuhnya berlawanan. Ketika samsara berakhir, nirwana pun dimulai. Nirwana merupakan sebuah keadaan terbebaskan sepenuhnya dari faktor mental pengganggu. Artinya, seseorang tidak lagi harus mengalami



penderitaan samsara. Ia mungkin masih memiliki karma untuk terlahir dalam samsara, namun tidak memiliki kondisi bagi karma tersebut untuk teraktifkan karena tidak lagi memiliki faktor mental pengganggu. Karma hanya bisa matang atau teraktifkan oleh *klesha*. Karena perangsangannya telah hilang sepenuhnya, meskipun seseorang mungkin masih memiliki beberapa karma untuk terlahir di dalam samsara, tapi karma tersebut tidak bisa berbuah. Karma-karma tersebut tidak bisa mendorong kelahiran di dalam samsara. Itulah mengapa dikatakan seseorang secara definitif bebas dari samsara.

Berikut sedikit ulangan terhadap urutan pembahasan empat segel Buddha Dharma. Ajaran penting pertama yang harus dipahami adalah sesungguhnya “*Semua benda-benda komposit, seperti diri kita sendiri, tidaklah kekal*”. Ketika kita benar-benar mulai memahami, baik di tingkat kasar dan halus, maka kita bisa mengambil jarak terhadap urusan-urusan dalam kehidupan saat ini dan mengurangi kemelekatan terhadapnya. Dengan memahami segel kedua, yaitu “*Semua benda-benda tercemar hakikatnya adalah menderita,*” kita tahu bahwa selama kita masih mempertahankan skandha yang tidak murni—dengan kata lain, selama kita masih tunduk pada karma dan *klesha*—maka kita akan terus menderita.

Pemahaman tersebut mengarahkan kita untuk mengambil jarak dari samsara secara keseluruhan dan melihat kerugian-kerugiannya. Kita bisa melihat bahwa selama masih berdiam di dalam samsara maka kita akan terus menderita. Jadi, terang sekali ini akan membuat kita ingin mencari jalan keluarnya. Jawabannya ada pada segel ketiga yaitu “*Segala sesuatu tidak memiliki inti (tanpa aku)*”.



Bagaimana cara membebaskan diri dari samsara? Kita hanya bisa melakukannya dengan memahami ke-tanpa-aku-an. Dengan merealisasikan ke-tanpa-aku-an, maka kita akan memperoleh “nirwana,” sebuah bentuk kedamaian batin, yang merupakan segel keempat.

Empat Segel merupakan pemahaman yang sangat penting dalam Buddha Dharma. Istilah lainnya adalah *Empat Ringkasan*, karena masing-masing poin merangkum keseluruhan pemahaman atau pandangan yang sangat penting dalam ajaran Buddha. Demikianlah penjelasan ringkas untuk *Empat Segel* ini telah disampaikan. Ada sedikit waktu bagi yang ingin mengajukan pertanyaan. Malam sebelumnya beberapa orang tidak mendapatkan kesempatan jadi sekarang adalah waktunya untuk bertanya.

Sesi Tanya Jawab

Tanya: *Jika seseorang terus meyakini adanya diri yang bebas, tapi karena diri atau aku yang seperti itu tidak ada, sehingga merupakan sumber penderitaan. Itu juga merupakan alasan mengapa kita masih tertahan di dalam lingkaran keberadaan ini. Apakah Rinpoche bisa memberikan sebuah contoh bagaimana konsekuensi itu benar-benar muncul?*

Jawab: Konsekuensi terjadi mulai dari akarnya, yaitu pandangan akan kumpulan yang dapat hancur—sikap mencengkeram ke-aku-an, meyakini bahwa ia eksis dalam cara yang sesungguhnya tidak. Jadi, berdasarkan pemahaman salah akan modus eksistensi tersebut, kita memiliki gagasan yang sangat kuat mengenai diri atau “aku”. Kita



memegang “aku” dengan sangat kuat. Kita melihat diri sendiri sebagai yang terpenting.

