

Surat Rekomendasi
Departemen Agama Republik Indonesia
Direktur Urusan dan Pendidikan Agama Buddha
No. D.t.V.II/BA.00/1484/2004

Pendiri

YM. Bhiksu Tadisa Paramita Mahasthavira
YM. Bhiksu Samantha Kusala Sthavira

Pelindung

Direktur Urusan dan Pendidikan Agama Buddha
Departemen Agama Republik Indonesia

Penasehat

Sangha Mahayana Buddhis Internasional

Penerbit

Majelis Mahayana Buddhis Indonesia

Penanggung Jawab

YM. Bhiksu Tadisa Paramita Mahasthavira

Pemimpin Redaksi

Irwan Saputra, S.E.

Bendahara

YM. Bhiksu Samantha Kusala Sthavira

Staf Redaksi

Agus Triono, S.T
Daniel

Iklan

Irwan Saputra, S.E
Hp. 0856 189 4466

Sirkulasi

Agus Triono, S.T
Gunawan
Irwan Saputra, S.E.
Rofin
Siswoyo

Design Cover & Iklan

Sintra Wong, S.T

Design Backgrounds & Layout

Suyoto Lee, S.Kom

Web Administrator

Dipl.-Ing. Kiman Karel

Korespondensi

Seluruh Dewan Pengurus Daerah
Majelis Mahayana Buddhis Indonesia
dan Lembaga Keagamaan Anggota
Majelis Mahayana Buddhis Indonesia

Alamat Redaksi

Vihara Bodhi Dharma Loka
Jl. Pakin No. 1, Komp. Mitra Bahari, Blok B 17-19
Penjaringan, Jakarta 14440
Telp. (+62 21) 667 0226 - 662 5155
Fax. (+62 21) 667 0258
Website : www.majalahharmoni.com
email: majalahharmoni@yahoo.com

**Perwakilan Redaksi - Australia
Kuan Yin Monastery Inc.**

2023 Albany Hwy, Maddington
Western Australia 6109
Telp. (+618) 9493 3230 - 9459 2517
Fax. (+618) 9452 2426

Rek. Dana Paramita

Bank BCA (kcp. Fatmawati)
a/c: 071 - 3022 - 249
a/n: Majalah HARMONI



Harmoni

October 2015...

Salam Harmoni,

Ketidakpastian perekonomian global telah mengakibatkan resesi di berbagai belahan dunia, termasuk di Asia dan Indonesia. Bisnis semakin menurun dan sejumlah pemutusan hubungan kerja terjadi di berbagai bidang industri. Namun ada satu hal yang tidak berubah, yaitu ke-Buddha-an. Temukan apa sesungguhnya Buddha itu di edisi Harmoni ini.

Dalam edisi ini, kami hadirkan pula pembahasan menyeluruh tentang Zen Bodhidharma beserta garis besar praktik Bodhidharma itu sendiri.

Jangan lewatkan pula beragam artikel menarik dalam edisi majalah Harmoni ini, termasuk di antaranya pembahasan mendalam tentang spiritualitas.

Selamat Membaca!

Pesan Redaksi

Kabar gembira untuk segenap pembaca setia Majalah Harmoni bahwa bersamaan dengan terbitan edisi cetak yang ke 31 ini, Majalah Harmoni juga bisa di akses lagi melalui media elektronik yaitu melalui website www.majalahharmoni.com

Bila diperlukan, isi majalah boleh di download atau dikutip dengan catatan disertai referensinya. Silahkan para pembaca setia, umat Buddhis dan masyarakat luas untuk melihat websitenya dan mencermati isinya. Di media elektronik ini juga sudah disiapkan rubrik tanya jawab, sehingga para pembaca yang ingin memperdalam pengetahuan tentang Dharma bisa langsung bertanya kepada Bhiksu Tadisa Paramita Mahasthavira dan akan dijawab oleh Beliau.

Di dalam kesempatan ini juga, edisi-edisi cetak terbitan sebelumnya akan di masukan kembali satu persatu ke website Majalah Harmoni, sehingga bagi pembaca setia yang tidak mendapatkan edisi cetak sebelumnya bisa mendapat manfaat yg lebih besar dari artikel artikel sebelumnya.

Selamat menelusuri. Salam Harmoni.

DAFTAR ISI / CONTENT

Kembangkan Benih Kebuddhaan
Dalam Diri Masing-masing

Shurangama Sutra 楞嚴經

Ajaran Zen Bodhidharma

Bodhidharma, Garis Besar Praktik

Apakah 'Aku' ada?

Akar dari Segala Kecanduan

APAKAH BUDDHA ITU?

Sucikan Pikiran Manusia Agar
Dunia dan Alam Menjadi Harmonis

Ciri dan Gerak Pikiran Manusia

Spiritualitas tanpa "Spiritualitas"

世尊對邪淫全方位的開示

**Dharani Inti Segel Kotak Relik Berharga
Dari Tubuh Rahasia Semua Buddha**

Bagaimana Mendeteksi Ajaran Menyimpang

Tubuh Manusia Memancarkan Cahaya

Tahukah Anda Microwave Dapat
Menyebabkan Penyakit Jantung dan Kanker?

10 Peralatan
Rumah Tanggah Pemicu Kanker

Wadah Aluminium: Si Pembunuh Diam

Bhiksu Tua dan Bhiksu Muda

*Kumpulan 100 Pepatah
Tionghua Terbaik*

Dimensi-dimensi religiusitas





Kembangkan Benih Kebuddhaan Dalam Diri Masing-masing

(Oleh YM Bhiksu Tadisa Paramita Mahasthavira, /净仁法师)

Hati bodoh diputar dunia, hati cerah memutar dunia. Saat dingin air menjadi es, saat hangat es berubah menjadi air; Saat bodoh kesejatan diri menjadi hati, saat cerah hati menjadi kesejatan diri. Hati dan kesejatan diri pada dasarnya sama, disebabkan bodoh dan cerah sehingga ada perbedaan. Munculnya kesadaran yang menampakkan, karena hati yang merubahnya, karena hati yang menciptakan, karena hati pula yang melenyapkan. Hati adalah akar, dharma adalah debu, dua jenis ini seperti abu yang mengotori cermin. Debu ini bila terhapus bersih, seketika cahaya dari dalam akan muncul, hati dan dharma bila dua-duanya dilupakan, kesejatan diri kembali benar. Hati bagaikan angkasa raya, jangan melekat kepada pandangan kekosongan. Gunakan tanpa rintangan, saat bergerak atau dalam keheningan tiada hati. Perasaan awam atau merasa suci dilupakan, kemampuan diri yang melakukan dan apa yang dilakukan sudah terlelap. Hakikat sejati dan corak kedemikianan-kedemikianan, tiada bukan saatnya Dhyana ketenangan yang mendalam.

Di dalam Filosofi agama samawi, konsep dari suatu 'Diri' disebut atman (itu adalah, "jiwa", 'roh' atau diri metafisis), yang mengacu pada suatu inti sari tak berubah-ubah/permanen yang dipahami berdasarkan atas keberadaan. Tetapi Hyang Buddha menolak semua konsep atman, menekankan tidak ada ketetapan, tetapi perubahan/tidak tetap. Ia mengajar bahwa semua konsep dari suatu diri pribadi adalah substansiil salah, dan dibentuk di dalam dunia ketidak-tahuan. Kitab-kitab Konfusius dalam menjelaskan Yijing menyebutkan: "Roh yang melayang-layang berubah (menjadi makhluk hidup)." Sementara Buddhisme menyebutnya sebagai 'Kesadaran batin', tidak menyebutnya sebagai roh (jiwa yang tidak berubah), kesadaran batin dan roh itu meskipun menunjuk pada hal yang sama, tetapi berbeda dalam sebutan namanya. Buddhisme menelusuri hingga ke pokok asalnya, yaitu: Benih Sejati (Benih Kebuddhaan), ketika benih sejati ini diliputi awan kebodohan dan tercemar maka dinamakan sebagai kesadaran batin, inilah yang oleh agama lain disebut sebagai roh. Kesadaran batin yang tercemar, maka mengalami proses kelahiran dan kematian, bertumimbal lahir di enam alam, sementara Benih Sejati (Benih Kebuddhaan) berupa kebijaksanaan, hakikatnya tidak lahir dan tidak musnah, murni dan abadi selamanya.

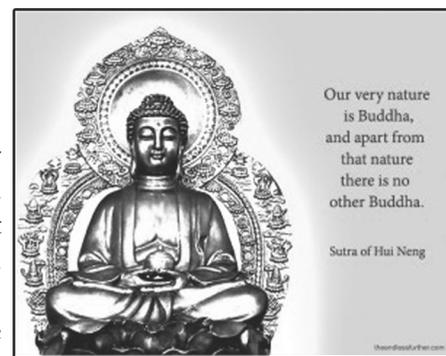
Di dalam sejumlah besar Sutra Mahayana (contoh: *Sutra Mahaparinirvana*, *Sutra Tathagatagarbha*, *Sutra Srimala*, dan lainnya), Hyang Buddha diperkenalkan sebagai pemberi penjelasan akan pengajaran ini dengan mengatakan bahwa, selama Skandha (faktor penyusun tubuh fisik dan pikiran) bukan merupakan 'diri', akan tetapi terdapat sesuatu yang abadi, tidak berubah, sifat Kebuddhaan yang bahagia pada seluruh makhluk hidup, yang merupakan sesuatu yang tidak tercipta dan 'Jati-diri Buddha' ("Buddha-dhatu") atau "Diri Sejati" akan Sang Buddha sendiri. "Tathagatagarbha"/Sifat Buddha tidak menggambarkan suatu diri yang besar; akan tetapi, merupakan ungkapan bahasa yang positif akan "Sunyata (kekosongan)" dan mewakili kemampuan untuk mewujudkan Kebuddhaan melalui pelaksanaan ajaran-ajaran Agama Buddha; tujuan pengajaran akan Tathagatagarbha (Sifat Buddha) adalah lebih ke arah Soteriologi daripada secara Teoritis.

Tubuh suci ini tidaklah mungkin untuk dibentuk seperti tubuh duniawi yang tidak kekal, menderita karena pasang surutnya "Sang Ego" yang khayal, sehingga terjatuh dan terkurung oleh dualitas. Pada sisi lain, Esensi-Buddha atau Jati-diri Buddha juga seringkali dijelaskan sebagai kemampuan untuk mencapai Kebuddhaan ("Buddhahood" - *Bodhicitta*), daripada gejala yang telah ada yakni pemahaman akan 'Saya' atau 'Diri' sendiri.

Di dalam **Sutra Avatamsaka** (*Hua Yen Cing*), disabdakan Semua makhluk memiliki Hakikat Tathagata yang memiliki potensi kebijaksanaan dan pahala unggul; disebabkan pikiran khayal, kemelekatan dan pikiran jungkir-balik sehingga tidak menyadari. Bila makhluk tersebut (termasuk manusia) dapat melepaskan pikiran khayal, kemelekatan dan pikiran Jungkir-balik maka semua kebijaksanaan, kebijaksanaan natural, kebijaksanaan tanpa guru, dan kebijaksanaan tanpa rintangan akan muncul dengan sendirinya. Juga di dalam **Sutra Avatamsaka** disabdakan bahwa 'Hati, Buddha dan semua makhluk tidaklah berbeda'. Tentu ditilik tidak berbeda adalah dari 'Hakikat Kebuddhaannya' karena para makhluk awam masih tergerus dengan khayalan, kemelekatan dan pikiran jungkir-balik sehingga kecenderungan hatinya masih sesat penuh khayal, sehingga tidak menyadari Hakikat Kebuddhaannya, tidak mengembangkan Benih Kebuddhaannya, tidak bersedia menapak Jalan Kebuddhaannya, larut dalam fenomena khayal, cenderung bodoh dan mengalami derita, sehingga terlihat hati, Buddha dan semua makhluk satu sama lainnya berbeda.



Di dalam **Sutra Sila Bodhisattva** (*Pu Sha Cie Cing*), disabdakan, 'sumber dasarnya hakikat diri adalah murni, bila menyadari hati menampakkan kesejatian diri, adalah mencapai jalan Kebuddhaan.' Di sutra lain disabdakan: Hakikat Kebuddhaan begitu universal, jangan diskriminasi terhadap orang awam atau suciwan. Hanya ke dalam tubuhnya menyadari hakikat kebenaran yang manunggal, kenapa mencari keluar. Hanya siang dan malam menyelam ke dalam pikiran, ke dalam hati untuk mencapai pencerahan.



Di dalam **Sutra Shurangama** (*Sow Leng Yen Cing*), disabdakan: Buddha bersabda sebab rahasia Tathagata mengajarkan mengembangkan pencerahan memasuki hati dan hakikatsejati di bagi tiga tahapan: 1. Menghancurkan khayalan menampakkan kebenaran, menghancurkan khayal hati menampakkan hakikat kebenaran sejati; 2. Khayalan juga kebenaran, semua khayalan tiada bukan juga kebenaran; kegalauan adalah kebodhian, lahir mati adalah Nirvana. 3. Khayalan dan kebenaran sama-sama khayal, kebenaran pun dikategorikan khayalan, tiada benar tiada bukan benar, harusnya kebenaran dan khayalan dua-duanya di lepaskan (tidak diingat).

Di dalam **Sutra Kesadaran Sempurna** (*Yen Cie Cing*), Buddha bersabda: semua Tathagata yang memiliki keajaiban pencerahan hati yang sempurna, pada dasarnya tiada Bodhi, tiada Nirvana, juga tiada yang mencapai Buddha atau tidak mencapai Buddha, tiada khayalan tumimbal lahir atau bukan tumimbal lahir. (*maksudnya karena adanya berbagai penyakit makhluk maka segala obat dibutuhkan; Karena adanya bahaya dibutuhkan keselamatan; adanya khayal dibutuhkan kebenaran, adanya 'diri' sehingga dijabarkan tanpa diri. Karena manusia masih butuh sensasi, mudah terpesona dan melekat kepada 'dualitas' maka dibutuhkan Upaya Kausalya, berbagai Dharma dualitas dijabarkan. Realitanya tidak melihat satu dharma adalah pandangan benar, tidak ada satu dharma yang dapat dimiliki itulah pikiran benar. Di dalam mimpi jeles-jelas ada enam alam, setelah cerah kosong juga kosong tiada maha chilicosmos.; Pencerahan Huineng Patricah ke enam pernah menulis : Bodhi hakikatnya tiada pohon; Cermin terang tidak berbingkai, pada dasarnya tiada apapun, dimanakah ada debu rintangan?)*

Bagaimana semua makhluk menyelamatkan dirinya sendiri dan menolong makhluk lain?

Hyang Buddha dengan penuh welas asih mengharapkan siswa maupun umatnya jangan khayal, terjebak dan melekat kepada dharma duniawi yang mengalami timbul-lenyap, bertambah-berkurang, kotor-murni yang terlihat sebagaimana adanya. Sebaliknya mengajarkan semua Dharma (termasuk dharma duniawi) adalah realita kekosongan benar, dasarnya tiada timbul-lenyap, tiada bertambah-berkurang, tiada kotor-murni. Kebenaran Hakikat Buddha tiada timbul-lenyap, tiada kotor-murni, dan tiada bertambah-berkurang. Hakikat Buddha adalah non dualitas; karena itu abadi, benar, nyata dan tidak palsu. Di dalam **Sutra Fang Ten Cing**, Buddha bersabda: tidak timbul pun tidak lenyap, tidak permanen pun tidak lenyap, tidak sama pun tidak berbeda, tidak datang pun tidak pergi. Hakikat Buddha adalah saat mencapai arya kesucian tidak bertambah, saat fana tidak berkurang. Hakikat Buddha adalah maha besar tidak diluar, kecil tidak di dalam. Ia dapat menjadi besar maupun kecil, membesar seluas angkasa raya, tidak terlihat bertambah walau satu bagian; ia bisa kecil seperti serangga, semut atau bakteri juga tidak berkurang satu bagian pun. Hakikat Buddha sungguh sangat gaib dan tidak terbatas.

Guru Zen Patriach ke enam Master Hui-neng mengatakan: semua akibat kondisi berasal dari sebab perilaku, semua tingkah laku berasal dari pikiran. Beliau menganjurkan **“Gunakan jati dirinya untuk menolong dirinya sendiri”** (自性自度). Yaitu: “Pikiran sesat datang di ditaklukkan oleh kebenaran; Pikiran khayal di ubah oleh pencerahan; Pikiran bodoh digantikan oleh kearifan; Pikiran jahat dikalahkan oleh kebajikan”; Kondisi sesat-benar, khayal-cerah, bodoh-arif, jahat-bajik, bagaimana cara menilainya dan memutuskannya? Ajaran Buddha sudah menegaskan: bahwa keserakahan, kebencian dan kebodohan adalah tiga racun sesat, sedangkan sila, samadhi, dan prajna (kearifan) adalah tiga praktik benar; Hati khayal menciptakan khayalan rupa (terjebak sensasi memunculkan fantasi, dan melekat kepada semua bentuk dan kondisi), saat pencerahan tidak ada sesuatu pun yang didapat; Orang bodoh memenjarakan dirinya sendiri sedangkan orang arif membebaskan diri; Kejahatan melukai banyak makhluk lain dan mencederai dirinya sendiri; sedangkan kebajikan menyelamatkan dirinya sendiri dan menolong makhluk lain. Saat bodoh dibutuhkan figur guru untuk membimbing, saat cerah diri sendiri harus berusaha. Hanya gunakan jati dirinya sendiri untuk menyelamatkan dirinya sendiri, para guru hanya membimbing dan tiada makhluk lain yang dapat menyelamatkannya.





Master Hui-neng bersabda: Mana terpikirkan bahwa hakikat jati diri dasarnya sudah murni; Mana terpikirkan hakikat jati diri dasarnya tidak timbul tidak lenyap; Mana terpikirkan hakikat jati diri tidak tergerakkan; Mana terpikirkan hakikat jati diri dapat menciptakan ribuan Dharma. Kearifan Bodhi dan Prajna, orang fana dasarnya sudah memiliki, dikarena hatinya khayal sehingga tidak mampu menyadarinya. Orang-orang fana setiap harinya mulutnya hanya melafalkan prajna, tapi tidak menyadari hakikat jati dirinya adalah Prajna, bagaikan berbicara makan tentu tidaklah kenyang. Mulutnya hanya saja membicarakan Sunyata (kekosongan) tapi tidak menyelami sehingga puluhan ribu kalpa tidak dapat menampakkan jati diri. Semua prajna kearifan muncul asalnya dari jati diri bukan berasal dari luar. Hakikat Buddha dasarnya tidak berbeda, karena adanya kondisi khayal dan cerah sehingga nampaknya berbeda. Pikiran tidak cerah Buddha menjadi makhluk; Saat pikiran cerah makhluk adalah Buddha, perlu dipahami ribuan Dharma semua berasal dari hati sendiri, kenapa bukan menjurus ke hati seketika menampakkan kedemikianan jati diri?

Menyadari dasarnya hati intinya sudah terbebaskan. Bila sudah terbebaskan seketika menghasilkan prajna samadhi. Hati, Buddha dan semua makhluk hakikatnya tidaklah berbeda. Semua makhluk dan para Buddha dasarnya sama tidak diperlukan lagi penciptaan, intinya keselamatan sudah ada. Dikarena pikiran khayal, kemelekatan dan pikiran jungkir-balik sehingga tergerus menciptakan sebab akibat sehingga terbenam dalam siklus tumimbal lahir. Hanya dengan melepaskan tiga penyakit utama para makhluk maka semua potensi Kebuddhaan bisa diperoleh.

Asalkan ia memahami hati dan jati-dirinya sendiri, mengatasi masalah tubuh dan hatinya, menatahati dan menetralsir kondisinya, mengembalikan dasar hatinya yang memiliki Hakikat Kebuddhaan. Memang berbicara teori begini mudah tapi praktiknya memang sulit, karena hati diumpamakan sebagai monyet dan pikiran bagaikan kuda liar sungguh sulit dikendalikan. Hanya orang-orang yang kuat, gigih dan teguh saja dapat mengalahkan hatinya dan menaklukkan kondisinya saja yang dapat keluar dan terbebas dari gemuruhnya batin dan gemerlapnya kondisi yang membiuskan. Dalam Sutra Intan bagaikan menaklukkan hati? Pikiran liar yang berkelana, berubah-ubah dan gelap mampu di arahkan, di fokuskan dan di sunyakan. Sutra Shurangama menjelaskan: "Pikiran liar bisa ditaklukkan adalah Kebodhian" (*pikiran yang bisa difokuskan/manunggal, tiada urusan yang tidak bisa dilakukan*). Seorang praktisi saat gunakan hati harus dalam keadaan sadar dan fokus, saat pikiran cerah realitanya tiada apapun. Kemampuan untuk menaklukkan hati, khayalan yang sudah ditaklukkan kedua-duanya sudah ditanggalkan, manusia dan dharma sudah dilupakan, inilah hati tidak melekat kepada sesuatu apapun.

Berpikir mau melenyapkan khayal pasti tidak berhasil, kerena pikiran khayal maupun pikiran cerah adalah dualitas dari pemikiran, tanpa pemikiran maka tiada dualitas kondisi. Hanya saja pikiran khayal itu praktiknya bisa di rubah, merubah kesadaran menjadi kearifan, merubah kejahatan dengan kebajikan, merubah kesesatan dengan kebenaran.

Pengertian dan Makna BUDDHA

Kata "Buddha" berarti 'Yang Maha Sadar' atau 'Yang Tercerahkan Secara Sempurna'. Sesosok Buddha sebelumnya adalah seorang manusia seperti kita, yang berhasil mencapai puncak tertinggi pengembangan spiritual, melalui pemurnian dan pengendalian pikiran, mencapai penyempurnaan tertinggi yang juga dimungkinkan bagi siapa saja. Selain itu Buddha adalah manusia yang telah menyadari kebenaran mutlak secara sempurna juga mencapai paramita kebajikan yang sempurna.

Di dalam **Paritta Buddhānusati**, dijelaskan: Sang Bhagava(Kesempurnaan Buddha) adalah:

1. Yang maha suci; 2. Yang telah mencapai penerangan sempurna; 3. Sempurna pengetahuan serta tindak tanduknya; 4. Sempurna menempuh jalan ke Nibbana; 5. Pengenal segenap alam; 6. Pembimbing manusia yang tiada taranya; 7. Guru para dewa dan manusia; 8. Yang Maha Sadar; 9. Yang patut dimuliakan.

Kembangkan benih Kebuddhaan dalam diri kita masing-masing, dijabarkan secara sederhana sebagai berikut: 1. Menyadari benih Kebuddhaan; 2. Mengembangkan benih Kebuddhaan; 3. Mengembangkan sifat-sifat Kebuddhaan; 4. Mengembangkan Potensi Kebuddhaan; 5. Menapak jalan Kebuddhaan; 6. Mencapai Tujuan jadi Buddha. Penjelasan singkatnya diuraikan sebagai berikut:

1. Menyadari benih Kebuddhaan, Setiap makhluk harus menyadari pada hakikatnya Buddha dan aku adalah manunggal, Sifat Mula adalah Buddhata. Karena selama ini kita mengabaikan



Buddhata-nya sendiri, hanya gunakan 'khayal aku dan diri' sehingga cenderung mengejar harta di luar diri kita, yang bersifat semu, maya dan tidak berlangsung lama. Sehingga kita mengabaikan mustika yang sejati yang berada di dalam diri kita, yaitu: 'Benih Kebuddhaan'. Karena ketidak tahuan maka selama ini kita telah menelantarkan 'Benih Kebuddhaan' sehingga kita hidup bergelimang dengan keserakahan, kebencian dan kebodohan akibatnya hidup sengsara, dipermainkan kondisi dan terhanyut oleh banjir nafsu dan terbenam dalam arus kelahiran dan kematian di roda tumimbal lahir. Sekarang harus kita menyadari 'Benih Kebuddhaan', yaitu: dimata bisa melihat, di telinga bisa mendengar, di hidung bisa merasakan bebauan, di mulut bisa merasakan cita rasa; di tubuh bisa merasakan sentuhan, dipikiran bisa penyadaran. Benih Kebuddhaan ini bisa dirasakan tapi tidak terlihat, menggunakan setiap saat tapi tidak menyadari. Karena kebodohan sehingga menelantarkan.

Walau setiap makhluk memiliki 'Benih Kebuddhaan', tapi karena masih diliputi tataran kegelapan dan kekotoran batin sehingga ada beberapa jenis sebutan 'Gelar Kebuddhaan', diterangkan di dalam aliran **Lotus (Tian Tai Cung)** sebagai berikut:

- a. Kita dan semua makhluk dalam hatinya memiliki 'Hakikat Kebuddhaan' yang disebut '**Kebenaran Buddha**' (理即佛/Li Ci Fo).
- b. Tahap awal belajar dan praktik agama Buddha, sesudah mengerti kebenaran, mengembangkan hati dan melakukan Buddhasmrth (Nien-Fo), untuk dilahirkan di Tanah Suci, disebut '**Sekedar Nama Buddha**' (名字即佛/Ming Ce Ci Fo).
- c. Rajin mempraktikkan Nienfo dan membina diri, mengendalikan Pandangan dan Pikiran Galau (Cien Se El Huo), praktiknya sudah mencapai tahapan sebagian disebut 'Perenung dan Praktisi Buddha' (观行即佛/Kuan Xing Ci Fo).
- d. Nienfo sudah mencapai tingkatan melenyapkan 'Pandangan dan Pikiran Galau', hati sudah mencapai kemanunggalan, tidak ada lagi kekacauan masalah, disebut 'Perwujudan Bagaikan Buddha' (相似即佛 / Xiang Se Ci Fo)
- e. Nienfo sampai mencapai penghancuran kebodohan (avidya/Wu Ming), mencapai kebenaran hati yang manunggal, disebut "**Menapak Pencerahan Buddha** (分证即佛/Fen Cen Ci Fo)
- f. Terakhir, kegelapan batin sudah lenyap total, dua jenis kematian (1. Fen Tuan Sen Se, fisik yang mengalami kelahiran dan kematian yang berulang; 2. Pien Yi Sen Se, pikiran yang mengalami timbul lenyap atau lahir mati yang berulang) selamanya sudah Sunya (kosong), mencapai puncak tertinggi Gunung Nirvana, disebut '**Sempurnanya Buddha**' (究竟即佛/Ciu Cing Ci Fo)

2. **Mengembangkan benih Kebuddhaan**, Benih Kebuddhaan yang belum dikembangkan diibaratkan seperti seorang bayi yang bergelimang dengan kotoran, tentu membutuhkan bantuan untuk membersihkan kekotoran, perlu diberikan bimbingan dan perlindungan dari Sang Triratna, Buddha, Dharma dan Sangha. Untuk mengembangkan 'Benih Kebuddhaan' maka pikiran, ucapan dan perbuatan harus selaras dan dilatih, ke dalam sunya (kosong) dan keluar berkebajikan. Sedangkan hati harus mengingat Buddha, memuliakan nama Buddha, dan rajin berdana kepada Buddha, yang diwujudkan mata senang melihat ciri keagungan Buddha; Telingga selalu mendengarkan ajaran Buddha; Hidung selalu merasakan wanginya kebajikan Buddha; Mulut selalu memuliakan nama Buddha, Tangan selalu berdana kepada Buddha; Tubuh selalu bernamaskara kepada Buddha, pikiran selalu mengingat kepada Buddha, maka Benih Kebuddhaan akan terus tumbuh berkembang, dan menampakkan. *Di dalam Sutra Shurangama di sabdakan: dua corak, gerak dan sunyi tidak dimunculkan maka Benih Kebuddhaan akan muncul. Tidak ada gagasan, hasrat, agresi dan khayal dualitas subyek dan obyek maka Benih Kebuddhaan kita mencuat.*

3. **Mengembangkan sifat-sifat Kebuddhaan**, sifat-sifat Kebuddhaan adalah terang cerah tidak gelap bodoh. Benar tidak sesat. Suci tidak ternoda. Mengembangkan sifat-sifat Buddha selanjutnya adalah Prajna kebijaksanaan, Maitri cinta kasih, Karuna belas kasih, Mudita kegembiraan dan Upeksha keseimbangan batin yang dikembangkan terus menerus ke atas untuk mencapai tingkatan Kebuddhaan, ke bawah untuk menolong semua makhluk. Selain itu, praktisi harus mengembangkan lima jenis Bodhicitta, yaitu: 1. Mengembangkan hati Bodhicitta; 2. Pengendalian hati Bodhicitta; 3. Memahami Hati Bodhicitta; 4. Sunyakan Hati Bodhicitta; 5. Sempurnaan hati Bodhicitta. Juga harus mengembangkan sifat-sifat luhur Bodhisattva, yaitu: 1. Memberikan kegembiraan; 2. Memberikan harapan; 3. Memberikan kemudahan; 4.



Memberikan bantuan kepada semua makhluk yang membutuhkan. *“Kebodhian dasarnya adalah Hakikat Jati Diri, Hakikat Jati Diri yang murni adalah Kebodhian, bukan adanya ciri Kebodhian yang dapat dilatih, juga tiada corak Kebodhian yang dapat dibentuk”.*

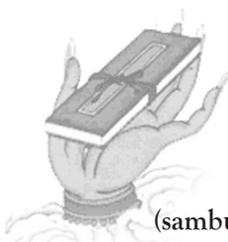
4. **Mengembangkan potensi Kebuddhaan**, setiap makhluk mempunyai potensi Kesadaran Buddha, yaitu melalui pengembangan Lima Kesadaran, Yaitu: 1. Kesadaran inti; 2. Kesadaran awal; 3. Kesadaran dalam bentuk; 4. Kesadaran berkembang; 5. Kesadaran sempurna. Ragamnya kesadaran ini dikembangkan terus menerus, melalui praktik Sad Paramita, yaitu: 1. Dana (kebajikan memberi); 2. Sila (pengendalian); 3. Khanti (ketabahan); 4. Virya (semangat); 5. Samadhi (ketenangan); 6. Prajna (kearifan bodhi). Sad Paramita adalah sumber Kebodhian, untuk mencapai hati suci dan karya gemilang, yang dapat menuntun kita untuk mencapai kesempurnaan. Bila Sad Paramita selalu dipraktikkan secara berkesinambungan, tidak kacau, tidak ragu, dan tidak mundur lagi, maka diyakini kita telah mengembangkan potensi Kebuddhaan kita.
5. **Menapak jalan Kebuddhaan**; Jalan Kebuddhaan banyak beragam, ada yang sulit ada yang mudah. Ada yang mengandalkan kekuatan diri sendiri saja, ada pula yang mengandalkan kekuatan diri sendiri dan ikrar Buddha. Tentu mengandalkan sendiri adalah mulia, tapi sangatlah sulit di jaman kemerosotan Dharma sekarang ini, begitu banyak gangguan dan rintangan, baik bermula dari dalam diri sendiri maupun gangguan dari pihak luar. Lagipula memerlukan waktu yang sangat panjang untuk mencapai tingkatan Kebuddhaan. Sedangkan yang mengandalkan kekuatan diri sendiri sekaligus mengandalkan dan memasuki ikrar agung Buddha, maka segala gangguan dan rintangan menjadi reda bahkan sirna, juga waktu berlatih tidak lama, sekarang dibimbing dan dilindungi oleh Buddha secara tidak terlihat, kelak setelah wafat dijemput oleh Buddha untuk memasuki surga Buddha, selanjutnya di bimbing dan dilindungi langsung oleh Buddha untuk menjadi Buddha.
6. **Mencapai tujuan jadi Buddha**. ajaran utama Hyang Buddha hanya ada tiga, yaitu: Jangan berbuat bodoh dan jahat; Sempurnakan segala kebajikan; Sucikan hati dan pikiran, praktikanlah ajaran para Buddha. Ajaran utama Buddha ini harus dipraktikkan secara menyeluruh, tidak sepenggal-sepenggal. Bila sepenggal-penggal akan berdampak perbedaan kualitas Kebuddhaannya. Untuk mencapai tingkatan Kebuddhaan maka seseorang praktisi harus melenyapkan ‘Tiga Kebodohan’, yaitu: 1. Kebodohan pandangan dan pikiran (Cien Se Ol Huo); 2. Kebodohan kegelapan batin (Wu Ming Huo); 3. Kebodohan menyeluruh (Chen Sa Huo). Seseorang mau jadi Buddha, maka ia harus sadar, mampu menyadarkan makhluk lain, dan praktik menyadarkan sudah sempurna baru bisa jadi Buddha, dan masih banyak lagi kualitas-kualitas yang harus dimiliki praktisi untuk mencapai Kebuddhaan. Dalam ajaran Mahayana, bila seseorang mau mencapai tujuan jadi Buddha, ia harus menapak lima puluh dua tingkatan Bodhisattva, dimulai dari: Sepuluh tingkatan keyakinan; Sepuluh tingkatan kemantapan; Sepuluh tingkatan pelaksanaan; Sepuluh tingkatan pengembangan jasa; Sepuluh tingkatan Dasa Bhumika; Satu tingkatan calon Buddha, dan terakhir Satu tingkatan mencapai Kebuddhaan.

‘Kembali ke asal jati-diri (Hakikat Kebuddhaan) tiada dualitas, tetapi metodenya praktiknya banyak; tidak tertuju kepada Hakikat Kebuddhaan, tidak ada tempat berlindung yang sejati’. “Tidak terang terhadap dasar sejati Hakikat Kebuddhaan, adalah Buddha menjadi makhluk fana. Saat hati manunggal dan cerah, makhluk fana adalah Buddha. Sepuluh ribu jenis hati semua berada di hati sendiri, seharusnya dari hati sendiri langsung melihat Tathagata-garbha”.

Demikianlah artikel yang bertemakan “Kembangkan Benih Kebuddhaan Dalam Diri Kita Masing-masing” dibuat untuk dipahami, dihayati, diamalkan dan disebarkan, agar kita semua dapat membangun kesadaran, kebijaksanaan serta kebajikan umat manusia. Mari kita semua “Kembangkan Benih Kebuddhaan Dalam Diri Masing-masing, agar di bumi ini makin banyaknya bermunculan Bodhisattva yang menyempurnakan segala paramita di dunia, sekarang menjadi calon Buddha dan kelak bakal jadi Buddha di muka bumi ini untuk membimbing dan melindungi semua makhluk, tentu harapannya agar dunia bisa damai dan harmonis kembali. Akhir kata semoga semua makhluk mengembangkan kearifan dan memperoleh kebahagiaan, svaha. Salam kasih Amitufo

Orang yang baik ialah orang yang bisa malu jika perkataannya melebihi perbuatannya atau perkataannya tidak sesuai dengan perbuatannya.

Orang yang malas berfikir adalah fanatik, orang yang tidak dapat berfikir adalah dungu, sedangkan orang yang tidak mau berfikir tentang sesuatu adalah budak.



Shurangama Sutra 楞嚴經

Di terjemahkan dari Mandarin ke Bahasa Inggris oleh Upasaka Charles Lu K'uan Yu
Alih bahasa oleh dr.Djauheri



(sambungan dari edisi sebelumnya)

Elemen angin

'Ananda, elemen angin tidak memiliki bentuk dan bisa bergerak atau diam. Sewaktu anda mengikuti suatu pertemuan dan mengatur jubahmu, tepi jubah itu (kadang-kadang) menyapu temanmu yang berada di sampingmu, dan mengganggu udara di sekitarnya yang mengipas mukanya. Apakah angin ini berasal dari tepi jubahmu, atau dari kehampaan ataukah itu berasal dari muka orang tersebut?'

'Ananda, jika itu berasal dari tepi jubahmu, seharusnya yang terakhir haruslah meninggalkan tubuhmu (untuk menyapu muka orang tersebut). Sewaktu saya memberikan khotbah Dharma di sini, tepi jubah saya tidaklah bergerak; di manakah anda bisa menjumpai angin di dalamnya? Ia tidak memiliki tempat persembunyian di mana angin itu bias disampai.'

'Jika angin itu berasal dari kehampaan, mengapa ia tidak mengipas (orang) sewaktu jubahmu dalam keadaan diam? (Lebih lanjut lagi), kehampaan itu permanen dan juga angin tersebut, jadi tanpa adanya angin tidaklah mungkin dijumpai kehampaan. Anda bisa merasakan apabila angin tersebut berhenti berhembus, tetapi indikasi apakah yang ada bila kehampaan itu lenyap? Jika kehampaan itu bisa diciptakan dan dilenyapkan, itu (sebenarnya) tidak bisa menjadi kehampaan, dan jika benar, bagaimana itu bisa menghasilkan angin?'

'Jika angin itu berasal dari muka tetangga sebelahmu, itu seharusnya ikut mengipas dirimu juga; jadi mengapa sewaktu jubahmu mengipasnya, berbalik mengipasmu?'

'Perhatikan semuanya ini baik-baik. Jubah yang anda atur adalah anda, muka yang dikipas adalah bhikkhu yang lain dan kehampaan sebagai ketenangan dan tidak bergerak; jadi di mana angin itu berasal?'

Angin dan kehampaan itu berbeda dan tidak bisa bercampur dan bergabung, sementara angin itu tidak bisa muncul tanpa adanya penyebab. Anda tidak menyadari bahwa dalam kepustakaan Tathagata, angin dan (lawannya) kehampaan berasal dari inti alamiah dan identik satu sama lain, dan bahwa elemen angin itu secara mendasar murni dan suci, mencakup seluruh alam Dharma, dan timbul karena pikiran makhluk hidup yang bisa mengetahui dan membedakan (di antara benda-benda). Jika, Ananda, anda menggerakkan jubah anda, angin kecil akan timbul. Dan jika pergerakan yang sama dilakukan di alam Dharma, akan dijumpai angin di seluruh dunia menurut hukum karma dan bukan hanya di tempat yang dan arah yang ditentukan. Akibat ketidaktahuanlah sehingga menganggap elemen angin ini sebagai sebab, akibat dan "aku" karena kesadaran mereka membedakan dan memisahkan tanpa menyadari bahwa bahasa yang mereka pergunakan tidak mengandung makna sebenarnya.'

Elemen ruang

'Ananda, ruang tidak memiliki bentuk dan dibedakan hanya bila menempati tempat. Kota Sravasti letaknya jauh dari sungai, penduduk dari berbagai kasta, seperti Ksatria, Brahmana, Waisya, Sudra, Bhadra dan Kandala, yang tinggal dan menetap di sana, menggali sumur untuk mencari air. Setiap satu kaki dari tanah digantikan oleh satu kaki ruang, dan sepuluh kaki tanah oleh sepuluh kaki ruang, sehingga kedangkalan atau kedalaman air setiap sumur berhubungan erat dengan sejumlah tanah yang diangkat. Apakah ruang ini berasal dari tanah, dari galian atau dari dirinya sendiri?'

'Ananda, jika ruang timbul sendiri, mengapa sebelum penggalian, ianya tidak terhalang oleh tanah? Mengapa hanya dijumpai tanah tanpa ruang terlihat di dalamnya?'

'Jika ruang berasal dari tanah, seharusnya ia terlihat memasuki tanah sewaktu tanah itu digali. Jika hanya tanah tersebut yang disingkirkan tanpa udara tersebut mengisi sumur tersebut, bagaimana ruang itu bias berasal dari tanah? Jika (tanah) tidak digali dan (ruang) tidak mengisi lobang tersebut, kedua-duanya ruang dan tanah seharusnya sama; jadi mengapa ruang itu digali keluar bersama dengan tanah?'

'Jika ruang berasal dari galian, sewaktu yang sebelumnya dihasilkan oleh yang terakhir, tidak akan ada tanah yang disingkirkan. Jika ruang bukan berasal dari galian, jadi mengapa sewaktu tanah itu digali tampak ruang?'



‘Pikirkan semua ini dan perhatikan bahwa ruang timbul sewaktu seseorang menggunakan tangannya untuk menggali sumur. Oleh karena menggali dan ruang bukan berasal dari kategori yang sama serta tidak dapat bercampur dan bergabung. Sangatlah bodoh bila menganggap bahwa ruang itu timbul sendiri tanpa adanya suatu penyebab. Jika ruang melingkupi secara sempurna dan intinya tidak bergerak, seharusnya anda mengetahui bahwa ruang dan elemen tanah, air, api dan udara - semuanya dikenal sebagai lima elemen, bercampur secara alamiah dan tidak diciptakan dan tanpa akhir dalam kepastakaan Tathagata’.

‘Ananda, oleh karena pikiranmu masih dalam keadaan khayalan, dan tidak menyadari (identitas) sebenarnya dari empat elemen dalam kepastakaan Tathagata, seharusnya anda memahami ruang tersebut dan mengamatinya apakah ruang itu datang dan pergi, atau tidak datang dan tidak pergi. Anda tidak mengetahui bahwa dalam kepastakaan Tathagata, Bodhi dan (lawannya) kehampaan timbul dari diri alamiah dan identik satu sama lain, karena elemen ruang pada dasarnya murni dan suci, mencakup semuanya dan timbul oleh karena pikiran makhluk hidup yang bisa mengetahui dan membedakan (benda-benda). [The ten quarters], Ananda, adalah seperti halnya kaleng kosong yang diisi dengan ruang menurut hukum karma, dan tidak memiliki tempat dan arah tersendiri. Akibat ketidaktahuanlah sehingga menganggapnya sebagai sebab, akibat dan “aku” karena kesadaran mereka membedakan dan memisahkan tanpa menyadari bahwa bahasa yang mereka pergunakan tidak mengandung makna sebenarnya’.

Elemen persepsi

‘Persepsi tidaklah mengetahui segala sesuatu melalui dirinya sendiri, dan bermanifestasi melalui bentuk dan kehampaan. Seperti halnya sekarang anda berada di taman Jetavana, anda melihat terang pada pagi hari dan gelap pada sore hari. Pada malam hari, terang akan dijumpai apabila bulan bersinar dan gelap apabila bulan tidak bersinar. Terang dan gelap ini dibedakan oleh penglihatan, (tetapi) apakah penglihatan tentang terang, gelap, dan kehampaan ini berasal dari alamiah yang sama atau tidak? Apakah sama atau berbeda satu sama lainnya?’

‘Ananda, jika penglihatan tentang terang, gelap atau kehampaan ini berasal dari alamiah yang sama, (kita akan dapat) bahwa sewaktu terang dan gelap bergantian, dan sewaktu timbul yang satu yang lain lenyap, maka jika penglihatan itu melihat kegelapan, ia seharusnya lenyap apabila dijumpai terang dan sebaliknya. Apabila penglihatan lenyap dalam kedua kasus di atas, mengapa terang dan gelap masih terlihat? Apabila mereka berbeda, ini artinya bahwa penglihatan itu tidak bisa diciptakan dan dilenyapkan : jika demikian, bagaimana mungkin penglihatan itu sama alamiahnya seperti terang dan gelap?’

‘Jika penglihatan itu tidak sama alamiahnya dengan terang dan gelap, coba pikirkan jawabannya apabila bagaimana rupa penglihatan ini apabila terpisah dari keadaan terang, gelap dan kehampaan, dan tanpa mampu melihat seperti rambut dari seekor kura-kura dan tanduk dari seekor kelinci’.