Sejalan dengan kita menjadi sangat melekat dengan diri sendiri, secara alami kita melekat pada segala sesuatu yang kita miliki, segala sesuatu yang kita sebut sebagai ‘milik-ku’. Kita berbicara mengenai aku dan milikku, barangku, keluargaku, iniku, ituku. Semua ini kita letakkan di sisi kita, dan segala yang tidak termasuk pihak kita kemudian diletakkan pada sisi berseberangan.

Bagaimana kita memperlakukan segala sesuatu yang kita anggap di sisi yang berseberangan? Biasanya kita merasakan sebuah jarak tertentu, ini pun kalau tidak lebih buruk lagi. Seringkali kita membangkitkan perasaan yang sangat kuat terhadap diri sendiri berikut segala kepemilikan di pihak kita. Kita memunculkan penolakan dan sering tidak menyukai apa yang merupakan milik orang lain, yang bisa berkembang dan berlanjut.

Penolakan bisa berkembang menjadi kemarahan dan kebencian terkait segala sesuatu yang bukan milik kita, bahkan membayangkan bahwa mereka mungkin mengancam apa yang kita miliki. Sederhananya, kita membangkitkan kemelekatan dan kebencian/kemarahan. Tentu saja ketika merasakan kemelekatan dan kemarahan, kita menciptakan karma. Di bawah pengaruh perasaan-perasaan yang sesungguhnya merupakan faktor mental pengganggu, kita menghasilkan karma. Ketika diciptakan karena kemelekatan atau kebencian, maka karma tersebut akan selalu negatif dan mengarahkan kita pada akibat yang buruk, seperti kelahiran di alam yang rendah.



Kembali ke akarnya tadi, yaitu sikap mencengkeram pada eksistensi yang berdiri sendiri, pandangan akan kumpulan yang dapat hancur tadi. Di atas basis ini, dalam kasus tertentu, kita juga bisa menghasilkan kebajikan. Bagaimana caranya? Artinya Anda melihat diri sendiri eksis dalam cara tertentu yang sesungguhnya tidak demikian dan Anda memiliki pandangan yang kuat akan diri sendiri. Kemudian, sebagai akibatnya, Anda menginginkan sesuatu yang baik bagi diri sendiri. Misalnya, Anda menginginkan kelahiran yang baik di kehidupan yang akan datang.

Anda tahu bahwa untuk mendapatkan kelahiran yang baik di kehidupan yang akan datang, Anda harus melakukan kebaikan. Anda harus menciptakan kebajikan dengan berbagai cara, terutama menjalankan sila dengan baik. Karena keinginan untuk bahagia di kehidupan akan datang tersebut, Anda pun melakukan kebajikan. Demikianlah hal tersebut memungkinkan Anda menghasilkan karma baik, namun masih merupakan karma untuk terlahir di dalam samsara. Artinya, ia masih mengarahkan seseorang pada kelahiran dalam bentuk yang relatif baik, walau masih berada di dalam samsara. Jadi dalam kasus mana pun, Anda berada dalam pengaruh akar kesalahpahaman atau pandangan salah tersebut yang dengannya Anda menciptakan karma untuk kelahiran di dalam samsara.

Tanya: *Rinpoche, saya menganalisis dan berusaha memahami bahwa di dalam diri saya sendiri, saya memiliki kesadaran yang tercemar oleh banyak klesha yang akan melemparkan saya pada dunia yang samsarik ini. Kesadaran semacam ini, jika saya terus berbuat hal-hal yang buruk, maka dia akan menyebabkan saya terlahir di alam rendah di kehidupan yang akan datang. Ini kesadaran yang sama yang menjerumuskan saya. Di sisi lain, jika saya berusaha mempurifikasi dan sepenuhnya menyingkirkan semua klesha,*



saya mungkin bisa mencapai nirwana atau pencerahan. Apakah ini masih kesadaran yang sama yang terlempar ke dalam keadaan atau tingkat eksistensi yang berbeda?