‘Jika terang, gelap dan kehampaan berbeda, di manakah letak penglihatan tersebut? Oleh karena terang dan gelap adalah dua keadaan yang bertolak belakang, bagaimana mungkin penglihatan itu seimbang dengan mereka? Jika tidak adanya penglihatan tanpa adanya keadaan terang, gelap dan kehampaan, bagaimana ia bisa membedakannya?’

‘Jika anda mencoba untuk memisahkan kehampaan dari penglihatan, kamu tidak akan mendapatkan batasannya; jika demikian, mengapa mereka bukan benda yang sama? Sewaktu anda melihat terang dan gelap, penglihatanmu tidaklah berubah; jadi mengapa ia tidak bias dibedakan dari mereka?’

‘Jika anda amati dengan baik-baik tentang ini semua dan memeriksanya berulang-ulang, anda akan mendapatkan bahwa terang timbul dari sinar matahari, gelap timbul apabila tidak adanya bulan bersinar pada malam hari, kejelasan dari angkasa luar dan hambatan dari bumi; jadi dari manakah asal dari inti penglihatan? Oleh karena penglihatan dapat membedakan sedangkan kehampaan tidak, mereka tidak dapat bercampur dan bergabung. Dan kita tidak bisa mengatakan bahwa inti dari penglihatan itu tidak berasal dari suatu sumber apapun’.

‘Seharusnya anda mengetahui bahwa persepsi penglihatan dan pendengaran itu semuanya menyebar dan secara mendasar tidak berubah, dan tidak terbatas di angkasa yang tidak bergerak, seperti halnya pergerakan dari elemen-elemen (penyerta seperti) tanah, air, api dan angin - kesemuanya disebut sebagai enam elemen,

bercampur secara alamiah dan merupakan dasar dari yang tidak tercipta dan tidak berakhir dari kepustakaan Tahtagata’.

‘Anda tergilagila oleh alam dan tidak mengerti bahwa penglihatan, pendengaran, perasaan dan pengetahuan secara mendasar berasal dari kepustakaan Tathagata. Anda seharusnya memeriksa secara teliti dan melihat apakah mereka berhubungan dengan kelahiran dan kematian, jika mereka merupakan satu atau banyak, jika mereka berkaitan bukan dengan kelahiran maupun kematian dan jika mereka bukanlah satu ataupun banyak’.

‘Anda tidak mengetahui bahwa di dalam kepustakaan Tathagata, penglihatan alamiah diri sendiri pada dasarnya adalah persepsi penerangan yang suci dan murni, mencakup semua alam Dharma dan muncul karena pikiran dari makhluk hidup mengenal dan membedakan (antara benda-benda). Seperti halnya penglihatan yang menyebar ke seluruh alam Dharma, pendengaran, penciuman, pengecapan, dan perabaan seperti halnya aktivitas dari tubuh dan pikiran memiliki sifat yang menakjubkan yang bersifat universal dan murni, maka tidak berada di suatu tempat atau arah yang tertentu. Mereka muncul berdasarkan hukum karma, tetapi mereka yang mengabaikan keduniawian berpikir salah bahwa mereka itu adalah sebab, akibat dan akibat dari diri.yang demikian. Oleh karena kesadaran mereka membedakan dan mendiskriminasi dan tidak mengetahui bahwa bahasa mereka tidaklah memiliki arti sebenarnya’.¹

¹ Hal ini menunjukkan bahwa elemen Persepsi pada dasarnya meliputi alam Dharma. Hal ini merupakan salah satu ciri dari tiga alaya (pembuktian diri, persepsi, dan bentuk) dan inilah yang disebut sebagai inti penglihatan. Hal ini merupakan yang tidak diketahui yang pada dasarnya merupakan kebijaksanaan yang murni suci, yang sempurna dan berada semua pertentangan dan kerelatifan. Di bawah delusi, hal ini menjadi penglihatan salah dan terpaku dengan objek-objek ilusi, seperti bentuk dan kehampaan. Oleh karena hal ini secara mendasar bersifat sempurna, Sang Buddha menggunakan terang, gelap dan kehampaan dan konsep (keduniawian) tentang kesatuan dalam perbedaan untuk mengungkapkannya.

Elemen kesadaran

‘Ananda, kesadaran tidak memiliki sumber, dan merupakan (ilusi) yang timbul dari enam organ-organ data dan organ-organ indera. Pahamiilah penyatuan suci ini dan berputarlah untuk menyaksikan kehadirannya; matamu seperti halnya sebuah cermin yang tidak dapat melihat adanya perbedaan sewaktu kesadaranmu sebaliknya melihat kehadiran Manjusri, Purnamaitrayaniputra, Maudgalyayana, Subhuti, Sariputra (dan lain-lain). Apakah kesadaran ini berasal dari persepsi, bentuk atau kehampaan, ataukah itu (timbul) secara tiba-tiba tanpa adanya suatu sebab?’

‘Ananda, jika kesadaranmu timbul dari penglihatan (persepsi)mu, maka jika dalam keadaan tanpa adanya terang, gelap, bentuk dan kehampaan, maka tidak akan ditemukan penglihatan tersebut, dan sewaktu tidak ditemukan persepsi, bagaimana ia dapat menciptakan kesadaran?’

‘Jika kesadaranmu timbul dari bentuk – yakni bukan dari persepsi, maka, sewaktu terang dan gelap tidak tampak, maka tidak akan ditemukan bentuk ataupun kehampaan; jadi bagaimana bisa bentuk yang tidak nyata bisa menciptakan kesadaran?’

‘Jika kesadaran itu timbul dari kehampaan – yakni bukan dari bentuk maupun persepsi, tanpa adanya persepsi mengartikan juga bahwa pemahaman yang menyatakan secara tidak langsung tentang sifat bukan persepsi dari terang, gelap, bentuk dan kehampaan; dan tanpa adanya bentuk merupakan akhir dari semua sebab-sebab luar; jadi, bagaimana bisa penglihatan, pendengaran, perasaan dan pengetahuan itu timbul? Maka tanpa bentuk dan persepsi, kesadaran yang timbul dari kehampaan sama sekali tidak timbul. (Sebaliknya), jika hal ini timbul tanpa adanya objek, apa yang bisa dilihat?’

‘Jika kesadaran itu secara tiba-tiba timbul tanpa adanya suatu sebab, mengapa ia tidak dapat melihat bulan pada waktu siang hari?’ ‘Sekarang perhatikan secara baik-baik tentang semuanya ini; penglihatan (persepsi)mu bergantung pada pupil dari matamu yang kontak dengan objek-objek luar yang mana “ada” jika ada bentuk dan “tidak” jika tidak ada bentuk. Kesadaran timbul dari empat sebab (yakni penglihatan, mata, bentuk dan kehampaan), tetapi yang mana dari kesemuanya itu yang menciptakan kesadaran? Oleh karena kesadaran selalu bergerak (untuk membedakan) sedangkan persepsi tetap (oleh karena it tidak membedakan), mereka tidak dapat bersatu dan bercampur satu sama lain. Pendengaran, perasaan, pengetahuanmu memiliki kategori yang sama (seperti penglihatanmu), tetapi kesadaranmu seharusnya masih memiliki suatu sumber.’

'Jika kesadaran timbul tanpa suatu apapun, seharusnya anda mengetahui bahwa persepsi (sebagai alat dari) penglihatan, pendengaran, perasaan, dan pengetahuan menyebar ke mana-mana dan timbul bukan dari suatu sumber apapun. Tambahan lagi, dengan ruang angkasa, tanah, api dan udara, mereka disebut sebagai tujuh elemen, yang pada dasarnya mereka nyata dan bercampur (secara bebas), menjadi kepustakaan Tathagata yang tidak diciptakan dan tanpa akhir.'

'Ananda, oleh karena pikiranmu belum masih terganggu, anda tidak menyadari bahwa penglihatan dan pendengaran yang menimbulkan kesadaran, pada dasarnya berasal dari kepustakaan Tathagata. Seharusnya anda memahami kesadaran di dalam Enam Jalan Masuk dan melihat apakah mereka sama atautkah berbeda, nyata atau tidak, bukan sama ataupun berbeda, dan bukan nyata ataupun tidak. Oleh karena anda tidak menyadari bahwa dalam kepustakaan Tathagata kesadaran alamiah diri ini adalah penerangan dasar dari Bodhi yang melingkupi dan menyebar ke seluruh alam Dharma, adalah tidak untuk (ditemukan) di suatu tempat atau arah tertentu dan timbul berdasarkan hukum karma. Mereka yang mengabaikan keduniawian berpikir salah bahwa hal ini merupakan sebab, akibat dan berhubungan dengan diri yang demikian, menurut cara di mana kesadaran mereka membedakan dan mendiskriminasi sementara mereka tidak mengetahui bahwa bahasa yang mereka pergunkan itu tidak memiliki arti sebenarnya.'¹

PEMAHAMAN ANANDA DIUNGKAPKAN DALAM GATHA-NYA

Setelah mendengar arahan Sang Buddha yang mendalam, Ananda dan anggota Sangha lainnya menyadari bahwa tubuh dan pikiran mereka sekarang telah bebas dari segala hambatan. Masing-masing mereka mengerti bahwa pikiran diri mereka menyebar ke sepuluh penjuru angkasa yang mereka perhatikan dengan jelas seperti halnya sehelai daun yang dipegang di tangan mereka, dan bahwa semua benda adalah Pikiran Bodhi yang sempurna dan menakjubkan. Sewaktu inti Pikirannya melingkupi semua dan mengandung sepuluh penjuru tersebut, dia melihat ke belakang tubuhnya sendiri yang diberikan oleh orang tuanya, yang seperti sekumpulan kecil debu dalam kehampaan yang luas, kadang-kadang kelihatan dan kadang-kadang tidak, dan seperti gelembung udara yang timbul dan lenyap tanpa daya di laut luas tanpa batas. Setelah memahami tentang semuanya ini dengan jelas, mereka semuanya menyadari bahwa pikiran (diri) yang mendasar, mendalam, tetap dan tidak dapat dihancurkan, dan mengatupkan telapak tangan mereka untuk menghormati Sang Buddha dan (berterima kasih kepada-Nya) karena (menjelaskan kepada mereka) apa yang mereka belum pelajari sebelumnya.

Setelah itu, Ananda memuja Sang Buddha dengan gatha berikut:

'Oh Tuhan yang tenang, berkuasa² dan tidak berubah, Pengetahuan Surangama-Mu yang sempurna dan luar biasa, Yang membantu kami untuk membasmi pikiran salah yang telah dipercayai selama beribu-ribu tahun Dan mengajarkan kepada kami bagaimana untuk menyadari tentang Dharmakaya dalam sekejap Sekarang saya akan memenangkan buah dan memperoleh penerangan.

¹Sampai di sini, Sang Buddha mengajarkan tentang bagaimana untuk mengembalikan semua kesalahan menjadi Kenyataan untuk mengungkapkan tentang kepustakaan Tathagata alamiah dan sempurna yang tidak diciptakan dan tanpa akhir.

²'Yang berkuasa' adalah bijaksana dipakai di sini untuk kata Sanskerta 'Dharani' yang berarti 'kuasa tanpa batas atas kebaikan dan keburukan'.

*Untuk monolong makhluk hidup yang tak berhingga seperti pasir di sungai Gangga.
Untuk alam Buddha tanpa batas, saya menyerahkan pikiran mendalam ini
Untuk membayar hutang saya sebagai puji syukur saya atas kebaikan Tuhan.
Dengan hormat sekarang saya memohon dengan sangat kepada Yang Maha Agung untuk mengesahkan
Sumpah saya untuk memasuki kembali lima alam¹ keruh di mana
Jika seorang gagal untuk menjadi Buddha,
Saya akan (segera) meninggalkan hak saya di Nirvana.
O Pahlawan Maha Besar, Yang Berkuasa, Yang Berbelas Kasih Tanpa Batas,
Mohon juga agar dihapuskan delusi akhir saya yang tersembunyi
Sehingga saya segera memperoleh Bodhi yang Sempurna,
Duduk di bodhimandala² di manapun.
Kehampaan akan berakhir,
Tetapi pikiran teguh saya tidak akan ingkari.'³*

¹Lihat halaman ... untuk penjelasan lebih lengkap tentang lima kalpa kekeruhan.

²Duduk di bodhimandala berarti memutar Roda Dharma untuk menyelamatkan makhluk hidup. Bodhimandala adalah suatu tempat suci di mana Dharma diajarkan kepada makhluk hidup agar mencapai penerangan.

³Baris pertama memuja Dharmakaya Sang Buddha yang suci dan murni, dan dengan tenang memenuhi semua fenomena, maka disebut dengan tenang. Inti tubuh ini merupakan elemen dari semua dharma dan memiliki tiga nilai inti : keabadian, kebijaksanaan dan kebebasan yang sangat besar (memegang kendali penuh terhadap kebaikan dan keburukan), maka disebut dengan dominan. Hal ini bersifat universal dan tidak berubah, sehingga disebut dengan yang tidak tergoyahkan.

Ananda biasanya tergantung pada tiga puluh dua tanda-tanda fisik sempurna Sang Buddha yang menyebabkannya bergabung dalam Sangha tanpa mengetahui bahwa Sang Buddha yang dilihatnya sebenarnya tidak nyata; maka dari itu, pikirannya disamakan dengan kesalahan. Setelah mendengar ajaran Sang Buddha, dia sadar akan pikiran benarnya dan mampu untuk memahami Dharmakaya Sang Buddha; maka dia memuja Sang Buddha.

Baris kedua menunjukkan kesadaran Ananda terhadap samadhi Surangama yang mengungkapkan Pikiran Tunggal; maka dia memuja Dharma.

Baris kelima, keenam, ketujuh dan kedelapan menunjukkan bahwa Ananda sekarang telah mengembangkan pikiran Mahayana yang mendalam, mencari penerangan diri sendiri untuk kesejahteraan makhluk hidup, yang hanya merupakan salah satu caranya untuk membalas hutangnya yang besar terhadap kebaikan dari Sang Buddha.

Baris kesembilan, kesepuluh, kesebelas, dan kedua belas menunjukkan bahwa Ananda sekarang telah mengangkat sumpah Bodhisattva untuk membantu semua makhluk hidup tanpa kecuali.

Dua baris terakhir menunjukkan keputusannya tentang pekerjaannya sebagai Bodhisattva, sekarang bahwa dia telah sadar tentang kuasa dari Surangama samadhi yang diajarkan oleh Sang Buddha.

Sampai saat ini, Sang Buddha telah mengajarkan samatha atau pelajaran perenungan tentang segala sesuatu sebagai kehampaan (yakni nomena di dalam keputusannya Tathagata). Pada bab berikutnya, Beliau akan mengajarkan samapatti atau pelajaran perenungan tentang segala sesuatu sebagai ketidakbenaran (yakni fenomena dalam keputusannya Tathagata).

Bagian II: Fenomena dalam Keputusannya Tathagata

PERENUNGAN TENTANG SEGALA SESUATU SEBAGAI KETIDAK-BENARAN (SAMAPATTI)

PIKIRAN TUNGGAL MENJADI SUMBER BAIK

DELUSI MAUPUN PENERANGAN

PURNAMAITRAYANIPUTRA, yang berada dalam kumpulan anggota Sangha tersebut, bangkit dari tempat duduknya, menyingkapkan bahu kanannya, bersujud dengan lutut kanannya, dengan hormat menyatukan kedua telapak tangannya dan berkata kepada Sang Buddha: 'O, Yang Maha Besar dan Yang Termulia, anda telah mengungkapkan pengertian mendalam Tathagata dengan baik kepada semua makhluk hidup. Sang Buddha selalu menyatakan bahwa saya telah melampaui semua manusia di dalam ajaran Dharma, tetapi setelah sekarang saya mendengar suara Dharma-Nya yang berirama dan mendalam, saya seperti seorang tuli (yang berusaha untuk) mendengar suara lalat dan nyamuk yang berada ratusan kaki jauhnya; dia yang tak mampu untuk melihat, masih dapat mendengarkannya. Selain apa yang telah Sang Buddha ajarkan untuk melenyapkan delusi kami, saya gagal untuk mengerti pengertian utamanya yang kesemuanya di luar kemampuan saya. Yang Termulia, (sangatlah beralasan bahwa) mereka yang seperti Ananda yang hanya membuka pikiran mereka tetapi tidak menyingkirkan kebiasaan keduniawian mereka, tidak mampu untuk mengerti tentangnya, tetapi walaupun saya (dan yang lainnya di sini) telah mencapai keadaan di luar aliran lahir-mati, kami masih belum begitu jelas tentang Dharma (yang baru saja) diajarkan oleh Sang Tathagata'.

'Yang Maha Agung, jika semua benda (seperti) organ dan data indera, agregat, jalan masuk dan lapangan indera secara mendasar adalah keputusannya Tathagata yang suci dan murni, mengapa yang terakhir secara tiba-tiba menciptakan pegunungan, sungai, dunia yang maha besar, dan semua bentuk yang timbul dan tenggelam sebaliknya tanpa ada hentinya?'

'Sang Tathagata juga telah menguraikan tentang (elemen-elemen) tanah, air, api, dan angin yang secara mendasar bercampur dan menyebar ke seluruh alam Dharma sehingga mereka tetap ada selamanya. Yang Termulia, jika elemen tanah adalah melingkupi semuanya, bagaimana ia dapat mengandung elemen air? Jika yang terakhir merupakan yang menyebar semuanya, maka tidak akan dijumpai api, jadi bagaimana bias seseorang mengerti bahwa kedua elemen ini menyebar di alam semesta tanpa saling menghancurkan satu sama lain? Yang Maha Agung, sifat dasar dari tanah adalah penuh rintangan, sedangkan luar angkasa adalah kebalikannya;

bagaimana bisa mereka menyebar ke seluruh alam Dharma? Saya benar-benar tidak mengerti. Maukah Sang Tathagata dengan penuh belas kasihan menerangkan kepada saya dan sehingga menghalau alam delusi saya?’

Setelah berkata hal tersebut, dia bersujud dan dengan tidak sabar menunggu ajaran suci-Nya.

Sang Buddha berkata kepada Purnamaitrayaniputra dan seluruh arahat yang berada dalam kelompok tersebut yang telah mencapai keadaan perpindahan samsara dan berada dalam pelajaran lebih dalam : ‘Tathagata sekarang menguraikan secara terperinci tentang Kebenaran yang tinggi dan sukar dipahami sehingga para pendengar dengan pikiran menetap¹ dan arahat yang masih belum menyadari bahwa bukanlah ego ataupun dharma nyata dan siapa yang mencari Kebenaran, akan mengetahui latihan yang sesuai dari keinginan besar dari Mahayana. Dengarlah dengan penuh perhatian apa yang saya uraikan.’

Purnamaitrayaniputra dan kelompok tersebut menunggu dengan tenang suara khotbah Dharma Sang Buddha.

Sang Buddha bertanya : ‘Purnamaitrayaniputra, sekarang anda bertanya mengapa yang mendasar, suci dan murni secara tiba-tiba menciptakan pegunungan, sungai, dan bumi yang besar ini, tetapi apakah anda belum mendengar tentang pernyataan Sang Buddha bahwa Bodhi alamiah (diri sendiri) itu bersifat sempurna dan menerangi dan bahwa bodhi dasar itu menerangi dan sempurna?’²

Purnamaitrayaniputra menjawab: ‘Ya, Yang Maha Agung, saya telah mendengarkannya.’

¹ Yang pikirannya menetap pada pencapaian penerangan sempurna diri sendiri dan bukan berdasarkan perkembangan Bodhisatva.

² Bodhi alamiah diri sendiri mewakili Hakekat yang pada intinya sempurna (yakni bebas dari semua dualitas) dan maka, senantiasa menerangi. Bodhi Dasar mewakili Fungsi yang senantiasa menerangi, dan maka sempurna (yakni bebas dari semua relativitas dan pertentangan).

Bersambung ke edisi selanjutnya... Sumber: Shurangama Sutra, Pustaka Pundarika.

Sumber: Shurangama Sutra, Pustaka Pundarika.