Pertanyaan saya adalah: Apakah kesadaran tertentu ini mewakili diri tertentu yang akan selalu lanjut menjadi basis yang sama, yang memiliki hakikat seorang Buddha; atau apakah ini hanya keadaan dari batin? Apakah ini merupakan diri yang sama pada keadaan yang berbeda? Meskipun kita berbicara mengenai ket-ampa-aku-an, namun kita masih sering berbicara mengenai kesadaran yang berada pada tingkatan yang berbeda ini. Apakah ini berarti diri ini berdiam dalam diri yang sama?

Penerjemah: *Untuk menyimpulkan pertanyaan Anda, apakah diri – yang melalui pengaruh klesha dapat mengumpulkan karma – misalnya yang terlahir di alam rendah dan kemudian bisa berubah menjadi sesuatu yang lebih baik, yakni Anda bangkit dari kondisi tersebut dan mempraktikkan jalan spiritual dan menyingkirkan klesha berikut semua ketidaksempurnaan, apakah diri yang sama ini yang merealisasikan pencerahan? Apakah ini pertanyaan Anda?*

Jawab: Pertama-tama, jawabannya adalah ya. Namun, saya hendak rincinya sebagai kesinambungan yang sama. Jangan lupa bahwa diri itu tidak kekal. Ia berubah dari momen ke momen. Jangankan periode panjang yang Anda contohkan, diri yang berubah dari momen ke momen, diri yang satu menit yang lalu tidak akan menjadi diri yang sama seperti Anda sekarang ini. Jadi, jika Anda menyadari hal tersebut, maka jawabannya hanya 'ya', ia memang sama. Namun, ia merupakan keberlanjutan, rangkaian yang sama dari diri yang sama. Ia tidak identik sama karena berubah dari momen ke momen. Kita masih bisa berbicara mengenai diri, tapi ketika seseorang menjadi Buddha, ia merupakan diri seorang Buddha. Bahkan diri semacam itu pun



berubah dari momen ke momen. Momen A menghasilkan momen B yang menghasilkan momen C, dan seterusnya. Ada penggantian momen yang terus-menerus ini, sehingga sesuatu menjadi sebab bagi yang berikutnya. Begitu Anda menjadi Buddha, maka Anda akan menjadi Buddha selamanya. Anda tidak akan berubah dari keadaan tersebut.

Tanya: *Dalam sesi pengajaran yang terakhir ada penjelasan bahwa momen terakhir kesadaran kita merupakan sebab utama bagi kelahiran berikutnya. Dapatkah kita menganggap sikap yang mencengkeram eksistensi diri ini sebagai sebab lain untuk kelahiran kembali?*

Jawab: Pertanyaannya harus lebih tepat. Apakah maksud Anda sebab utama makhluk baru dalam kehidupan yang baru atau sebab utama bagi kesadaran makhluk baru dalam kehidupan yang baru? Keduanya tidak sama karena kesadaran merupakan salah satu skandha dan merupakan dasar pelabelan bagi seorang makhluk. (Penanya memperjelas bahwa pertanyaannya berkaitan dengan sang makhluk.)

Ketidaktahuan ini, pandangan akan kumpulan yang dapat hancur, tidak dapat menjadi sebab utama, karena pandangan akan kumpulan yang dapat hancur merupakan *klesha*. Pada dasarnya, sebab utama kesadaran yang baru pada seorang makhluk dalam kelahiran yang baru, yakni momen kesadaran paling pertama atau awal sekali pada kelahiran barunya haruslah merupakan kesadaran, yaitu batin utama, bukan faktor mental. Sebab primernya atau sebab utamanya haruslah mengandung substansi atau bahan yang sama. Jadi, dia berupa suatu kesadaran lain, bukan faktor mental yang berasosiasi dengan kesadaran tersebut. Kesadaran berarti batin utama yang memiliki faktor-faktor mental yang berasosiasi dengannya. Momen paling



pertama dari kesadaran dalam kelahiran yang baru akan memiliki sebab utama berupa momen kesadaran yang sebelumnya. Dengan kata lain, momen akhir dari kesadaran dalam keadaan bardo makhluk tersebut.

Tanya: Rinpoche, dikatakan bahwa karma tidak bisa berbuah ketika seseorang telah mengatasi klesha, misalnya arus batin seorang Arahat. Klesha seorang Arahat telah teratasi dan karmanya tidak bisa matang. Namun, ketika kita membaca riwayat siswa-siswa di masa Buddha, ada banyak Arahat, menurut kisah-kisah ini, yang mengalami buah dari karma lalunya. Misalnya, Mogallana, salah satu siswa utama Buddha yang memiliki kemampuan supranatural. Namun, Beliau meninggal karena dibunuh. Dikisahkan bahwa ini merupakan akibat dari karma lampayanya karena telah meninggalkan orang tuanya yang buta di hutan dan meninggalkan mereka pada takdirnya. Hal ini menyebabkannya harus mengalami karma ini dalam kehidupannya meskipun dia adalah seorang Arahat pada masa itu.

Jawab: Memang benar bahwa Mogallana dipukul dan meninggal akibat luka-luka pukulnya. Alasan Beliau mengalami hal itu karena akibat dari karmanya. Beliau seorang Arahat dan ketika meninggal, Beliau tidak terlahir lagi di dalam samsara.

Setelah mencapai Arahat, Anda tidak akan lagi terlahir dalam samsara melalui pengaruh kekuatan karma. Bukan berarti dalam kehidupan saat ini, masih dengan tubuh manusia, Anda tidak bisa mengalami akibat dari karma yang telah dikumpulkan di masa lampau. Namun, meskipun akibat tersebut menyebabkan Anda meninggal, tapi setelah meninggal Anda tidak akan terlahir di dalam samsara karena Anda tidak memiliki sebab pendukung, yaitu *klesha* yang bisa mematangkan karma untuk terlahir



di dalam samsara. Begitu mencapai ke-Arahat-an, ketika meninggal Anda mencapai nirwana sehingga tidak akan terlahir dalam samsara.

Tanya: *Ketika seseorang mencapai nirwana dan menjadi seorang Buddha dalam kehidupan ini, apakah ada caranya bagi kita untuk mengenali seorang Buddha, seorang Arahat atau seorang Bodhisattva? Seorang Buddha, seorang Arahat atau seorang Bodhisattva bisa saja melewati kita dan kita tidak bisa menerima berkah untuk mengenali mereka.*

Jawab: Untuk mengidentifikasi atau mengenali makhluk-makhluk unggul ini, apakah seorang Arahat, Bodhisattva atau Buddha, pada dasarnya ada dua kategori. Yang paling penting adalah Anda harus memiliki karma yang sangat positif untuk bertemu dengan Buddha dan melihat Buddha sebagai seorang Buddha. Ini membutuhkan karma baik yang luar biasa besar. Misalnya, ketika Buddha muncul di dunia, ada banyak orang-orang yang bertemu dengannya tapi tidak bisa mengenali kualitas baiknya sama sekali. Itu karena mereka tidak memiliki karma baik atau kebajikan yang cukup. Jadi, ini salah satu kategori persyaratan.

Kategori lain adalah memiliki pengetahuan tertentu mengenai kualitas-kualitas para makhluk ini. Anda harus mengetahui apa yang dimaksud menjadi seorang Buddha dan Bodhisattva. Misalnya, tadi Anda menyebutkan tanda-tanda atau ciri-ciri seorang Bodhisattva. Ini tidak ada hubungannya dengan penampakan fisik tapi lebih berkaitan dengan perilaku, cara berpikir dan sikap mereka terhadap yang lain.



Ketika Anda memahami siapakah seorang Bodhisattva berikut kualitas spiritual, cinta kasih, welas asih dan sebagainya, yang mereka miliki; kemudian—sekali lagi—jika memiliki karma baik yang cukup, Anda bisa mengenali seorang Bodhisattva. Ini bukan sesuatu yang mudah untuk dilakukan. Anda tidak bisa hanya mengenali mereka dengan penampakan fisik saja. Contoh paling terkenal terkait seorang makhluk dengan realisasi tinggi seperti Arya Asanga, yang dirinya sendiri seorang Bodhisattva dan telah mencapai bumi ketiga dalam jalan Bodhisattva. Ketika pertama kali bertemu Buddha Maitreya, Beliau tidak melihatnya sebagai seorang Buddha. Beliau hanya sanggup melihat Maitreya dalam wujud anjing betina karena karmanya belum cukup murni. Ketika Beliau mengembangkan welas asih agung untuk makhluk ini, welas asih agung tersebut cukup untuk membebaskannya dari penghalangnya yang akhirnya memungkinkannya untuk melihat Maitreya sebagai Buddha Maitreya. Jadi, kita bisa lihat bahwa hal itu tidaklah mudah. Jika tidak ada pertanyaan lagi maka kita akan mengakhiri ajaran ini dan kita akan melafalkan doa dedikasi.