GEMAPUTRA

Konsultan Manajemen & Perpajakan

Jalan Keamanan Raya(d/h Kancil) No. 51 A, Jakarta Barat
Telp.s (021) 6301181 • Fax.s (021) 6300535 • HP: (021) 928 62 961 - 0816 84 1486
Email: b26tan@indosat.net.id • Website: www.konsultangemaputra.com

- ✍ HAK KEKAYAAN INTELEKTUAL (HAKI) ; Hak Cipta, Paten, Merek Dagang, Desain Industri, Desain Tata Letak Sirkuit, Rahasia Dagang
- ✍ PERPAJAKAN ; Perorangan, CV, PT, PD/UD, dan lain-lain
- ✍ PERTANAHAN & BANGUNAN ; Sertifikat Tanah, Balik Nama, IMB, PBB, Peningkatan Hak GB/Pakai menjadi Hak Milik
- ✍ DOKUMEN PRIBADI & PERJALANAN ; KTP, Akta Kelahiran, Akta Perkawinan, ERP/MERP, Naturalisasi (Pewarganegaraan RI), Istri Ikut Suami (WNI, Pasal 7 ayat 1&2), Passport, Dokumen Orang Asing (KITAS/KITAP), dan lain-lain
- ✍ PERDAGANGAN & PERIZINAN ; Pendirian PD/UD/CV/PT, SIUJK, PMA, PMDN, Izin Pariwisata, UUG/HO, Legalisasi PN/Departemen Kehakiman & HAM/Departemen Luar Negeri, Depkes, dan lain-lain
- ✍ PENERJEMAH ; Indonesia-Inggris vv., Indonesia-Mandarin vv., dan lain-lain
- ✍ SURAT KENDARAAN ; STNK - KIR - SIM
- ✍ WEBSITE DESIGN & WEB HOSTING ; (www.namausaha-anda.com)
- ✍ KONSULTASI DAN BANTUAN HUKUM

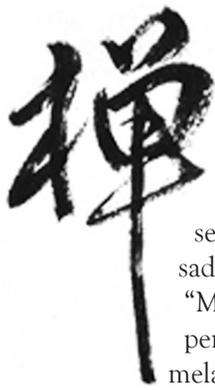


Istana

ITC Mangga Dua
Lt. IV Blok D No. 64
Jl. Mangga Dua Raya
Jakarta 14430

Telp. (+62 21) 62300015





Ajaran Zen Bodhidharma

(oleh Bodhidharma)



Intisari dari Sang Jalan adalah ketidakmelekatan (pelepasan). Dan tujuan dari praktik tersebut adalah kebebasan dari penampilan. Sutra-sutra berkata, Ketidakmelekatan adalah pencerahan sebab menghilangkan penampilan. Kebuddhaan berarti kesadaran. Para fana yang pikirannya sadar meraih Jalan Pencerahan dan dengan demikian disebut sebagai Buddha. Sutra-sutra berkata, "Mereka yang membebaskan dirinya dari semua penampilan disebut sebagai Buddha." Penampilan dari penampilan sebagai tanpa-penampilan tidak bisa dilihat dengan mata namun hanya bisa diketahui dengan melalui kebijaksanaan. Siapapun yang mendengar dan meyakini ajaran ini menaiki Kereta Besar (Mahayana) dan meninggalkan ketiga alam. Ketiga alam tersebut adalah keserakahan, kemarahan dan delusi (kegelapan batin atau khayal). Meninggalkan ketiga alam berarti berpaling dari keserakahan, kemarahan dan delusi, kemudian kembali ke moralitas (sila), meditasi (samadhi) dan kebijaksanaan (prajna). Keserakahan, kemarahan dan delusi tidak memiliki hakikat-sejati dalam dirinya. Mereka tergantung pada yang fana. Dan siapapun yang mampu merefleksi adalah keluar dari batas untuk melihat bahwa hakikat-dasar dari keserakahan, kemarahan dan delusi adalah hakikat-dasar Kebuddhaan. Di luar keserakahan, kemarahan dan delusi tidak ada hakikat-dasar Kebuddhaan yang lainnya. Sutra-sutra berkata, "Para Buddha hanya menjadi Buddha jika hidup dengan ketiga racun dan memeliharanya pada Dharma murni." Ketiga racun adalah keserakahan, kemarahan, dan delusi.

Kendaraan Besar adalah yang terbesar dari semua kendaraan (yana). Ia adalah kendaraan Para Bodhisattva, yang menggunakan segalanya tanpa menggunakan apapun dan yang berpindah terus menerus tanpa berpindah. Yang demikian adalah kendaraan Para Buddha.

Sutra-sutra berkata, "Tanpa kendaraan adalah kendaraan Para Buddha."

Siapun yang menyadari bahwa keenam indera tidak nyata, bahwa kelima skandha adalah fiksi, tidak ada hal demikian yang bisa ditemukan di dalam tubuh, memahami bahasa Para Buddha. Sutra-sutra berkata, "Gua dari kelima skandha adalah aula Zen (Dhyana). Terbukanya mata batin adalah pintu Kendaraan Besar." Apakah yang lebih jelas?

Tidak berpikir apapun adalah Zen. Saat kamu memahami ini, berjalan, berdiri, duduk atau berbaring, apapun yang kamu lakukan adalah Zen. Mengetahui bahwa pikiran adalah kekosongan sama dengan melihat Buddha. Para Buddha di kesepuluh arah tidak memiliki pikiran. Melihat tanpa-pikiran adalah melihat Buddha.

Mengorbankan diri sendiri tanpa penyesalan adalah praktik dana yang terbesar. Melampaui gerak dan diam adalah meditasi tertinggi. Para fana tetap bergerak, dan Para Arahata tetap tenang. Namun meditasi tertinggi berada di atas keduanya, para fana dan Para Arahata tersebut. Orang yang meraih pemahaman demikian membebaskan dirinya dari semua penampilan tanpa usaha dan menyembuhkan semua penyakit tanpa pengobatan. Yang demikian adalah kekuatan dari Zen yang agung.

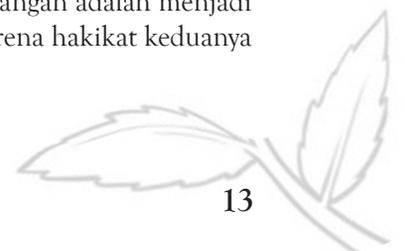
Menggunakan pikiran untuk mencari realitas adalah delusi. Tidak menggunakan pikiran untuk mencari realitas adalah kesadaran. Membebaskan diri sendiri dari kata-kata adalah pembebasan. Kokoh tanpa tercemar oleh debu sensasi adalah menjaga Dharma. Melampaui kehidupan dan kematian adalah meninggalkan rumah.

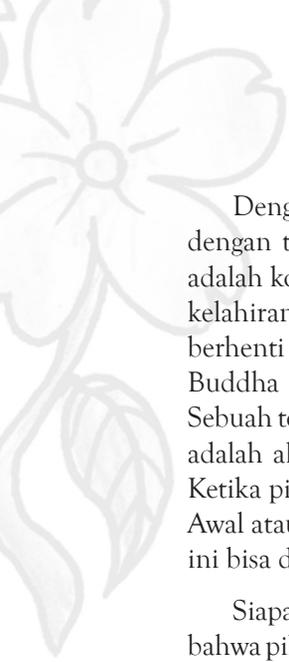
Tanpa menderita akibat keberadaan yang lain adalah mencapai Sang Jalan. Tanpa menghasilkan delusi adalah pencerahan. Tanpa terjebak dalam ketidaktahuan adalah kebijaksanaan. Tanpa penderitaan adalah nirvana, dan tanpa penampilan pikiran adalah pantai seberang.

Ketika kamu masih tercemar, pantai ini ada. Ketika kamu bangun, ia tidak ada. Para fana tetap tinggal di pantai ini. Namun mereka yang menemukan yang terbesar di antara semua kendaraan, tidak tinggal di pantai ini maupun pantai seberang. Mereka mampu untuk meninggalkan kedua pantai. Mereka yang melihat pantai seberang berbeda dari pantai ini tidak memahami Zen.

Delusi berarti kefanatan. Dan kesadaran berarti Kebuddhaan. Mereka tidak sama. Dan mereka tidak berbeda. Hanya manusialah yang memisahkan antara delusi dari kesadaran. Ketika kita terjebak dalam khayal terdapat sebuah dunia untuk melarikan diri. Ketika kita sadar, tidak ada apapun untuk dihindari.

Dalam cahaya Dharma tanpa-bias, para fana tidak berbeda dari para bijak. Sutra-sutra berkata bahwa Dharma tanpa-bias adalah sesuatu yang tidak bisa ditembus oleh para fana dan tidak bisa dipraktikkan oleh para bijak. Dharma tanpa-bias hanya dipraktikkan oleh Para Bodhisattva-Mahasattva dan Para Buddha. Melihat dengan membedakan antara kehidupan dari kematian atau membedakan antara gerak dari ketenangan adalah menjadi bias. Menjadi tanpa bias berarti melihat pada penderitaan tidak berbeda dari nirvana, karena hakikat keduanya adalah kekosongan.





Dengan membayangkan bahwa mereka mengakhiri penderitaan dan mencapai Nirvana Para Arahata berakhir dengan terperangkap oleh Nirvana. Namun Para Bodhisattva mengetahui bahwa penderitaan pada dasarnya adalah kosong, dan dengan tetap dalam kekosongan mereka tetap berada dalam Nirvana. Nirvana berarti tanpa kelahiran dan tanpa kematian. Ia melampaui kelahiran dan kematian serta melampaui Nirvana. Ketika pikiran berhenti bergerak, ia memasuki Nirvana. Nirvana adalah pikiran yang kosong. Ketika delusi tidak ada, Para Buddha mencapai Nirvana. Di mana penderitaan tidak ada, Para Bodhisattva memasuki tempat pencerahan. Sebuah tempat yang tanpa penghuni adalah tempat yang tanpa keserakahan, kemarahan atau delusi. Keserakahan adalah alam dari hasrat-keinginan, kemarahan adalah alam dari wujud, dan delusi adalah alam tanpa-wujud. Ketika pikiran muncul, kamu memasuki ketiga alam. Ketika pikiran berakhir, kamu meninggalkan ketiga alam. Awal atau akhir dari ketiga alam, keberadaan dan ketidakberadaan segala sesuatu, bergantung pada pikiran. Hal ini bisa diterapkan untuk apapun, bahkan untuk benda mati seperti batu dan kayu.

Siapa yang mengetahui bahwa pikiran adalah palsu dan sama sekali tanpa sesuatu yang nyata mengetahui bahwa pikirannya sendiri bukan ada juga bukan tiada. Para fana terus menerus menciptakan pikiran, mengakuinya sebagai yang ada. Dan Para Arahata terus-menerus meniadakan pikiran, mengakuinya sebagai sesuatu yang tiada. Namun Para Bodhisattva dan Buddha tidak menciptakan ataupun meniadakan pikiran. Inilah apa yang dimaksud dengan pikiran itu bukan ada juga bukan tiada. Pikiran yang bukan ada juga bukan tiada itu disebut sebagai Jalan Tengah.

Jika kamu menggunakan pikiranmu untuk mempelajari kenyataan, kamu tidak akan memahami baik pikiran mu ataupun kenyataan. Jika kamu mempelajari kenyataan tanpa menggunakan pikiranmu, kamu akan memahami keduanya. Mereka yang tidak-memahami tidak memahami pemahaman, dan mereka yang memahami, memahami tidak-memahami. Orang yang memiliki penglihatan sejati mengetahui pikiran adalah kosong. Mereka melampaui memahami dan tidak-memahami. Ketiadaan keduanya, memahami dan tidak-memahami adalah pemahaman yang sejati. Melihat dengan penglihatan sejati, wujud bukanlah hanya wujud, karena wujud bergantung pada pikiran. Dan pikiran bukanlah hanya pikiran, karena pikiran bergantung pada wujud. Pikiran dan wujud saling menciptakan dan meniadakan satu sama lain. Apa yang ada menjadi ada terkait dengan yang tidak ada. Dan apa yang tidak ada menjadi tidak ada terkait dengan yang ada. Inilah penglihatan sejati. Dengan melalui penglihatan demikian tiada yang terlihat dan tiada yang tak-terlihat. Penglihatan demikian melampaui sepuluh arah tanpa melihat: karena tidak ada sesuatu yang terlihat; sebab tanpa-melihat adalah melihat; sebab melihat bukanlah melihat. Apa yang para fana lihat adalah khayalan. Penglihatan sejati tak-melekat pada melihat. Pikiran dan dunia adalah bertentangan, dan penglihatan muncul ketika keduanya bertemu. Ketika pikiranmu tidak tumbuh di dalam, dunia tidak muncul di luar. Ketika dunia dan pikiran keduanya menjadi terawang, inilah penglihatan sejati. Dan pemahaman demikian adalah pemahaman sejati.

Tidak melihat apapun adalah mengenali Sang Jalan, dan tidak memahami apapun adalah mengetahui Dharma, karena melihat adalah bukan melihat juga bukan tidak melihat dan karena memahami adalah bukan memahami juga bukan tidak-memahami. Melihat tanpa-melihat adalah penglihatan sejati. Memahami tanpa-memahami adalah pemahaman sejati.

Penglihatan sejati tidak hanya melihat melihat. Ia juga melihat tidak-melihat. Dan pemahaman sejati tidak hanya memahami memahami. Ia juga memahami tidak-memahami. Jika kamu hanya memahami segala sesuatu, kamu tidak memahami. Hanya jika tidak ada yang kamu pahami ini adalah pemahaman sejati. Memahami adalah bukan memahami juga bukan tidak-memahami.

Sutra-sutra berkata, "Tidak melepaskan kebijaksanaan adalah kebodohan." Ketika pikiran tidak ada, memahami dan tidak-memahami adalah benar keduanya. Ketika pikiran muncul, memahami dan tidak-memahami keduanya keliru. Ketika kau paham, realitas bergantung padamu. Ketika kamu tidak paham, kamu bergantung pada realitas. Ketika realitas bergantung padamu, apa yang menjadi tidak nyata menjadi nyata. Ketika kamu bergantung pada realitas, apa yang nyata menjadi keliru. Ketika kamu bergantung pada realitas, segala sesuatu menjadi salah. Ketika realitas bergantung padamu, segala sesuatu menjadi benar. Oleh sebab itu, para bijak tidak menggunakan pikirannya untuk mencari realitas, atau realitas mencari pikirannya, pikirannya untuk mencari pikirannya, atau realitas untuk mencari realitas. Pikirannya tidak menyebabkan tumbuhnya realitas. Dan realitas tidak menumbuhkan pikirannya. Dan karena baik pikiran dan realitas keduanya tetap diam, ia senantiasa dalam Samadhi (ketenangan).

Saat pikiran fana muncul, Kebuddhaan menghilang. Saat pikiran fana menghilang, Kebuddhaan muncul. Ketika pikiran muncul, realitas menghilang. Ketika pikiran menghilang, realitas muncul. Siapapun yang



mengetahui bahwa tidak ada apapun bergantung pada tidak ada apapun telah menemukan Sang Jalan, dan siapa saja yang tahu bahwa pikiran bergantung pada tidak ada sesuatupun senantiasa berada dalam pencerahan.

Ketika kamu tidak memahami, kamu salah. Ketika kamu memahami, kamu tidak salah. Hal ini karena hakikat dari salah adalah kosong. Ketika kamu tidak memahami benar terlihat salah. Ketika kamu memahami, salah adalah salah, karena salah tidak ada. Sutra-sutra berkata, "Tidak ada memiliki sifatnya sendiri." Bertindak. Jangan bertanya. Ketika kamu bertanya, kamu salah. Salah adalah hasil dari pertanyaan. Saat kamu mencapai pemahaman demikian, perilaku salahmu di masa lalu tersapu habis. Ketika kamu terjebak dalam khayal, keenam indera dan kelima selubung (panca skandha) adalah konstruksi penderitaan dan kefanaan. Ketika kamu bangun keenam indera dan kelima selubung adalah konstruksi dari Nirvana dan keabadian.

Siapapun yang mencari Sang Jalan tidak mencari di luar dirinya. Ia tahu bahwa pikiran adalah Sang Jalan. Namun ketika ia memukan pikiran, ia tidak menemukan apapun. Dan ketika ia menemukan Sang Jalan, ia tidak menemukan apapun. Jika kamu mengira kamu bisa menggunakan pikiran untuk menemukan Sang Jalan, kamu diliputi khayal. Ketika kamu diliputi khayal, Kebuddhaan ada. Ketika kamu sadar, ia tidak ada. Hal ini disebabkan oleh kesadaran sendiri adalah Kebuddhaan.

sobat-dharma:

Jika kamu mencari Sang Jalan, Sang Jalan tidak akan muncul hingga tubuhmu menghilang. Seperti melepas kulit kayu dari pohon. Tubuh terikat karma ini mengalami perubahan terus menerus. Ia tidak memiliki realitas yang menetap. Berpraktik menurut pemikiranmu. Jangan membenci kehidupan dan kematian atau mencintai kehidupan dan kematian. Jaga setiap pikiranmu bebas dari delusi, dan dalam kehidupan kamu akan menyaksikan awal dari Nirvana dan dalam kematian kamu akan mengalami ketenangan tanpa kelahiran kembali.

Melihat wujud namun tidak tercemar oleh wujud atau mendengar bunyi namun tidak tercemar oleh bunyi adalah pembebasan. Mata yang tidak terikat pada wujud adalah pintu Zen. Singkatnya, mereka yang mengamati keberadaan dan hakikat sejati dari fenomena serta tetap tidak terikat, terbebaskan. Mereka yang mengamati [hanya] penampilan eksternal berada dalam belas kasih mereka. Tidak menjadi sasaran dari penderitaan adalah apa yang dimaksud sebagai pembebasan. Ketika kamu tahu bagaimana cara melihat wujud, wujud tidak menumbuhkan pikiran dan pikiran tidak menumbuhkan wujud. Wujud dan pikiran keduanya adalah murni.

Ketika delusi tiada, pikiran adalah alam Para Buddha. Ketika delusi hadir, pikiran adalah neraka. Para fana menciptakan delusi. Dan dengan menggunakan pikiran untuk melahirkan pikiran mereka selalu menemukan dirinya di dalam neraka. Para Bodhisattva melihat melalui delusi. Dan tanpa menggunakan pikiran untuk melahirkan pikiran mereka senantiasa berada dalam alam Para Buddha. Jika kamu tidak menggunakan pikiran untuk menciptakan pikiran, setiap tahap pikiran adalah kosong dan setiap pemikiran terhenti. Kamu berpergian dari alam-buddha satu ke yang lainnya. Jika kamu menggunakan pikiranmu untuk menciptakan pikiran, setiap tahap pikiran menjadi terganggu dan setiap pemikiran berada dalam gerak. Kamu berpergian dari satu neraka ke neraka berikutnya. Ketika pikiran muncul, terdapat karma baik dan karma buruk, surga dan neraka. Ketika tiada pikiran yang muncul, tidak ada karma baik atau karma buruk, tiada surga dan neraka.

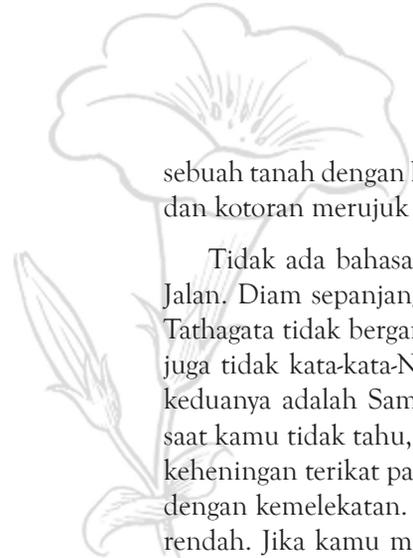
Tubuh itu tidak ada tidak juga tidak ada. Karena itu keberadaan sebagai yang fana dan tanpa-keberadaan sebagai yang bijak adalah konsepsi di mana di luar jangkauan seorang bijak. Hatinya kosong dan lowong seperti langit. Hal demikian adalah hasil dari pengamatan pada Sang Jalan. Ini di luar pemahaman Para Arahata dan para fana.

Ketika pikiran mencapai Nirvana, kamu tidak melihat Nirvana, karena pikiran adalah Nirvana. Jika kamu melihat Nirvana berada di suatu tempat di luar pikiran, kamu sedang menipu dirimu sendiri.

Setiap penderitaan adalah benih-Kebuddhaan, sebab penderitaan mendorong para fana untuk mencari kebijaksanaan. Namun kamu hanya bisa mengatakan bahwa penderitaan membangkitkan Kebuddhaan. Kamu tidak bisa mengatakan penderitaan adalah Kebuddhaan. Tubuh dan pikiranmu adalah ladangnya. Penderitaan adalah benihnya. Kebijaksanaan adalah tunasnya, dan Kebuddhaan butir padinya. Buddha dalam pikiran laksana harum dari sebuah pohon. Buddha berasal dari pikiran bebas penderitaan, sama seperti bau harum berasal dari sebuah pohon yang bebas dari pembusukan. Tidak ada bau harum tanpa pohon dan tidak ada Buddha tanpa pikiran. Jika ada bau harum tanpa sebuah pohon, ini adalah bau harum yang berbeda. Jika ada Buddha tanpa pikiranmu, ia adalah Buddha yang berbeda.

Ketika tiga racun muncul dalam pikiranmu, kau berada dalam alam kotor. Ketika ketiga racun tidak muncul dalam pikiranmu, kamu berada dalam alam kemurnian. Sutra-sutra berkata, "Jika kamu mengisi





sebuah tanah dengan ketidakmurnian dan kotoran, tidak akan ada Buddha yang akan muncul.” Ketidakmurnian dan kotoran merujuk pada racun-racun. Buddha merujuk pada pikiran yang murni dan tersadarkan.

Tidak ada bahasa yang bukan Dharma. Berbicara sepanjang hari tanpa mengatakan sesuatu adalah Sang Jalan. Diam sepanjang hari dan masih mengatakan sesuatu bukanlah Sang Jalan. Dengan demikian kata-kata Tathagata tidak bergantung pada keheningan, juga keheningan-Nya tidak bergantung pada kata-kata, demikian juga tidak kata-kata-Nya tetap ada terpisah dari keheningan. Mereka yang paham, kata-kata dan keheningan, keduanya adalah Samadhi. Jika kamu berbicara saat kamu tahu, kata-katamu adalah bebas. Jika kamu diam saat kamu tidak tahu, keheninganmu adalah ikatan. Jika kata-kata tidak terikat pada penampilan, ia bebas. Jika keheningan terikat pada penampilan, ia terikat. Bahasa pada dasarnya adalah bebas. Bahasa tidak ada kaitannya dengan kemelekatan. Dan kemelekatan tidak ada kaitannya dengan bahasa. Realitas tidak memiliki tinggi atau rendah. Jika kamu melihat tinggi atau rendah, itu tidak nyata. Sebuah rakit tidak nyata. Namun penumpang rakit nyata. Seseorang yang mengemudikan rakit demikian bisa menyeberangi sesuatu yang tidak nyata. Itulah sebabnya itu nyata.

Menurut dunia terdapat laki-laki dan perempuan, kaya dan miskin. Menurut Sang Jalan, tidak ada laki-laki atau perempuan, kaya atau miskin. Ketika para dewi merealisasi sang Jalan, ia tidak mengganti jenis kelaminnya. Ketika anak laki-laki penjaga kandang sadar akan kebenarannya, ia tidak mengganti statusnya. Bebas dari jenis kelamin dan status, mereka memiliki penampilan dasar yang sama. Para dewi mencari selama dua belas tahun demi kewanitaannya tanpa hasil. Mencari selama dua belas tahun demi kejantanan seseorang akan sama saja tanpa hasil. Kedua belas tahun menunjukkan kedua belas pintu masuk.