KATA PENGANTAR
PROPOSAL PEMBANGUNAN BIARA

oleh:
Yang Mulia Dagpo Rinpoche

Buddha mengajarkan, “Barang siapa menjaga sila dengan murni, maka ia akan mencapai tujuan-tujuannya yang dikehendakinya.” Dengan menjaga Sila secara murni, maka Anda akan meraih apa yang Anda cita-citakan. Tanpa praktik Sila, Anda tidak bisa mencapainya. Dalam konteks sebuah biara, ini berarti Anda harus menjaga Sila-sila monastik dengan murni dan berdasarkan praktik Sila ini barulah Anda mempelajari topik-topik seperti Jalan Tengah dan Paramita. Akan tetapi, karena biara ini nantinya tergolong biara baru, barangkali sulit untuk langsung mempelajari topik-



topik yang berat. Oleh karena itu, saya menyarankan agar Anda semua bisa memusatkan perhatian pada ajaran Lamrim, mempelajari, merenungkan, dan memeditasikannya, karena dengan menggabungkan ketiga jenis aktivitas dan sepenuhnya mencurahkan perhatian padanya maka secara bertahap Anda akan meraih realisasi pada tahapan jalan spiritual. Inilah nasihat saya untuk para penghuni biara.

Bagi umat awam yang terlibat dalam proyek ini, saya mendorong Anda semua untuk melakukan segala yang bisa Anda lakukan untuk mendukung biara ini. Dengan cara seperti ini, Anda bisa mengumpulkan kebajikan yang besar sekaligus memurnikan diri dari karma-karma buruk yang berat. Inilah yang kemudian akan memastikan bahwa Anda bisa berhasil dalam apa pun yang Anda lakukan dalam kehidupan saat ini. Purifikasi karma buruk juga sangat bermanfaat nantinya untuk Anda sendiri pada kehidupan yang akan datang. Walaupun Anda belum bisa menetap di dalam biara, tapi dengan mendukung sebuah biara, maka Anda mengumpulkan kebajikan yang setara dengan mereka yang benar-benar menjadi penghuni biara. Oleh karena itu, saya sungguh mendorong Anda semua, para Sangha monastik maupun Sangha umat awam, untuk bahu-membahu bekerja sama mewujudkan biara Indonesia ini, yaitu INDONESIA GADEN SYEYDRUB NAMPAR GYELWEI LING, menjadi sebuah komunitas monastik yang murni, di mana ketiga jenis aktivitas monastik dilaksanakan dan berlandaskan hal ini ajaran Lamrim dipraktikkan. Dengan demikian, tempat ini akan menjadi sebuah tempat untuk belajar, merenung, dan meditasi yang lengkap.

Saya sungguh merasa bahwa proyek ini sangat penting karena sebuah biara akan sangat bermanfaat bagi sebuah negara—contohnya bencana bisa berkurang, halangan bisa teratasi, dan keberuntungan semakin meningkat. Lebih lanjut, Buddha Dharma saat ini sedang merosot di mana-mana, termasuk tempat-tempat di mana dulunya ajaran ini berkembang pesat. Saya berharap bahwa di waktu yang akan datang Buddha Dharma dapat kembali berkembang, dimulai dari tempat ini. Apa yang saya sampaikan ini adalah sesuatu yang mungkin dan bisa terjadi, karena Indonesia adalah sebuah negara yang bebas. Jika sebuah komunitas monastik bisa berhasil di Indonesia, maka dari sini Buddha Dharma bisa menyebar ke tempat-tempat di mana ajaran ini sudah lenyap. Inilah yang akan memenuhi doa dan harapan Je Rinpoche di dalam doa dedikasi Beliau: “Di tanah-tanah di mana ajaran mulia nan berharga ini belum tersebar, atau yang sudah tersebar namun mengalami kemerosotan,



Hak Milik Kadam Choeling Indonesia
Buku ini tidak untuk diperjual-belian

secara mendalam tergerak oleh welas asih agung, semoga aku dapat memabarkan harta karun keberuntungan dan kebahagiaan ini.”

Dagpo Tulku Jhampa Gyamtsho



Hak Milik Kadam Choeling Indonesia
Buku ini tidak untuk diperjual-belian

IKLAN MAH

Buku Transkrip Pelajaran ini tidak untuk dijual



BAGAIMANA MENGHORMATI BUKU DHARMA

Buddha Dharma adalah sumber sejati bagi kebahagiaan semua makhluk. Buku ini menunjukkan kepada Anda bagaimana mempraktikkan ajaran dan memadukan mereka ke dalam hidup Anda, sehingga Anda menemukan kebahagiaan yang Anda idamkan. Oleh karena itu, apapun benda yang berisi ajaran Dharma, nama dari guru Anda atau wujud-wujud suci adalah jauh lebih berharga daripada benda materi apapun dan harus diperlakukan dengan hormat. Agar terhindar dari karma tidak bertemu dengan Dharma lagi di kehidupan yang akan datang, mohon jangan letakkan buku-buku (atau benda-benda suci lainnya) di atas lantai atau di bawah benda lain, melangkahi atau duduk di atasnya, atau menggunakannya untuk tujuan duniawi seperti untuk menopang meja yang goyah. Mereka seharusnya disimpan di tempat yang bersih, tinggi dan terhindar dari tulisan-tulisan duniawi, dan membungkusnya dengan kain ketika sedang dibawa keluar. Ini hanyalah beberapa pertimbangan.

Jika Anda terpaksa membersihkan materi-materi Dharma, maka Mereka tidak seharusnya dibuang begitu saja ke tong sampah namun dibakar dengan perlakuan khusus. Singkatnya, jangan membakar materi-materi tersebut bersamaan dengan sampah-sampah lain, namun terpisah sendiri, dan ketika mereka terbakar, lafalkanlah mantra OM AH HUM. Ketika asapnya membumbung naik, bayangkan bahwa dia memenuhi seluruh angkasa, membawa intisari dari Dharma kepada seluruh makhluk hidup di dalam enam alam samsara, memurnikan batin mereka, mengurangi penderitaannya, dan membawa seluruh kebahagiaan bagi mereka, hingga juga termasuk pencerahan. Beberapa orang mungkin merasa bahwa praktik ini sedikit kurang biasa, namun tata cara ini dijelaskan menurut tradisi. Terima kasih.

DEDIKASI

Semoga kebajikan yang dihimpun dengan mempersiapkan, membaca, merenungkan dan membagikan buku ini kepada yang lain, semoga semua Guru Dharma berumur panjang dan sehat selalu, semoga Dharma menyebar ke seluruh cakupan angkasa yang tak terbatas, dan semoga seluruh makhluk hidup segera mencapai Kebuddhaan.

Di alam, negara, wilayah atau tempat manapun beradanya buku ini, semoga tiada peperangan, kekeringan, kelaparan, penyakit, luka cedera, ketidakharmonisan atau ketidakbahagiaan, Semoga hanya terdapat kemakmuran besar, semoga segala sesuatu yang dibutuhkan dapat diperoleh dengan mudah dan semoga semuanya dibimbing hanya oleh guru Dharma yang terampil, menikmati kebahagiaan dalam Dharma, memiliki cinta kasih dan welas asih terhadap semua makhluk hidup dan hanya memberi manfaat, tidak pernah menyakiti satu dengan lainnya.



Hak Milik Kadam Choeling Indonesia
Buku ini tidak untuk diperjual-belian

Buku Transkrip Pelajaran ini tidak untuk dijual