Tanpa pikiran tiada Buddha. Tanpa Buddha tiada pikiran. Serupa dengan, tanpa air tiada es, dan tanpa es tiada air. Siapapun yang berbicara tentang pikiran tidak akan mendalami. Jangan terikat pada penampilan dari pikiran. Sutra-sutra berkata, “Ketika kamu melihat tanpa-penampilan, kamu melihat Buddha.” Ini yang dimaksud dengan menjadi bebas dari penampilan pikiran. Tanpa pikiran tiada Buddha bermakna bahwa Buddha berasal dari pikiran. Pikiran melahirkan Buddha. Namun meskipun Buddha berasal dari pikiran, pikiran tidak berasal dari Buddha, seperti halnya ikan berasal dari air, namun air tidak berasal dari ikan. Siapapun yang ingin melihat ikan melihat air terlebih dahulu sebelum ia melihat ikan. Dan siapapun ingin melihat Buddha melihat pikiran terlebih dahulu sebelum ia melihat Buddha. Saat kamu melihat ikan, kamu melupakan airnya. Dan saat kamu melihat Buddha, kamu melupakan pikiran. Jika kamu tidak melupakan pikiran, pikiran akan membingungkanmu, seperti air akan mengacaukanmu jika kamu tidak melupakannya.

Kefanaan dan Kebuddhaan laksana air dan es. Menderita akibat tiga racun adalah kefanaan. Termurnikan oleh tiga pelepasan adalah Kebuddhaan. Yang membeku menjadi es pada musim dingin meleleh menjadi air di musim panas. Singkirkan es dan tidak ada air lagi. Singkirkan kefanaan dan tidak ada lagi Kebuddhaan. Jelasnya, hakikat dari es adalah hakikat dari air. Dan hakikat dari air adalah hakikat dari es. Dan hakikat dari kefanaan adalah hakikat Kebuddhaan. Kefanaan dan Kebuddhaan memiliki hakikat yang sama, seperti halnya Wutou dan Futzu memiliki akar yang sama namun musim yang berbeda. Hanya karena delusi akan perbedaan yang disebabkan kita memiliki kata “kefanaan” dan “Kebuddhaan.” Ketika ular berubah menjadi naga, tidak merubah ukurannya. Dan ketika yang fana menjadi bijak, ia tidak merubah wajahnya. Ia mengetahui pikirannya melalui kebijaksanaan internalnya dan merawat tubuhnya melalui disiplin eksternal.

Para fana membebaskan Para Buddha dan Para Buddha membebaskan para fana. Ini yang dimaksud ‘denfan’ ketanpa-biasan. Para fana membebaskan Para Buddha karena penderitaan menciptakan kesadaran. Dan Para Buddha membebaskan para fana karena kesadaran menghilangkan penderitaan. Tidak ada yang membantu kecuali penderitaan. Dan tidak ada yang membantu kecuali kesadaran. Jika kita tidak menderita, tidak akan ada sesuatu yang menghasilkan kesadaran, dan jika tidak ada kesadaran, tidak akan ada sesuatu yang menghilangkan penderitaan. Ketika kamu terjebak dalam khayal, Para Buddha membebaskan para fana. Ketika kamu sadar, para fana membebaskan Para Buddha. Para Buddha tidak menjadi Buddha karena mereka sendiri. Mereka dibebaskan oleh para fana. Para Buddha menganggap delusi sebagai ayah mereka dan keserakahan sebagai ibu mereka. Delusi dan keserakahan adalah nama lain dari kefanaan. Delusi dan kefanaan seperti tangan kiri dan tangan kanan. Tidak ada perbedaan lainnya.

Ketika kamu terjebak dalam delusi (khayal), kamu berada di pantai ini. Ketika kamu sadar, kamu berada di pantai lainnya. Namun saat kamu mengetahui pikiranmu adalah kosong dan kamu melihat tidak ada penampilan, kamu berada di luar batas delusi dan kesadaran. Dan saat kamu berada di luar batas delusi dan kesadaran, pantai yang lain tidak ada. Tathagata tidak berada di pantai ini ataupun pantai seberang, dan Ia tidak ada di separuh jalan. Para Arahata berada di separuh jalan dan para fana berada di pantai ini. Di pantai seberang



adalah Kebuddhaan. Para Buddha memiliki tiga tubuh: Tubuh Transformasi (*Nirmanakāya*), Tubuh Hadiah (*Sambhogakāya*), dan Tubuh Sejati (*Dharmakāya*). Tubuh Transformasi juga disebut sebagai tubuh inkarnasi. Tubuh Transformasi muncul ketika para fana melakukan perbuatan baik, Tubuh Hadiah hadir ketika mereka merenungkan kebijaksanaan, dan Tubuh Sejati muncul ketika mereka sadar akan yang mahamulia. Tubuh Transformasi adalah yang kamu lihat sebagai terbang ke segala arah membebaskan yang lain kapanpun Ia bisa. Tubuh Hadiah mengakhiri keraguan-keraguan. Pencerahan Agung yang terjadi di Himalaya seketika menjadi benar. Tubuh Sejati tidak melakukan atau berkata apapun. Ia tetap dalam keheningan sempurna. Namun sebenarnya, tidak ada satupun tubuh-buddha, kurang dari tiga. Ajaran tentang ketiga tubuh berdasarkan pada tingkat pemahaman manusia –yang dangkal, menengah, atau mendalam. Orang dengan pemahaman dangkal membayangkan mereka menimbun berkah dan mengelirukan (keliru) Tubuh Transformasi sebagai Sang Buddha. Orang dengan pemahaman menengah membayangkan bahwa mereka mengakhiri penderitaan dan mengelirukan (keliru) Tubuh Hadiah sebagai Buddha, dan orang dengan **pemahaman mendalam** membayangkan mereka menyelami Kebuddhaan dan keliru menganggap Tubuh Sejati sebagai Buddha.

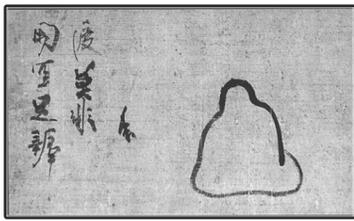
Namun orang dengan **pemahaman terdalam** berada di antaranya, tidak terganggu oleh apapun. Dikarenakan pikiran yang jernih adalah Buddha mereka mencapai pemahaman Buddha tanpa menggunakan pikiran. Ketiga tubuh, seperti semua hal lainnya, tak-tercapai dan tak-terlukiskan. Pikiran tanpa-halangan mencapai Sang Jalan. Sutra-sutra berkata, “Para Buddha tidak mengkhobahkan Dharma. Mereka tidak membebaskan para fana. Dan mereka tidak menyelami Kebuddhaan.” Inilah yang saya maksud. Individu menciptakan karma; karma tidak menciptakan individu. Mereka menciptakan karma dalam kehidupan ini dan menerima akibatnya di kehidupan selanjutnya. Mereka tidak pernah menghindar. Hanya seseorang yang secara sempurna tidak menciptakan karma dalam kehidupan ini dan tidak menerima akibatnya. Sutra-sutra berkata, “Siapa yang tidak menciptakan karma mencapai Dharma.” Ini bukanlah kata-kata kosong. Kamu bisa menciptakan karma namun kamu tidak bisa menciptakan orang. Ketika kamu menciptakan karma, kamu terlahir kembali dengan karmamu. Ketika kamu tidak menciptakan karma, kamu hilang bersama dengan karmamu. Dengan demikian, karena karma bergantung pada individu dan individu bergantung pada karma, jika seorang individu tidak menciptakan karma, karma tidak berkuasa atasnya. Dengan cara yang sama, “Manusia bisa memperluas Sang Jalan. Sang jalan tidak bisa memperluas seorang manusia.”

Para fana terus menciptakan karma dan secara keliru bersikeras bahwa tidak ada akibat. Namun bisakah mereka menolak penderitaan? Bisakah mereka menolak bahwa apa yang keadaan pikiran saat ini taburkan akan dituai oleh pikiran selanjutnya? Bagaimana mereka melarikan diri? Namun jika keadaan pikiran saat ini tidak menaburkan apapun, pikiran selanjutnya tidak menuai apapun. Jangan menyalahartikan karma.

Sutra-sutra berkata, “Meskipun meyakini Para Buddha, orang yang mengira Para Buddha mempraktikkan kekerasan bukanlah Buddhis. Hal yang sama berlaku juga untuk mereka yang membayangkan bahwa Para Buddha adalah masalah kesejahteraan atau kemiskinan. Mereka adalah **icchantika** (*sangat dungu, tidak berkeyakinan dan tidak bisa bahkan tidak mau menerima ajaran*). Mereka tidak memiliki keyakinan.” Seseorang yang memahami ajaran dari para bijak adalah seorang bijak. Seseorang yang memahami ajaran para fana adalah seorang fana. Seorang fana bisa meninggalkan ajaran para fana dan mengikuti ajaran para bijak sehingga menjadi orang bijak. Namun para dungu di dunia ini lebih suka mencari orang bijak ke mana-mana. Mereka tidak percaya aan kebijaksanaan pikiran mereka adalah sang bijak itu sendiri. Sutra-sutra berkata, “Di antara manusia yang tidak memiliki pemahaman, jangan mengkhobahkan sutra ini.” Dan sutra-sutra berkata, “Pikiran adalah ajaran.” Namun orang yang tidak memiliki pemahaman tidak yakin akan pikiran mereka atau bahwa dengan memahami ajaran ini mereka bisa menjadi seorang bijak. Mereka lebih suka mencari pengetahuan yang jauh dan dahaga akan benda-benda dalam ruang, gambar-Buddha, lilin, dupa, dan warna-warni. Mereka menjadi mangsa kesesatan dan kehilangan pikiran mereka hingga menjadi gila.

Sutra-sutra berkata, “Ketika kamu melihat bahwa semua penampilan itu tanpa-penampilan, kamu melihat Tathagata.” Pintu tak terhitung jumlahnya ke kebenaran semuanya berasal dari pikiran. Ketika penampilan pikiran menjadi terawang seperti ruang, mereka lenyap. Penderitaan tanpa akhir kita adalah akar dari penyakit. Ketika para fana hidup, mereka takut akan kematian. Ketika mereka kenyang, mereka cemas akan lapar. Mereka adalah Ketidakpastian Mahabesar. Namun para bijak tidak memikirkan masa lalu. Dan mereka tidak cemas tentang masa depan. Tidak juga mereka melekat pada masa kini. Dan dari momen ke momen mereka mengikuti Sang Jalan. Jika kamu tidak juga tersadarkan akan kebenaran agung ini, kamu sebaiknya mencari seorang guru di bumi atau surga. Jangan memperparah kekuranganmu.





Bodhidharma, Garis Besar Praktik

By Tonny

Banyak jalur yang mengarah ke Sang Jalan,[i] namun pada hakikatnya hanya ada dua: prinsip dan praktik.

Memasuki melalui prinsip berarti mencapai intisari melalui petunjuk dan meyakini semua makhluk hidup memiliki hakikat yang sama, yang tak terlihat dikarenakan terselubung oleh sensasi dan delusi. Mereka yang berpaling dari delusi kembali ke realitas, bermeditasi menatap tembok,[ii] tanpa timbulnya diri dan orang lain, manunggal antara yang fana dan yang bijak, serta tetap teguh tak terusik bahkan oleh sutra-sutra berada dalam kondisi yang hening dan sempurna selaras dengan prinsip. Tanpa gerak, tanpa usaha, mereka masuk melalui prinsip.

Memasuki melalui praktik merujuk pada empat praktik[iii] yang meliputi: mengalami ketidakadilan, beradaptasi dengan kondisi-kondisi, tidak mencari apapun, dan mempraktikkan Dharma.

Pertama, mengalami ketidakadilan. Tatkala mereka yang mencari Sang Jalan berada dalam kesulitan, seharusnya berpikir pada dirinya, “Untuk berabad-abad lampau yang tak terhitung, saya beralih dari hal yang hakiki ke hal yang remeh serta berkelana melintasi segala rupa kehidupan, seringkali marah tanpa sebab serta bersalah atas kejahatan yang tak terkira jumlahnya. Kini, kendatipun saya tidak melakukan suatu kesalahan, saya dihukum oleh masa lampauku. Tidak para dewa maupun manusia dapat menduga kala perbuatan jahat akan menanggung akibatnya. Saya menerimanya dengan hati terbuka dan tanpa mengeluh akan ketidakadilan.” Sutra menyebutkan, “Ketika engkau menjumpai kesulitan janganlah marah, karena sudah semestinya.” Melalui pemahaman demikian engkau akan selaras dengan kebijaksanaan. Dengan mengalami ketidakadilan, engkau akan memasuki Sang Jalan.

Kedua, beradaptasi dengan kondisi-kondisi. Sebagai makhluk fana, kita dikuasai oleh kondisi-kondisi, tidak oleh diri kita sendiri. Semua penderitaan dan kebahagiaan yang kita alami bergantung pada kondisi-kondisi. Jika kita diberkahi oleh beberapa ganjaran besar, seperti kemasyhuran atau keberuntungan, ini hanyalah buah dari benih yang telah ditanam oleh kita pada kehidupan yang lampau. Ketika kondisi berubah, ia berakhir. Mengapa mesti terlampaui bersukacita dengan keadaan demikian? Kendati kesuksesan dan kegagalan bergantung pada kondisi-kondisi, batin tidak bertambah ataupun berkurang bahagiannya. Mereka yang tetap tak-teralihkan oleh angin kebahagiaan, dengan hening mengikuti Sang Jalan.

Ketiga, tidak mencari apapun. Manusia di dunia ini teperdaya. Mereka selalu menginginkan sesuatu—selalu, dalam satu kata, mencari. Namun yang bijak tersadarkan. Mereka memilih kebijaksanaan dibanding kebiasaan. Mereka menyesuaikan batinnya dengan yang mahamulia dan membiarkan tubuh mereka berubah dengan berlalunya musim demi musim. Semua fenomena adalah kosong. Tubuh tidak berisi sesuatu yang layak diidamkan. Bencana selamanya datang silih berganti dengan kemakmuran.[iv] Tinggal di dalam tiga alam kehidupan[v] adalah berdiam di dalam rumah yang terbakar. Memiliki tubuh adalah penderitaan. Adakah yang masih bertubuh mengenal kedamaian? Mereka yang memahami hal ini, melepaskan dirinya dari segala keberadaan, serta berhenti membayangkan-bayangkan atau mencari sesuatu. Sutra berkata, “Mencari adalah penderitaan. Tidak mencari apapun adalah kebahagiaan.” Ketika engkau tidak mencari apapun, engkau sedang berada di dalam Sang Jalan.

Keempat, mempraktikkan Dharma.[vi] Dharma adalah kebenaran bahwa seluruh hakikat adalah murni. Dari kebenaran ini, semua penampilan adalah kosong. Ketercemaran dan kemelekatan, subyek dan obyek tidak eksis. Sutra menyebutkan, “Dharma tidak meliputi makhluk hidup karena ia bebas dari ketidakmurnian makhluk hidup, dan Dharma tidak meliputi diri karena ia bebas dari ketidakmurnian diri.” Mereka yang cukup bijak meyakini dan memahami bahwa kebenaran ini dibutuhkan untuk praktik yang sesuai dengan Dharma. Dan ketika dalam kenyataan tiada apapun yang pantas disesalkan, mereka menyerahkan tubuh, hidup dan harta bendanya sebagai praktik berdana dengan tiada sesal; tiada pemberi, pemberian dan penerima; serta tiada bias atau kemelekatan. Untuk menghilangkan ketidakmurnian, mereka mengajar orang lain, namun tanpa menjadi melekat pada wujud. Dengan demikian, melalui praktiknya sendiri, mereka mampu menolong orang lain dan mengikuti Jalan Pencerahan. Dan bersama dengan berdana, mereka juga mempraktikkan kebajikan lainnya. Namun sementara mempraktikkan enam kesempurnaan[vii] untuk menghilangkan delusi, mereka tidak mempraktikkan apapun. Inilah yang dimaksud sebagai mempraktikkan Dharma.

[i]. *Jalan*. Ketika Buddhisme datang ke Cina, *Tao* digunakan untuk menerjemahkan *Dharma* dan *Bodhi*. Ini tidak secara keseluruhan sebab Buddhisme dilihat sebagai versi asing dari Taoisme. Dalam “Khotbah Aliran-darah,” Bodhidharma berkata, “jalan adalah zen.”





[ii]. *Tembok*. Setelah kedatangannya ke Cina, Bodhidharma menghabiskan waktu sembilan tahun dalam meditasi menghadap tembok batu sebuah gua dekat Kuil Shaolin. Tembok kekosongan Bodhidharma menyatukan semua pertentangan-pertentangan, termasuk diri dan orang lain, fana dan bijak.

[iii]. *Empat praktik*. Ini adalah ragam dari Empat Kebenaran Mulia: semua keberadaan ditandai dengan penderitaan; penderitaan memiliki penyebab; penyebab dapat diakhiri; dan jalan untuk mengakhirinya adalah Jalan Arya Beruas Delapan yang terdiri dari pandangan benar, pikiran benar, perkataan benar, tindakan benar, penghidupan benar, upaya benar, perhatian benar, zen benar.

[iv]. *Kemalangan...Keberuntungan*. Dua dewi, bewenang atas keberuntungan baik dan buruk, secara berturut-turut. Mereka muncul dalam Bab Keduabelas *Nirvana Sutra*.

[v]. *Ketiga alam*. Ekuivalensi secara psikologis Buddhis dengan tiga dunia kosmologis dalam Brahmanis, *bhur*, *bhuwah*, dan *svah*, atau *dunia*, *atmosfir*, dan *surga*. Tiga dunia Buddhis meliputi kamadhatu, atau alam hasrat keinginan—neraka, empat benua manusia dan dunia hewan, serta keenam surga hasrat kesenangan; *rupadhatu*, atau alam wujud—keempat surga meditasi (*dhyana*, pen.); dan arupadhatu, atau alam tanpa wujud spirit murni—keempat tahap kekosongan atau non-material. Secara keseluruhan, ketiga alam mewakili batasan keberadaan. Dalam Bab Tiga *Sutra Teratai*, ketiga alam disimbolkan sebagai rumah yang sedang terbakar.

[vi]. *Dharma*. Kata Sansekerta untuk *dharma* berasal dari *dhri*, yang berarti *memegang*, dan merujuk pada segala sesuatu yang ‘dipegang’ sebagai nyata, apakah itu dalam pengertian sampingan ataupun dalam pengertian pokok. Itulah sebabnya, kata tersebut bisa diartikan sebagai *sesuatu*, *ajaran*, atau *realitas*.

[vii]. *Enam kebajikan*. Paramita atau *jalan-antara ke pantai seberang*: dana, moralitas, kesabaran, upaya, meditasi, dan kebijaksanaan. Seluruh keenamnya harus dipraktikkan dengan tanpa kemelekatan terhadap konsep pelaku, tindakan dan penerima.

Komentar tentang “2 Pintu Masuk dan 4 Praktik”

Oleh Master Sheng-yen (1930 – 2009).

Terdapat satu karya penting yang dikaitkan dengan Bodhidharma yang berjudul *Dua Pintu Masuk dan Empat Praktik*, di mana beliau menyebutkan dengan lebih eksplisit apa yang harus dilakukan oleh makhluk hidup agar dapat menyadari hakikat sejatinya. “Dua pintu masuk” terdiri dari memasuki melalui prinsip dan memasuki melalui praktik. Memasuki melalui prinsip berarti melihat secara langsung prinsip pertama, atau hakikat asal, tanpa bergantung pada kata-kata, deskripsi, konsep, pengalaman, atau proses berpikir. Memasuki melalui praktik mengacu pada melatih batin secara bertahap.

Bodhidharma menggambarkan memasuki melalui prinsip sebagai berikut: “Meninggalkan yang palsu, kembali ke yang sejati; tidak membeda-bedakan antara diri dan orang lain. Dalam perenungan, pikiran seseorang harus stabil dan tak bergerak, laksana tembok.”[1] Hal ini mungkin terdengar seperti cara gampang untuk langsung mencapai pencerahan, akan tetapi sebenarnya merupakan cara yang paling sulit. Jika kita mengira pencerahan Bodhidharma sendiri melalui pintu masuk melalui prinsip, maka kita harus mengatakan bahwa hal itu baru muncul setelah berpraktik sepanjang hidupnya, yang berpuncak pada sembilan tahun bermeditasi menghadap tembok di sebuah gua di Gunung Song. Sebenarnya, metode yang digunakan untuk mencapai memasuki melalui prinsip tepatnya ada pada frasa ini, “Pikiran seseorang harus stabil dan tak bergerak, laksana tembok.” Hal ini bukan berarti pikiran menjadi kosong, sebaliknya, pikiran menjadi waspada dan jernih, menerangi semuanya dengan kesadaran dan menanggapi dengan welas asih. Hal ini ideal, dan ini merupakan keadaan pikiran sebagaimana dimaksud dalam masuk melalui prinsip.

Pintu masuk kedua untuk mencapai realisasi adalah dengan praktik, yang terdiri dari empat: menerima akibat timbal-balik karma, beradaptasi dengan kondisi, tidak mencari, dan bersatu dengan Dharma. Setiap praktik itu semakin ke belakang semakin meningkat, sehingga mereka harus diikuti secara berurutan.

Praktik pertama, “menerima akibat timbal-balik karma,” berarti mengakui dampak dari karma beserta sebab dan akibat. Karma adalah sebuah istilah Sansekerta yang diterjemahkan secara harafiah sebagai “perbuatan.” Saat kita melakukan satu perbuatan, kekuatan karma yang masih menetap menghasilkan akibat di masa depan, baik pada kehidupan yang sekarang, ataupun pada kehidupan yang akan datang. Akibat dari karma perbuatan tertentu tidak menetap secara permanen, karena pelaksanaan terus-menerus perbuatan baru menyesuaikan kembali kekuatan karma, tetapi dalam semua peristiwa, terdapat hubungan sebab-akibat, dan akibatnya akan mirip dengan sifat dari penyebabnya. Oleh karena itu ketika kita menghadapi kesulitan, kita harus memahami bahwa kita sedang menerima akibat timbal-balik karma dari perbuatan sebelumnya yang tak terhitung jumlahnya dalam kehidupan sebelumnya tak terhitung jumlahnya. Ketika kita membayar kembali sebagian dari utang kita, kita seharusnya bersukacita bahwa kita dapat melakukannya. Bila kita berpandangan demikian, maka ketika



musibah muncul, kita akan tetap tenang, tanpa rasa tidak senang. Kita tidak akan menderita akibat emosi yang mengganggu, berkecil hati, atau depresi. Ini merupakan praktik yang penting.



Karma, atau sebab dan akibat, harus dipahami dan diterapkan dalam kaitannya dengan konsep Buddhis tentang sebab dan kondisi. Gabungan dari sebab dan kondisi memungkinkan segala sesuatu terjadi. Kita tidak mungkin dan tidak boleh lari dari tanggung jawab kita dan akibat yang disebabkan oleh karma kita. Tapi kita harus mencoba untuk memperbaiki kondisi dan karma. Jika keadaan dapat diperbaiki, kita harus mencoba untuk memperbaikinya. Jika keadaan tidak lagi dapat diubah, maka kita harus menerimanya dengan tenang sebagai akibat dari karma.

Boleh jadi gampang sekali untuk mengacaukan antara prinsip sebab dan kondisi dengan prinsip sebab dan akibat. Pada kenyataannya, kedua prinsip itu terkait erat satu sama lain, dan sulit untuk berbicara tentang satunya tanpa menyinggung yang lain. Dari sudut pandang sebab dan akibat, kita dapat mengatakan bahwa kejadian sebelumnya adalah penyebabnya dan kejadian yang menyertainya adalah akibatnya. Satu kejadian mengarah ke yang berikutnya. Sebuah sebab, bagaimanapun, tidak dapat menyebabkan akibat dengan sendirinya. Sesuatu yang lain harus terjadi, harus muncul bersama dengan penyebabnya, untuk menghasilkan akibat. Gabungan antara kejadian dan faktor disebut sebagai sebab dan kondisi. Seorang pria dan wanita bersama-sama tidak secara otomatis menghasilkan anak-anak. Faktor-faktor lain harus muncul bersama agar penyebab (orang tua) menghasilkan akibat (anak). Orang tua, anak, dan faktor-faktor lain yang terlibat semua dianggap sebab dan kondisi.

Sebab dan kondisi juga dapat dianggap sebagai “dharma”, sebuah istilah Sansekerta yang mengacu pada semua fenomena, baik fisik maupun mental. Makna ini berbeda dari “Dharma”-dengan abjad D-yang mengacu pada ajaran Buddha, metode dan prinsip-prinsip praktik. Namun, bahkan ajaran Buddha dan metode latihan itu sendiri adalah fenomena, atau dharma.

Bagaimanapun, kondisi (satu dharma) yang berpotongan dengan penyebab (dharma yang lain) harus dengan sendirinya disebabkan oleh hal lainnya, dan seterusnya, dan seterusnya tak terhingga ke segala arah di seluruh ruang dan waktu. Semua fenomena muncul karena sebab dan kondisi. Setiap fenomena yang muncul itu sendiri merupakan akibat dari penyebab sebelumnya dan muncul karena gabungan dari sebab dan kondisi. Ini mengarah pada konsep kemunculan yang berkondisi, juga dikenal sebagai saling bergantung, yang berarti bahwa semua fenomena, atau dharma, tidak peduli kapan atau di mana mereka terjadi, saling berhubungan.

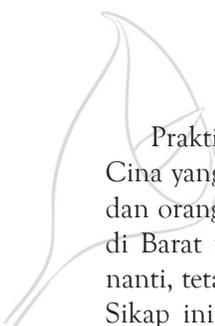
Oleh karena semua dharma adalah akibat dari sebab dan kondisi, kemunculan mereka adalah bersyarat. Hal ini meliputi bukan saja timbul dan muncul tetapi juga musnah dan lenyap. Seseorang yang lahir adalah fenomena, dan orang yang sekarat adalah fenomena; gelembung yang terbentuk adalah fenomena, dan gelembung yang pecah adalah fenomena, sebuah pemikiran yang muncul adalah fenomena, dan pikiran yang lenyap adalah fenomena. Semua dharma muncul dan lenyap karena sebab dan kondisi.

Praktik yang kedua dari empat praktik yang disarankan oleh Bodhidharma adalah “beradaptasi dengan kondisi”. Praktik ini juga memerlukan pemahaman mengenai sebab dan kondisi. Beradaptasi dengan kondisi berarti bahwa kita harus melakukan yang terbaik dalam batasan lingkungan kita. Jika keadaan kita beruntung atau sesuatu yang baik terjadi pada kita, kita seharusnya tidak terlalu bersemangat. Nasib baik, seperti nasib buruk, adalah hasil dari timbal balik karma.

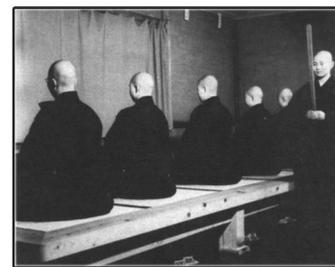
Mengapa kita harus merasa gembira pada saat kita hanya menikmati hasil kerja kita sendiri? Hal ini seperti menarik uang dari rekening bank kita sendiri. Dengan cara yang sama, kita tidak boleh terlalu bangga, karena nasib baik, seperti halnya nasib buruk, adalah hasil dari banyak penyebab dan kondisi yang muncul bersamaan. Bagaimana kita dapat menyombongkan prestasi kita, ketika mereka sangat tergantung pada kehendak baik orang lain, pada pengorbanan orang tua kita, pada situasi sejarah? Praktik beradaptasi dengan kondisi berarti bahwa kamu menerima karmamu, atau sebab dan akibatnya, tanpa terlalu gembira, puas diri, atau kecewa.

Menerima hukum karma dan beradaptasi dengan kondisi adalah praktik yang sangat membantu dalam kehidupan sehari-hari. Jalan tersebut memungkinkan kita memperbaiki kondisi dan karma serta mempertahankan sikap positif terhadap kehidupan. Mereka membantu kita menikmati ketenangan hati dalam menghadapi perubahan situasi, memperbaiki perilaku kita, dan memelihara hubungan kita harmonis. Ajaran Bodhidharma ini tidak sulit untuk dipahami, dan setiap orang biasa dapat memanfaatkannya. Jika kita dapat menerapkannya dalam kondisi sehari-hari, kita akan memenuhi kewajiban kita dan kita akan melakukan yang terbaik dalam setiap kesempatan. Dengan cara ini, hidup akan lebih berarti.





Praktik yang ketiga dari empat praktik Bodhidharma adalah “tidak mencari”. Ada pepatah Cina yang berbunyi “orang membesarkan anak untuk membantu mereka kelak di usia tua, dan orang-orang menumpuk makanan untuk kelak apabila terjadi paceklik”. Saat ini, orang di Barat mungkin tidak lagi membesarkan anak hanya untuk mendukungnya di usia tua nanti, tetapi orang mungkin masih menumpuk makanan, atau kekayaan, untuk kelak apabila terjadi kesulitan. Sikap ini bukanlah sikap tidak mencari. Dalam praktik tidak mencari, kita secara terus menerus, dengan tekun melakukan kegiatan yang berfaedah, namun kita tidak berpikir bahwa kegiatan ini untuk mendapatkan keuntungan pribadi kita pada saat ini ataupun di masa depan. Kita tidak mencari keuntungan pribadi. Hal ini tidaklah mudah, dan itu adalah tingkat praktik yang lebih tinggi dari praktik kedua. Pada kenyataannya, untuk sepenuhnya menghindari kegiatan yang mementingkan diri sendiri, kita harus membuat langkah sulit dalam mewujudkan bahwa diri itu tidak ada.



Apa yang biasanya kita anggap sebagai diri adalah ilusi. Ia sama sekali hampa dalam dirinya sendiri melainkan hanyalah nama yang kita berikan kepada interaksi kita yang berkelanjutan dengan lingkungan. Kita selalu melihat, mendengar, mencium, merasakan, menyentuh, dan berpikir, dan inilah arus deras sensasi, persepsi, dan penilaian, pikiran demi pikiran, yang kita kenali sebagai diri.

Berkata bahwa diri adalah ilusi, bagaimanapun, tidak sama dengan mengatakan diri adalah halusinasi. Diri bukanlah fatamorgana. Kita mengatakan bahwa diri adalah ilusi karena ia bukanlah entitas yang stabil, melainkan serangkaian peristiwa yang selamanya berubah dalam menanggapi lingkungan yang terus berubah. Diri bukan hal yang tetap sama, dan dengan demikian, kita mengatakan bahwa diri adalah ilusi. Dengan alasan yang sama, semua fenomena dianggap ilusi, yaitu, semua fenomena adalah tidak berinti. Segala sesuatu berubah dari waktu ke waktu, berkembang dan berubah menjadi sesuatu yang lain. Diri, karena itu, adalah keberadaan palsu yang tak henti-hentinya berinteraksi dengan lingkungan palsu.

Praktik tidak mencari merupakan praktik lanjutan karena ia merupakan praktik tanpa-diri. Sementara adalah wajar bagi orang yang mulai mempelajari dan mempraktikkan Buddhisme demi keuntungan mereka sendiri, akhirnya, melalui praktik, keegoisan mereka berguguran. Mereka mendapati diri mereka sibuk karena orang lain memerlukan bantuan mereka, dan mereka menyediakan apa yang dibutuhkan. Orang seperti itu bahkan tidak lagi berpikir tentang mencapai pencerahan.

Bila kamu telah berhenti khawatir soal pencapaianmu sendiri, maka kamu telah tercerahkan. Jika tidak demikian, akan selalu ada pikiran berkelana yang halus dan keterikatan pada keinginan untuk melakukan sesuatu untuk diri sendiri. Jika kamu ingin membebaskan diri dari segala kekotoran batin dan penderitaan duniawi dan jika kamu menginginkan pembebasan, kamu masih melekat pada dirimu. Hanya ketika kamu tidak memiliki kekhawatiran soal pencerahanmu sendiri, maka kamu benar-benar dapat tercerahkan. Praktik tidak mencari merupakan praktik keadaan tercerahkan.

Praktik Bodhidharma yang keempat adalah “bersatu dengan Dharma”, merupakan ajaran dasar Buddhisme bahwa semua fenomena adalah tidak kekal dan tidak memiliki diri yang hakiki. Dalam praktik bersatu dengan Dharma, kita mencoba untuk mengalami ketidakkekalan dan ketiadaan-diri secara langsung melalui perenungan langsung terhadap kekosongan. Ini adalah praktek tertinggi Ch’an, dan itu mengarah pada pencapaian tertinggi. Ini adalah praktik yang memungkinkan kita untuk mencapai titik dimana kita “masuk melalui prinsip” yang kita singgung sebelumnya.

Namun dari mana seorang praktisi memulai? Berbagai sekte agama Buddha menerapkan banyak metode yang bisa digunakan oleh pemula, seperti membaca kitab suci, membuat ikrar, melakukan namaskara, perhatian penuh, dan merenungkan nafas. Semua metode ini membantu kita untuk beralih dari pikiran tersebar, yang kacau, emosional, dan tidak stabil, menuju kondisi mental yang tenang dan harmonis dengan lingkungan kita. Hal pertama yang harus kita lakukan adalah merilekskan tubuh dan pikiran. Jika kita dapat rileks, kita akan lebih sehat dan lebih stabil dan akan berhubungan dengan orang lain lebih harmonis.

Ada seorang perumah tangga Buddhis yang datang ke Ch’an Center yang sangat gugup. Kegugupannya membuat orang lain merasa gugup. Ketika ia berbicara denganmu, tubuhnya tegang, seolah-olah ia akan menyerangmu atau membela diri. Orang bereaksi terhadap perilaku semacam ini, itu mengganggu. Ketika saya menyuruhnya untuk merelakskan tubuhnya, ia menjawab dalam suara yang dipaksakan dan tegang, “Saya sudah relaks!” Dia selalu ketakutan dan tidak aman, dan karena masalah perasaan ini menyebabkan, ia datang ke Ch’an Center untuk mencari bantuan. Ia ingin belajar bermeditasi, jadi saya mengajarnya untuk secara bertahap merelakskan tubuhnya dan kemudian pikirannya. Jika kita tidak dapat relaks, tidak mungkin kita dapat

bermeditasi, dan jika kita tidak dapat bermeditasi, praktik tidak mencari benar-benar mustahil. Orang ini tidak sabar dan berpikir bahwa jika ia tercerahkan semua masalahnya akan hilang. Dia berkata kepada saya, “Guru, saya tidak ingin apa-apa, saya hanya ingin metode untuk bisa tercerahkan dengan cepat. Berikan saya metode sesegera mungkin.” Saya menjawab, “Metode seperti itu belum ditemukan. Jika saya bisa menemukan sebuah metode yang dijamin mencapai pencerahan dengan cepat, saya mungkin bisa menjualnya untuk mendapatkan cukup banyak uang.”

Sekarang saya telah menemukan metode berikut, dan saya menawarkannya secara cuma-cuma kepada siapa saja yang berkeinginan untuk belajar. Metode ini merelaksakan tubuh dan pikiran. Sangat mudah dan sederhana. Jangan bertanya apakah metode ini dapat membuatmu tercerahkan atau tidak. Kamu harus dapat menjadi relaks dulu, baru nanti kita dapat berbicara tentang pencerahan.

Pejamkan matamu, bersandarlah di kursimu dan relaksakan otot-ototmu. Sepenuhnya merelaksakan matamu. Sangatlah penting bahwa kelopak matamu menjadi relaks dan tidak bergerak. Tidak boleh ada ketegangan di sekitar bola matamu. Tidak perlu menerapkan tenaga atau ketegangan di manapun. Kendurkan otot-otot wajah, bahu, dan lengan. Relaksakan perutmu dan letakkan tanganmu di pangkuan. Jika kamu merasakan berat tubuhmu, titik beratnya harus berada di kursimu. Tidak perlu memikirkan apa pun. Jika pikiran datang, kenali mereka dan perhatikan keluar dan masuknya napasmu melalui lubang hidung. Abaikan apa yang sedang orang lain lakukan. Berkonsentrasilah pada praktikmu, lupakan tentang tubuhmu, dan relaks. Tidak perlu menghiraukan keraguan soal apakah yang kamu lakukan berguna atau tidak.

Prinsip dari metode ini adalah menjadi relaks –untuk menjadi alami dan jernih. Pertahankan setiap sesi berlangsung singkat, namun berpraktiklah dengan sesering mungkin. Pada awalnya, setiap sesi sebaiknya sepuluh menit atau kurang, secara bertahap tingkatkan latihanmu hingga dua puluh sampai tiga puluh menit jika kamu dapat melakukannya tanpa terlalu banyak rasa tidak nyaman. Jika kamu melakukannya lagi, kamu mungkin akan merasa gelisah atau tertidur. Kamu dapat menggunakan metode ini beberapa kali sehari; maka akan menyegarkan tubuh dan pikiran dan menghilangkan sebagian kegalauan dalam kehidupan sehari-hari. Secara bertahap kamu akan mendapatkan stabilitas tubuh dan batin yang memungkinkan untuk, pada akhirnya, memasuki gerbang Ch’an.

[1] Terjemahan alternatif untuk bagian ini adalah: “Mereka yang berpaling dari delusi kembali ke realitas, bermeditasi menatap tembok, tanpa timbulnya diri dan orang lain, manunggal antara yang fana dan yang bijak, serta tetap teguh tak terusik bahkan oleh sutra-sutra berada dalam kondisi yang hening dan sempurna selaras dengan prinsip. Tanpa gerak, tanpa usaha, mereka masuk melalui prinsip.” (Dikutip dari terjemahan Red Pine).

Menguasai diri dan mengembangkan potensi diri adalah anak kunci dari segala pintu kemajuan dan kebahagiaan.

Rajinlah berbuat kebajikan, sebab kebajikan membersihkan kejahatan. Bila tidak ada kesibukan dalam berbuat kebajikan, maka umat manusia sering tergoda dan terpelosok untuk berbuat aksi kejahatan.

**Harmony
Stationery**

o stationery o copy paper
o ink & toner cartridge

Triyono, SE.

Pusat Grosir Mangga Dua ITC Lt. 1 Blok E 2 No. 74
Telp. (021) 3274 9870, 62 311 355 Fax. (021) 6230 5253
HP 0856 990 8877, 9339 8877
Jakarta Utara - Indonesia

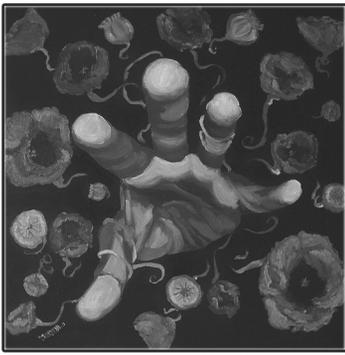
CAR LOAN



Ingin Mendapatkan Kredit Pemilikan Mobil dengan bunga rendah??

Hubungi :

AGUS TRIONO, ST. (021-9383-3363 /0815-914-5085)



Akar dari Segala Kecanduan

Oleh Reza A.A Wattimena

Dosen di Unika Widya Mandala, Surabaya, Peneliti di Munich, Jerman

Kita hidup di dunia yang penuh dengan orang yang kecanduan. Ada orang yang kecanduan belanja. Mereka merasa hampa dan menderita, jika tidak belanja. Ada yang kecanduan kerja. Mereka merasa hidup mereka tak berharga, jika tak bekerja dengan rajin.

Ada orang yang kecanduan bermain, atau sekedar nongkrong, sambil ngerokok dan minum bersama teman-temannya. Mereka merasa kesepian dan ketinggalan berita, jika tidak rajin nongkrong. Sekarang ini, banyak orang kecanduan internet, terutama jaringan sosial. Mereka merasa tak bisa hidup, jika tidak mengecek situs jaringan sosial mereka.

Yang paling parah tentu kecanduan narkoba. Mereka merusak dirinya sendiri dengan memakan obat-obat terlarang. Namun, mereka merasa tak berdaya di hadapan kecanduannya tersebut. Akhirnya, banyak orang menghancurkan hidupnya dan keluarganya, karena kecanduan narkoba semacam ini.

Ciri Kecanduan

Ciri utama dari segala bentuk kecanduan adalah ilusi, bahwa kita tidak dapat hidup, tanpa melakukan hal-hal tertentu, seperti belanja, seks, nongkrong dan sebagainya. Semua itu seolah seperti udara bagi hidup kita. Ia perlu untuk segera dipenuhi sesegera mungkin. Dengan kata lain, kita melekat pada suatu hal, sehingga hidup kita terasa hampa dan menderita, jika kita tidak memilikinya.

Dalam arti ini, ambisi juga adalah suatu bentuk kecanduan. Banyak orang dididik untuk memiliki ambisi dalam hidupnya. Sedari kecil, mereka dilatih untuk merumuskan dan mewujudkan ambisi pribadi mereka, seringkali dengan mengorbankan orang lain. Namun, ketika ambisi ini tidak terwujud, atau justru terwujud, yang tersisa seringkali hanya perasaan hampa.

Ciri kedua kecanduan adalah ia akan merusak hidup orang tersebut. Hidup orang yang kecanduan akan terpaku pada satu hal, dan melupakan banyak hal lainnya. Keseimbangan hidup pun rusak. Akibatnya, dimensi spiritual dirinya rusak, dan akhirnya juga merusak hubungannya dengan orang lain.

Banyak orang memutuskan untuk bunuh diri, karena penderitaan yang ia alami, akibat kecanduan. Banyak juga yang memutuskan untuk membunuh orang lain, supaya bisa memenuhi kecanduannya. Pendek kata, kecanduan membuat orang menjadi "gila". Mengapa orang mengalami kecanduan ini? Apa akar penyebabnya?

Akar dari Segala Kecanduan

Akar dari segala bentuk kecanduan adalah kecanduan untuk berpikir. Kecanduan berpikir adalah kecenderungan orang untuk terus berpikir, tanpa bisa dihentikan. Ia terus menganalisis segala sesuatu yang ada di depannya, bahkan ketika ia tidur. Pada satu titik, pikirannya hangus, dan ia jatuh ke dalam depresi, stress dan beragam penyakit kejiwaan lainnya.

Ketika orang berpikir dan menganalisis berlebihan, dirinya akan tegang. Ketidakpuasan muncul di dalam dirinya. Ada perasaan menderita yang muncul, karena pikiran yang tak lagi terkendali. Masa lalu, masa kini dan masa depan tumpang tindih, dan membuatnya segala sesuatu terlihat sulit dan membingungkan.

Ketegangan dan ketidakpuasan tentu perlu diredakan. Orang lalu mencari cara-cara tertentu, seperti belanja, minum, nongkrong, jalan-jalan atau seks. Namun, semua cara-cara itu tidak akan pernah bisa meredakan ketegangan sepenuhnya. Orang pun semakin menderita, dan justru jatuh ke dalam kecanduan-kecanduan lainnya.

Kecanduan berpikir melahirkan analisis berlebihan atas segala sesuatu. Ini juga menciptakan kecemasan-kecemasan yang tidak perlu. Orang lalu membayangkan hal-hal terburuk terjadi pada dirinya, atau pada orang-orang yang ia sayangi. Disini juga sama, bahwa hal-hal sementara, seperti belanja, seks dan nongkrong, tidak akan menyelesaikan masalah, namun justru melahirkan kecanduan baru. Lalu, kita harus bagaimana?

Melampaui Kecanduan

Kita hanya perlu untuk berhenti berpikir. Kita perlu melepaskan diri dari kecanduan berpikir yang kita alami. Ini penyakit khas manusia modern yang selalu memikirkan segala sesuatu, sampai pikirannya pecah. Akan tetapi, bagaimana cara untuk berhenti berpikir?

Caranya tidak dengan mencari keluar diri, seperti belanja dan sebagainya, tetapi melihat ke dalam. Kita mencoba untuk merasakan nafas kita. Ketika kita merasakan nafas kita, pikiran berhenti, walaupun sesaat. Ketika kita melakukannya lebih lama, maka pikiran juga akan berhenti lebih lama.



Ketika pikiran berhenti, intuisi terlatih. Intuisi terbentuk melalui persentuhan diri kita langsung dengan realitas. Jadi, misalnya. ketika kita makan, rasakan makanan kita sepenuhnya. Ketika itu terjadi, pikiran kita berhenti, dan yang ada hanya persentuhan langsung dengan makan.



Setelah beberapa melakukan ini di berbagai kegiatan, pikiran kita akan lebih tenang. Kecanduan berpikir mulai hilang secara perlahan. Kecanduan-kecanduan lainnya pun juga perlahan berkurang. Secara keseluruhan, hidup kita akan membaik.

Kita lalu akan sadar, bahwa diri kita bukanlah pikiran kita. Pikiran kita hanya bagian kecil dari diri kita. Pikiran itu seperti awan yang berganti, walaupun langit biru tetap membentang luas di belakangnya. Kita adalah langit biru itu.

Ga percaya? Coba deh.

Bangsa yang merdeka dari penjajahan karena para pahlawan rela berkorban jiwa raganya. Bangsa akan makmur dari kemiskinan apabila para pemimpin bangsa rela mengorbankan kepentingannya.

Kemewahan merangsang timbulnya kebutuhan-kebutuhan, sedangkan kesederhanaan dapat menghemat dalam segala hal sekaligus mencerminkan kesahajaan dan kebijaksanaan.

HOLY BAN
AUTHORIZED OUTLET

TOYO MODEL

BRIDGESTONE
HOLY BAN

POTENZA
TURANZA

HOLY BAN

Pluit Karang Timur
Blok O 8 T / 41 - 41A
Jakarta Utara - 14450

Telp. (+62 21) 6610163
(+62 21) 6601969
Fax.: (+62 21) 6610168



Office :
Jl. Jelambar Barat III No.43
Telp. : (62-21) 5666 344 (hunting)
Fax. : (62-21) 5675 967
E. : aster_florist@yahoo.co.id
Jakarta 11460, INDONESIA



APAKAH BUDDHA ITU?

(Penjelasan Sangat Bagus Untuk Siapa saja, Wajib Share)

Ketika anda mendengar kata Buddha, apakah yang muncul dalam pikiran anda? Sebuah patung dari emas? Atau seorang pangeran yang duduk di bawah pohon? Atau mungkin Keanu Reeves dalam film Little Buddha? Pertapa gundul berjubah? Anda memiliki banyak sekali asosiasi terhadap kata itu atau tidak sama sekali. Kebanyakan dari kita pada umumnya tidak mengetahui makna realistik dari kata itu.



Kata Buddha, sebenarnya secara sederhana berarti “bangun” atau “yang terbangunkan”. Itu tidak harus mengacu kepada orang tertentu dalam sejarah atau suatu filsafat atau agama. Kata itu menunjuk kepada batin anda. Anda tahu anda memiliki batin, tetapi seperti apakah itu? Ia adalah bangun (*awake*). Saya tidak bermaksud mengatakan “tidak tidur”. Yang saya maksudkan adalah benar-benar sadar, melampaui imajinasi anda. Batin anda bercahaya jernih, terbuka, meluas dan penuh dengan kualitas luar biasa : cinta kasih tak bersyarat, welas asih, dan kebijaksanaan untuk melihat segala fenomena sebagaimana adanya. Dengan kata lain, batin-terbangunkan adalah selalu batin yang baik; ia tidak tumpul atau kacau. Ia tidak tertekan oleh keraguan, ketakutan dan emosi-emosi yang seringkali menyiksa kita. Alih-alih, batin sejati anda adalah batin yang gembira, bebas dari segala macam penderitaan. Itu adalah diri sejati anda. Dan hakikat sejati dari batin anda dan semua orang lainnya.

Tetapi batin anda tidak hanya sekedar diam saja dalam keadaan sempurna, tidak melakukan apa-apa. Tetapi merupakan permainan waktu yang menciptakan dunia anda. Mungkin anda bertanya : apabila ini benar, mengapa kehidupan kita atau dunia sudah sedemikian saja jadi sempurna? Mengapa kita tidak bergembira setiap saat? Bagaimana kita dapat tertawa di satu menit dan kemudian kecewa di menit lainnya? Dan mengapa orang-orang yang ‘sadar’ itu berdebat, bertengkar, berbohong, menipu, mencuri dan pergi berperang? Alasannya adalah, sekalipun batin-terbangunkan itu adalah hakikat sejati batin anda, tetapi mayoritas dari kita tidak mampu melihatnya. Mengapa? Karena sesuatu sedang terjadi. Sesuatu yang menghambat (blocking) pandangan kita padanya. Tentu, kita melihat sedikit disini disitu. Tetapi manakala momen kita melihatnya, sesuatu pikiran yang lain segera saja muncul dalam batin kita – “Jam berapa sekarang? Apakah waktu untuk makan siang? Oh... lihat kupu-kupu itu!”—dan terbanglah insight anda itu.

Secara ironis, apa yang memblock pandangan anda terhadap hakikat-sejati-batin – batin Buddha anda—adalah juga batin anda sendiri, bagian dari batin anda yang selalu sibuk, secara terus menerus terlibat dalam arus ‘pikiran, emosi dan konsep’. Batin yang sibuk ini adalah yang berpikir siapakah anda. Adalah lebih mudah untuk melihat orang yang berdiri di depan mata anda (daripada melihat batin anda). Sebagai contoh, pikiran yang anda pikirkan saat ini adalah lebih tampak bagi anda daripada kesadaran (*awareness*) dari pikiran tersebut. Bila anda marah, anda lebih memberikan perhatian kepada apa yang dimarahkan daripada sumber aktual asal kemarahan anda tersebut (dari dalam batin). Dengan kata lain, anda memperhatikan apa yang dilakukan oleh pikiran anda, tetapi anda tidak melihat pikiran itu sendiri. Anda mengidentifikasi diri anda dengan isi dari batin sibuk ini : pikiran anda, perasaan, ide-ide – dan berakhir dengan berpikir bahwa semua hal tersebut adalah ‘aku’ dan ‘bagaimanakah aku’.

Bila anda melakukan itu, ini adalah bagikan tertidur lelap dalam mimpi dan merasa bahwa mimpi itu adalah nyata. Misalnya bila anda bermimpi bahwa anda dikejar seorang asing yang sangar, itu sangat menakutkan dan nyata. Meskipun demikian, sesegera setelah anda bangun (sadar), baik si orang asing tersebut maupun rasa takut itu hilang begitu saja, dan anda merasakan kelegaan. Lebih lanjut, apabila anda dalam mimpi itu sadar bahwa itu adalah mimpi, maka anda tidak akan merasakan rasa takut itu.

Demikian dengan cara yang sama, dalam kehidupan keseharian kita, kita adalah bagaikan pemimpi yang percaya bahwa mimpi panjang kehidupan yang kita alami saat ini adalah real. Kita merasa sudah bangun, padahal belum. Kita masih bermimpi. Kita berpikir bahwa batin yang penuh sibuk dengan pikiran dan emosi perasaan ini adalah yang sejati. Padahal bukan. Manakala kita benar-benar bangun (*awake*), kesalahan= pemahaman tentang siapakah kita, penderitaan yang diakibatkan kebingungan itu akan hilang begitu saja.

PENGIKUT BUDDHA SEJATI

Apa yang membuat seseorang disebut pengikut Buddha? Apa yang membedakan pengikut Buddha dan yang bukan? Menjadi pengikut Buddha berarti berbeda dengan yang lain; tetapi apa maksud sebenarnya ini?



Sekadar Melakukan Ritual

Apakah orang yang hanya ambil bagian dalam berbagai ritual dan upacara Buddhis serta mengunjungi vihara untuk memberi persembahan adalah pengikut Buddha sejati?

Kegiatan-kegiatan sedemikian itu bisa bernilai jika dilakukan dengan semangat yang benar karena kegiatan tersebut dapat membangkitkan dan menyokong tekad dalam mengikuti jalan Buddha. Namun, apa yang lebih penting adalah memurnikan pikiran. Upacara dan ritual bisa membawa dampak yang berlawanan jika formalitas belaka dijadikan sebagai tujuan akhir.

Sekadar Mengharapkan Jasa

Apakah orang yang hanya mengumpulkan jasa kebajikan demi mengalami masa depan yang menyenangkan adalah pengikut Buddha sejati?

Materialisme spiritual sama-sama buruknya dengan materialisme murni-keduanya merupakan bentuk-bentuk kemelekatan dan keakuan. Kebaikan seharusnya hanya dilakukan semata-mata karena itu adalah kebaikan; kita seyogianya tidak melekat pada berbagai keuntungan sebagai akibat melakukan kebaikan.

Sekadar Menjadi Bermoral

Apakah orang yang hanya mempraktikkan moralitas adalah pengikut Buddha sejati?

Ada satu kesalahpengertian umum bahwa kita harus menyempurnakan moralitas terlebih dahulu sebelum bisa melaju di jalan spiritual-khususnya sebelum kita bermeditasi. Moralitas secara alamiah menjadi semakin dalam dengan meditasi karena moralitas melemahkan perasaan ego. Praktik moralitas yang tanpa realisasi Kebijaksanaan, tidak akan dapat membawa kita ke Pencerahan. Pencerahan bukanlah suatu tujuan yang muluk-muluk jika kita hidup saat ini, dari momen ke momen, dengan perhatian murni.

Sekadar Iman Membuta

Apakah orang yang membedakan agamanya sendiri dari agama-agama lain, menentang ajaran-ajaran mereka dan percaya bahwa pasti tidak ada kebenaran dalam ajaran mereka adalah pengikut Buddha sejati?

Semua agama memiliki unsur-unsur kebenaran tertentu di dalamnya. Selalu ada sesuatu yang dapat kita pelajari dari mereka meskipun pengikut Buddha yakin bahwa Buddha telah mengajarkan kepada kita semua hal yang kita perlukan untuk mempraktikkan jalan menuju Pencerahan dan Kebahagiaan Sejati.

Sekadar Yakin Terhadap Buddha

Apakah orang yang hanya percaya bahwa hanya dengan memiliki keyakinan kepada Buddha saja akan selamat adalah pengikut Buddha sejati?

Itu adalah pikiran penuh harap yang menggantungkan diri kepada orang lain alih-alih melakukan usaha sendiri untuk mempraktikkan jalan menuju Pencerahan yang membawa kebahagiaan. Jika kita dengan tulus melakukan usaha untuk berlatih, berbagai keadaan dalam kehidupan kita akan meningkat secara alami. Kita harus merealisasi Kebenaran untuk diri kita sendiri; tidak seorang pun dapat melakukannya untuk kita. Buddha menyadari bahwa semua makhluk memiliki sifat (hakikat) Buddha yang sama. Karena kita pada hakikatnya memiliki sifat yang sama seperti Buddha, kita pun dapat merealisasi sifat ini dengan jalan yang ditempuh-Nya.

Siapakah Pengikut Buddha Sejati?

Seorang pengikut Buddha sejati adalah orang yang, pertama, meyakini bahwa Pencerahan Buddha merupakan kebebasan melalui realisasi penuh atas sifat hakiki diri dan segala sesuatu, yang mengakhiri segala derita dan mencapai Kebahagiaan Sejati. Kedua, mencapai pengalaman bagi diri sendiri merupakan tujuan penting dalam kehidupan ini, mengikuti jalan yang telah Buddha tunjukkan kepada kita, datang kepada Tiga Permata untuk berlindung. Seorang pengikut Buddha memiliki keyakinan bahwa pengalaman Buddha bukanlah suatu khayalan, tetapi bahwa pengalaman itu merupakan hal yang paling penting dan bernilai yang dapat dialami oleh siapa saja melalui latihan pemurnian batin yang rajin. Bagian terpenting dari jalan menuju Pencerahan adalah kesadaran meditatif yang membimbing menuju pengertian tentang diri sendiri dan makhluk-makhluk lain, yang membangkitkan Kebijaksanaan dan Welas Asih yang sempurna.

Nah, apakah Anda seorang pengikut Buddha sejati?

Daftar Referensi:

1. *APAKAH BUDDHA ITU?* Source : *Rebel Buddha* - by Dzogchen Ponlop Rinpoche
<https://www.facebook.com/ceritabuddhist>
2. *PENGIKUT BUDDHA SEJATI*; <http://mitosmedan.com>



Sucikan Pikiran Manusia Agar Dunia dan Alam Menjadi Harmonis

(oleh YM Bhiksu Tadisa Paramita Mahasthavira; Ketua Sangha Mahayana Buddhis Internasional)

Setiap perayaan hari besar agama Buddha, kita sebagai siswa atau umat Buddha bukan hanya wajib melaksanakan ritual, kegiatan ceremonial, atau aktivitas kebajikan saja, melainkan kita harus terus meneladani sikap dan perilaku Buddha yang patut ditiru dan digugu. Utamanya sebelum dan sesudah perayaan atau upacara ritual, mari kita laksanakan introspeksi, refleksi, mengevaluasi penyakit batin dan kecenderungan mental ini, mengkaji moralitas dan spiritualitas kita sampai dimana? Tentu bila didapat ada penyakit atau kekurangannya maka harus segera di obati dengan Dharma yang sesuai dan efektif.

Perlu disadari, melatih diri adalah bagian utama dari mengisi kehidupan manusia, mencapai kesucian diri adalah tujuan utama umat manusia saat mengalami tumibal lahir di alam manusia. Barang siapa yang lalai, lengah dan mengabaikan praktik kesucian diri, maka kekotoran batinnya akan tumbuh berkembang, sehingga kebodohnya akan meluas dan aksi kejahatan dipastikan merajarela. Sebaliknya bila kesucian hati dan pikiran terus dikembangkan, maka pikiran negatif yang penuh keserakahan, kebencian dan kebodohan akan lenyap, berganti hati yang penuh cinta kasih, belas kasih, simpati dan keseimbangan batin akan tumbuh subur, sehingga dapat memasuki arus kesucian, kelak akan terbebas dari lingkaran tumibal lahir yang menyakitkan.

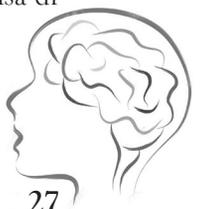
Perlu diketahui bahwa setiap makhluk mempunyai benih Buddha, dapat mengembangkan kesadaran Buddha, berpotensi jadi Buddha dan kelak bakal jadi Buddha. Artinya, hakikat Kebuddhaan pada dasarnya sudah dimiliki oleh semua makhluk hanya dikarenakan khayalan, kemelekatan dan pikiran jungkir balik sehingga kesejatiannya mereka tidak disadari, tidak di manfaatkan dan tidak dikembangkan, sehingga mereka terbenam dalam siklus tumibal lahir, mengalami derita yang tidak berakhir.

Setiap manusia mempunyai watak, kecenderungan atau karakter, yang masing-masing bersifat “unik” yang lain daripada yang lain. Darimanakah asal watak, kecenderungan atau karakter ini berasal? Apakah karena ditakdirkan sehingga tidak bisa “disucikan”? Bukan, agama Buddha tidak mengenal kata ‘Takdir’ yang diciptakan makhluk ‘Super Kuasa’, melainkan semua kondisi dibentuk dan diciptakan oleh diri sendiri, untuk diri sendiri. yaitu kondisi fisik, mental dan lingkungan yang berupa: watak, kecenderungan, karakter, dan hubungan/jodoh semua terbentuk dari timbunan akumulasi karma (timbunan karma pikiran, ucapan dan perbuatan) setiap individu tersebut sejak masa kehidupan-kehidupan lampayanya yang tidak terbilang, semenjak tiada awal kita berkelana dalam nuansa khayal, agresi dan nafsu untuk mengarungi lautan samsara yang tidak ber tepi, telah menimbun dan mengembangkan aneka kesadaran, dan bermacam perbuatan baik atau buruk yang disimpan di dalam gudang memory kesadaran. Sehingga setiap kelahiran, selalu membawa sifat, perangai dan berbagai kondisi. Oleh karena itu, setiap makhluk pasti membawa bentuk kondisi kelahiran, watak kecenderungannya, kemampuan dan bentuk kesadarannya. Setiap makhluk berjodoh dengan kondisinya dan lingkungannya.

Karena kebodohan manusia sehingga mereka tidak bisa membedakan mana yang baik, mana yang jahat, mana yang benar mana yang sesat, mana yang khayal mana yang realita. Karena manusia diliputi kebodohan yang berlangsung lama, sehingga memiliki watak atau kecenderungan, yang menyenangkan hal-hal sesuai kecenderungannya dan menciptakan karma yang bervariasi sesuai tabiat kecenderungannya sehingga kehidupan manusia penuh dinamika dualitas antara baik-buruk, benar-salah, sadar-lengah, dan efek pengaruhnya terbentuklah delapan penjuru angin, seperti sukses-gagal, untung-rugi, dipuji-dicela, bahagia-derita yang mendominasi kehidupan manusia. Setiap watak, perilaku individual dan kondisi mereka dapat mempengaruhi sekelilingnya. Bila saja watak dan perilaku umat manusia yang tak terhitung banyaknya cenderung negatif tentu mempengaruhi tata ruang menjadi rusak, bumi menjadi rusak alam pun ikut rusak sehingga tidak harmonis dengan kehidupan manusia. Sebaliknya bila watak dan perilaku manusia di muka bumi ini menjadi baik maka dunia pun menjadi aman dan nyaman untuk dihuni dan alam pun menjadi harmonis bagi kehidupan manusia.

Corak watak manusia umumnya berasal dari kelanjutan kehidupan sebelumnya, dibentuk oleh didikan keluarganya, dan dipengaruhi oleh pergaulannya. Sebenarnya watak manusia tersebut dapat diubah, dimurnikan, dan berkebajikan, dimulai dari pandangan dan pikiran benar, adanya kesadaran dan kearifan, perjuangan, tekad dan konsisten untuk merubah dan memperbaiki watak dan nasibnya. Juga karena segala sesuatu yang ber kondisi tidak kekal, sunya (kosong) dan Anatta (tanpa inti), sehingga semua kondisi bisa berubah, dirubah dan diperbaiki. Yang kotor bisa dimurnikan, yang khayal bisa disadarkan dengan realita, yang jahat bisa dirubah menjadi bajik, yang bernafsu bisa di sucikan, yang bodoh bisa dikembangkan kebijaksanaan, yang sesat bisa di lenyapkan dengan kebenaran, yang derita bisa dirubah menjadi kebahagiaan.

Ajaran utama Agama Buddha secara singkat hanya ada tiga, yaitu: Jangan Berbuat bodoh dan jahat; Sempurnakan segala kebajikan; Sucikan hati dan pikiran. Bila diuraikan bisa menjadi sepuluh alam (dasa dhatu), yaitu: 1. Perilaku kejahatan yang dilandasi kebencian akan dilahirkan ke alam neraka; 2.



Perilaku kejahatan yang dilandasi keserakahan akan dilahirkan ke alam setan kelaparan; 3. Perilaku kejahatan yang dilandasi kebodohan akan dilahirkan ke alam binatang; 4. Perilaku kebajikan yang dilandasi kedengkiannya dan nafsu akan dilahirkan ke alam asura (raja setan); 5. Perilaku kebajikan yang disertai pamrih dan nafsu akan dilahirkan ke alam manusia; 6. Kebajikan yang disertai kemelekatan dan memiliki kecenderungan akan dilahirkan ke alam dewa; 7. Perilaku kesucian yang mengandalkan Buddha Dharma akan menjadi Arahata; 8. Perilaku kesucian dengan usaha sendiri akan menjadi Prayetka Buddha; 8. Perilaku kesucian dan kebajikan penolong makhluk adalah Bodhisattva; 10. Perilaku kesucian dan kebajikan sudah sempurna akan menjadi Buddha.

Meditasi Sesuai Watak Dalam Agama Buddha

Pemilihan dilakukan berdasarkan pada watak atau kecenderungan batin seseorang yang akan melatih meditasi. watak atau kecenderungan batin ini dikenal juga dengan istilah 'caritta'. ada 6 jenis watak orang yang belum mencapai kesucian:

1) Watak Penuh Nafsu (Raga Caritta)

ciri-ciri watak ini didominasi oleh nafsu keinginan duniawi, cenderung terikat terhadap objek-objek yang menyenangkan. Seperti keterikatan terhadap musik, wewangian, makanan lezat, dan sebagainya. Juga memiliki sifat serakah, selalu mengambil lebih dari kebutuhannya. objek meditasi yang sesuai untuk orang yang berwatak ini adalah sesuatu yang tidak menyenangkan indra, yaitu merenungkan salah satu jenis mayat atau kotoran tubuh.

2) Watak Kebencian (Dosa Caritta)

Ciri-ciri watak ini adalah kecenderungan marah, membenci, serta iri hati. Emosinya tidak stabil sehingga tidak dapat mengendalikan kemarahannya. Objek meditasi yang sesuai untuk watak ini adalah sesuatu yang lembut atau indah, yaitu 4 kesadaran tak terbatas dan perwujudan warna biru, putih, merah, dan kuning.

3) Watak Dunggu (Moha Caritta)

Ciri-ciri watak ini adalah kecenderungan bingung, lamban dan malas, diliputi kegelapan batin. Dunggu atau bodoh maksudnya tidak mampu membedakan baik dan buruk, bukannya berarti tidak dapat menguasai ilmu pengetahuan. Objek meditasi yang sesuai untuk watak ini adalah keluar-masuknya nafas.

4) Watak Spekulatif (Vitaka Caritta)

Ciri-ciri watak ini adalah kecenderungan pikiran yang berkeliaran, tergesa-gesa, mudah gugup atau cemas bahkan terhadap hal-hal yang belum tentu terjadi sekalipun. Sulit sekali bagi orang berwatak spekulatif ini untuk merasakan kedamaian. Objek meditasi yang sesuai untuk watak ini sama dengan orang yang memiliki watak dunggu, yaitu keluar-masuknya nafas.

5) Watak Mudah Percaya (Saddha Caritta)

Ciri-ciri watak ini adalah kecenderungan mudah percaya, polos, dan biasanya rendah hati. Objek meditasi yang cocok bagi orang berwatak ini adalah perenungan terhadap Buddha, Dhamma, dan Sangha; perenungan terhadap sila atau moralitas, kemurahan hati dan perenungan terhadap kebajikan para dewa.

6) Watak Cerdas (Buddhi Caritta)

Ciri-ciri watak ini adalah kecenderungan menekankan pengertian, selalu ingin tahu dan meneliti. Orang yang memiliki watak ini sangat cerdas. Namun perlu kita sadari, bahwa kecerdasan tidak selalu merupakan keuntungan jika tidak bisa diiringi dengan pengertian yang benar atau kebijaksanaan untuk membedakan hal yang pantas dilaksanakan dan hal yang tidak pantas dilaksanakan. Objek meditasi yang sesuai untuk watak cerdas ini antara lain perenungan terhadap kedamaian Nibbana, kematian, makanan yang menjijikan, analisis terhadap 4 unsur (air, tanah, api dan udara), dan keluar masuknya nafas.

MAJJHIMA PATIPADA

Majjhima Patipada ialah praktek "Jalan-Tengah" yang diajarkan oleh Sang Buddha. Hingga saat ini, dikenal tiga macam praktek / "Jalan", dan salah satu di antaranya adalah Majjhima-Patipada yang diajarkan oleh Sang Buddha, sebagai suatu solusi dari dua jalan yang bersifat ekstrim. Penjelasan mengenai majjhima-patipada dan kedua jalan lain yang bersifat ekstrim adalah sebagai berikut :

1. **Atthakiramatanuyoga**, ialah praktek dengan penyiksaan diri yang keras. Praktisi di jalan ini akan mengekang diri dengan sangat keras, misalnya makan dengan porsi sangat sedikit, tidur sedikit, praktek sepanjang hari, kadang-kadang tidak makan (puasa) selama tujuh hari, atau hingga empat-puluh hari. Praktisi di jalan ini juga ada yang menahan napas sekuat ia bertahan, setelah cukup lama baru ia akan menarik napas kembali; berulang kali ia akan melakukan hal itu dengan maksud agar cepat mencapai kesucian dan pembebasan. Sang Buddha sangat tidak menganjurkan praktek ini, karena praktek ini tidak bermanfaat bagi pembebasan, malah hanya akan menghasilkan penderitaan baik fisik maupun batin. Sang Buddha sendiri pernah

melakukan praktek tersebut, menahan nafas hingga keluar suara mendesis dari telinganya, puasa selama empat-puluh hari, menutup telinga hingga tidak mendengar suara dari luar. Dan kemudian Sang Buddha meninggalkan praktek ekstrim tersebut.

2. **Kamasukhanikanuyoga.** Praktisi di jalan ini berkebalikan dengan praktisi di jalan sebelumnya, sebab praktisi di jalan ini justru mengumbar pikirannya sedemikian rupa sehingga sangat melekat kepada kenikmatan indriya. Praktisi di jalan ini menggunakan perumpamaan gelas yang diisi dengan air terus-menerus hingga akhirnya air tersebut tumpah-ruah, dan air di dalam gelas menjadi bersih. Praktik keliru ini masih banyak dilakukan oleh orang-orang yang mengatasnamakan diri berjalan di jalan “mistik”, yaitu praktek yoga melalui “pengumbaran” hubungan seksual ; meskipun demikian, praktek ini tidak menggambarkan “Tantrayana” yang sejati.
3. **Majjhima Patipada.** Ini adalah “Jalan-Tengah” yang diajarkan oleh Sang Buddha. Sebelum kemunculan Beliau, jalan ini tidak dikenal, di belahan bumi manapun juga. Sang Buddha, melalui majjhima-patipada, mengajarkan para siswa untuk menghindari kedua ekstrim tersebut diatas, yaitu ekstrim penyiksaan diri di satu sisi, dan ekstrim pengumbaran hawa nafsu di sisi lain. Majjhima patipada mengajarkan kita untuk: Jangan terlalu menderita, jangan terlalu berbahagia, jangan malas, jangan terlalu duduk lama (kalau lelah beristirahatlah), jangan terlalu lama berdiri (kalau lelah berjalanlah). Praktek “pensucian-diri” ini haruslah disesuaikan dengan kondisi tubuh dan tergantung kilesa (kekotoran batin) kita masing-masing. Yang penting dari “jalan” menuju Nibbana ini adalah, tersingkirnya kilesa dari diri kita masing-masing. Siksaan yang hebat tidak berarti kekotoran batin dengan sendirinya tersingkirkan, apalagi pemuasan hawa nafsu dan berbagai kemelekatan indria. Menurut majjhima-patipada, kita tidak perlu menyiksa diri dengan tidak makan selama berpuluh-puluh hari, karena ini hanya akan membuat tubuh tidak berdaya; makanlah sesuai dengan kebutuhan jasmani, tetapi hati-hati akan makanan yang dapat menimbulkan ketagihan dan kemelekatan, karena akan mempertebal kilesa (kekotoran batin). Sebaiknya kita juga memutuskan pergaulan dengan orang yang tidak sesuai dengan kita, misalnya orang-orang yang suka mabuk-mabukan, suka bicara kasar, suka hal-hal pornografi, dan lain-lain hal yang bersifat pengumbaran nafsu indriya, sebab ini akan mengacaukan praktek kita. Tinggallah dalam tempat yang sunyi, jangan membuang waktu dengan hal-hal yang tidak bermanfaat bagi kesucian, senantiasa pikirkan dan renungkan Dhamma. Praktek yang baik akan mendatangkan hasil (phala) paling rendah sampai Jhana-samapati dan yang paling tinggi sampai tujuan akhir NIBBANA (Sanskrit : Nirvana).

Saat bermeditasi, kita akan mendapat halangan. Halangan tersebut berupa “Panca-Nivarana”(Ke Lima Rintangan adalah nafsu-indriawi (kamacchanda), kehendak-jahat (vyapada), kelambanan dan kemalasan (thina middha), keresahan dan kekhawatiran (uddhacca kukkuccha), dan keraguan (vicikiccha). dan “Dasa Palibodha”.

Kesenangan indriawi memang manis seperti madu, Tetapi membuat batin menyimpang dan kacau. (*Sutta Nipata :50*)

Sepuluh Macam Palibodha

Palibodha berarti gangguan dalam meditasi yang menyebabkan batin gelisah dan tidak mampu memusatkan pikiran pada obyek. Palibodha ini ada sepuluh macam, yaitu :

1. Avasa (tempat tinggal);
2. Kula (pembantu dan orang yang bertanggung jawab)
3. Labha (keuntungan);
4. Gana (murid dan teman)
5. Kamma (pekerjaan);
6. Addhana (perjalanan)
7. Nāti (orangtua, keluarga, dan saudara);
8. Abadha (penyakit)
9. Gantha (pelajaran);
10. Iddhi (kekuatan gaib)

Ketika melaksanakan meditasi, para yogi (praktisi) sering mendapat gangguan yang disebut Palibodha. Contoh konkrit dari palibodha ini adalah : Ia merasa khawatir akan tempat tinggalnya, terikat dengan rumahnya, ia merasa khawatir akan pembantunya dan orang yang bertanggung jawab atas harta bendanya, Ia merasa khawatir akan persoalannya, apakah meditasi ini akan membawa keuntungan baginya, ia merasa khawatir akan murid-murid dan teman-temannya, ia merasa khawatir akan pekerjaannya yang belum selesai, ia merasa khawatir akan perjalanan jauh yang harus ditempuhnya, ia merasa khawatir akan orang tuanya, keluarganya, dan saudara-saudaranya, ia merasa khawatir akan kemungkinan timbulnya penyakit, ia merasa khawatir akan pelajaran yang ditinggalkannya, ia merasa khawatir akan bermacam-macam kekuatan magis yang dipertunjukkan, takut akan kemerosotan kekuatan magis yang telah dimilikinya. Palibodha tersebut harus dibasmi, agar kita dapat memusatkan pikiran dengan baik.

CHANTING MEMBEBAKANKAN PIKIRAN

Chanting adalah pendarasan/penguncaran/pembacaan terus menerus dan berkesinambungan serangkaian bunyi atau doa tertentu. Metoda ini dijumpai dalam berbagai agama/kepercayaan. Namun *chanting* dalam Buddhisme bukanlah doa dalam arti permohonan kepada suatu sosok Maha Kuasa. Praktisi *chanting* tidak meminta sesuatu. Dalam Buddhisme, *chanting* digunakan sebagai sarana untuk belajar (*pariyati*), praktek (*patipatti*) dan analisa (*pativedha*) mengenai Dharma.

Menguncarkan kata kata tertentu akan mengkonsentrasikan pikiran, dan mengirim getaran kekuatan ke atmosfer lingkungan, terlebih jika dilakukan berkelompok. Semua tradisi Buddhis mengenal pendarasan teks, Sutta Pali, Sutra Sansekerta, atau Mantra. *Chanting* dalam tradisi Buddhis adalah inti praktik harian yang akan memupuk kebajikan. Tradisi yang berbeda mempunyai cara berbeda pula dalam hal kecepatan dan irama pelafalan.

Kita sering mendengar ungkapan bahwa ada 84.000 pintu Dharma. Buddha, Guru Agung Yang Maha Bijaksana, memahami bahwa tidak setiap orang cocok dengan satu metoda dalam melaksanakan Dharma. Meditasi adalah cara untuk mencapai pembebasan, namun karena berbagai sebab dan alasan, seringkali seseorang kesulitan dalam mempraktikkannya. Dalam hal ini *Chanting* adalah merupakan Upaya Kausalya, sebuah cara yang lebih sederhana dalam usaha berlatih meditasi.

Sebagian orang merasa *chanting* sangat membosankan dan memandang remeh kegiatan tersebut, sebagian lain merasa lebih baik batin dan jasmaninya setelah melaksanakan *chanting*. Untuk menjelaskan, kita lihat struktur otak manusia. Ada dua belahan otak, bagian kiri mengontrol rasio, pemikiran dan hitungan matematika, logika, proses bertahap, dan sains. Bagian kanan untuk memahami seni, bahasa, keindahan, intuisi dan sejenisnya, yang kontras dengan bagian kiri.

Menariknya adalah, kedua bagian tersebut persis sama besarnya, berarti manusia seharusnya menggunakan kedua belah otaknya secara sama. Sayangnya sejak masa Revolusi Industri, kehidupan modern mengedepankan Sains dan Teknologi, dan mengabaikan pikiran intuitif. Semua berpacu dalam teknologi, mendewakan pikiran intelektual, dan membuang pikiran intuitif. Tapi kini para ahli di bidang Fisika khususnya Fisika Kuantum justru mulai berpaling pada pemikiran intuitif, tanpa meninggalkan intelektual, seperti tercermin dalam kata-kata Max Planck, bapak Fisika Kuantum:

“Sains ... berarti upaya tanpa jeda, dan perkembangan yang selalu maju ke sebuah tujuan, yang bisa dipahami oleh intuisi puitis, tapi tidak sepenuhnya ditangkap oleh intelek.”

Salah satu aktifitas yang melatih, dan memajukan pikiran intuitif adalah menguncarkan Paritta/Sutra/Mantra. Dan, itulah latihan batin spiritual dan intuitif yang dianjurkan Buddha untuk kita kembangkan. Jadi secara ringkas *chanting* bermanfaat karena alasan-alasan sebagai berikut:

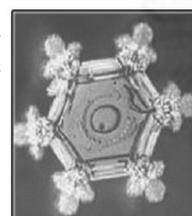
1. Ketika seorang ibu menyanyikan kidung bagi anaknya, si anak akan tenang beristirahat. Ketika lelah, kita mendengarkan musik lembut. Ilmuwan melihat bahwa tumbuhan jika didekatkan pada bunyi teratur dan berirama akan tumbuh lebih subur. Kristal air akan berubah teratur dan indah jika air didekatkan bunyi berirama. Demikian pula efek bunyi dalam *chanting* menciptakan getaran menyenangkan dalam tubuh dan otak, sehingga mempengaruhi gelombang otak, menyembuhkan tubuh dan batin, meningkatkan kadar hormon oksitoksin yang membuat seseorang merasa nyaman, karena mengandung efek penghilang sakit.

(Di Jepang, **Dr. Masaru Emoto** dari Universitas Yokohama dengan tekun melakukan penelitian tentang perilaku air. Air murni dari mata air di Pulau Honshu didoakan secara agama Shinto, lalu didinginkan sampai -5°C di laboratorium, lantas difoto dengan mikroskop elektron dengan kamera kecepatan tinggi. Ternyata molekul air membentuk kristal segi enam yang indah.

Molekul air yang terbentuk buruk jika kita mengatakan “kamu bodoh”:



Kristal air yang terbentuk indah jika kita mengatakan “cinta dan terima kasih”:



Percobaan diulangi dengan membacakan kata, “Arigato (terima kasih dalam bahasa Jepang)” di depan botol air tadi. Kristal kembali membentuk sangat indah. Lalu dicoba dengan menghadapkan tulisan huruf Jepang, “Arigato”. Kristal membentuk dengan keindahan yang sama. Selanjutnya ditunjukkan kata “setan”, kristal berbentuk buruk. Diputar musik Symphony Mozart, kristal muncul berbentuk bunga. Ketika musik heavy metal diperdengarkan, kristal hancur. Ketika 500 orang berkonsentrasi memusatkan pesan “peace” di depan sebotol air, kristal air tadi mengembang

bercabang-cabang dengan indah. Dan ketika dicoba dibacakan doa Buddhis, kristal bersegi enam dengan lima cabang daun muncul berkilauan. Dengan penelitian ini, jelaslah sudah bahwa pengobatan alternatif melalui air yang telah diberi doa ternyata bisa memberikan kesembuhan kepada penyakit yang berat sekalipun. Jika dulu banyak orang beranggapan penyembuhan penyakit melalui air yang diberi doa adalah musrik/khayal, maka oleh ilmu pengetahuan telah dibuktikan bahwa doa yang dibacakan pada air mampu merubah air tersebut menjadi 'air penyembuh'. Jadi semua ini sejalan dengan ilmu pengetahuan.

Penelitian Dr.Masimoto inipun tidak hanya mencakup air melainkan juga makanan lainnya yang ternyata mampu memberikan reaksi positif dan negatif. Inilah rahasianya mengapa kita dianjurkan oleh agama untuk berdoa sebelum makan/minum. Doa yang baik ternyata akan mampu merubah air/makanan menjadi sesuatu yang baik bagi tubuh.

Penelitian ini sungguh menyadarkan kita bahwa ucapan, pikiran dan perbuatan yang tidak baik ternyata mampu mengalirkan energi negatif yang merubah segala sesuatunya menjadi tidak baik.

Untuk itu marilah kita berhati-hati! apalagi tubuh kita sendiri ternyata terdiri dari 70% air. Jika kita memiliki pikiran negatif maka air dalam tubuh kita juga akan membentuk pola yang negatif. Akibatnya malah bisa menimbulkan penyakit atau masalah lainnya. Tidaklah mengherankan jika stress ternyata memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap timbulnya penyakit.

Apabila ada orang yang melakukan chanting, pendarasan/penguncaran/pembacaan terus menerus dan berkesinambungan baik itu Paritta, Sutra, Mantra atau Buddhasmrth (NienFo) maka air dan darah tubuhnya akan menjadi positif, dapat memperbaiki kerusakan dan kekacauan organ tubuh, sehingga tubuh orang tersebut sehat, jarang berpenyakit, dan usia kehidupan bisa jadi panjang. Begitupula lingkungan tempat tinggal, udara dan atmosfir lingkungan akan menjadi baik dan bersahabat dengan kehidupan manusia.)

2. Seseorang biasa bernapas 15 sampai 20 tarikan semenit. Ketika melakukan *chanting*, napas mulai melambat tanpa disadari, menjadi 5 sampai 8 tarikan per menit. Di jaman serba cepat ini, semua yang dapat memperlambat dan mengatur napas, sangatlah bermanfaat. Tubuh menjadi relaks, tekanan darah normal dan stabil.
3. Jika dijalankan sepenuh hati dan konsentrasi, emosi negatif akan ke luar. Sama halnya dengan bernyanyi, *chanting* adalah latihan fisik yang membersihkan paru paru dan otot dari racun akibat stres dan masalah.
4. *Chanting* membawa batin ke dalam irama yang teratur dan tetap, seperti halnya gerak edar matahari, pertumbuhan tanaman, perubahan musim, detak jantung, hempasan gelombang. Orang yang sehat batin dan jasmani adalah yang mempunyai irama hidup teratur seimbang.
5. *Chanting* membersihkan pikiran. Saat seseorang melantunkan bunyi melodius, ia menggunakan jaringan syaraf yang berbeda dengan ketika ia bicara. Jaringan saraf otak adalah seperti peta jalan di pemukiman padat penduduk. Beberapa jalan adalah jalan utama yang sering dilalui, lainnya bagai jalan pinggir yang jarang dilewati. Membaca bahasa dan lafal berbeda, melantunkan Paritta/Sutra/Mantra, adalah seperti melalui jalan yang jarang dilewati. Jalur yang sering kita gunakan diberi kesempatan istirahat, dan dengan demikian dapat dibersihkan.
6. *Chanting* juga memfokuskan pikiran dan merelakskan tubuh, serupa dengan meditasi. Dalam taraf tertentu bahkan bisa dicapai tingkat ketenangan yang mendalam.
7. Jika pikiran berhenti berkeliaran, ucapan dan perbuatan negatif juga berhenti. Ini berarti kita telah membuat kebajikan selama *chanting*.
8. Ketika memusatkan perhatian pada kata demi kata, kita juga belajar bagaimana memusatkan pikiran pada Dharma. Gelombang pikiran akan selaras dengan para Makhluk Suci, yang pernah mendengar Dharma langsung dari Buddha, mengingat usia mereka jauh lebih panjang dari manusia. Kekuatan tersembunyi dalam paritta/sutra/mantra akan membangkitkan kekuatan alam di sekitar kita.

Kita mendapat semua manfaat tersebut tanpa mengetahui arti dari apa yang kita baca. Tentunya akan lebih baik jika mengetahui artinya dan mempraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Kita dapat belajar bagaimana tekad Agung para Bodhisattva, bagaimana mengikis ego dan mengembangkan benih keBuddhaan (*Bodhicitta*) kita. Kata-kata dalam Paritta/Sutra/Mantra membantu kita menyadari kekerdilan si "aku" dibandingkan welas asih dan kasih sayang tak terbatas para Buddha, Bodhisattva dan Mahasattva.

Demikianlah artikel "Sucikan Pikiran Manusia Agar Dunia dan Alam menjadi Harmonis", semoga bisa di ambil hikmahnya dan bermanfaat. Teriring doa dan harapan, semoga semua makhluk bisa mensucikan hati dan pikiran, untuk meredakan kerusakan alam dan menumbuhkan kembangkan keharmonisan ke segenap penjuru, mengharap dunia menjadi aman, damai dan harmonis, bumi tempat kita huni masih layak dan relevan untuk dihuni, dan alam pun bersahabat dengan kehidupan manusia. Akhir kata semoga semua makhluk berbahagia, sadhu-sadhu-sadhu.

Sumber referensi://www.facebook.com/notes/mahabodhi-seroja/chanting-membeaskan-pikiran



Ciri dan Gerak Pikiran Manusia

Serta Bagaimana Kita Menanggapinya

Oleh Reza A.A Wattimena

Begitu banyak orang mengalami penderitaan dalam hidupnya. Hampir semua bentuk penderitaan datang dari pikiran, baik dalam bentuk kecemasan akan masa depan, maupun penyesalan atas masa lalu. Penderitaan nyata sehari-hari bisa dilampaui dengan baik, jika orang mampu berpikir jernih, jauh dari kecemasan dan penyesalan yang kerap mencengkram pikirannya. Sebaliknya, hal kecil akan menjadi sulit dan rumit, ketika pikiran orang dipenuhi dengan kecemasan dan penyesalan.

Orang semacam itu akan sulit berfungsi di masyarakat. Mereka tidak bisa menolong diri mereka sendiri. Akibatnya, mereka pun cenderung menjadi penghambat bagi orang lain, dan bahkan bisa membuat orang lain menderita. Beban pikiran yang berlebihan membuat orang tak mampu menyadari, betapa indah dan sederhana hidup manusia itu sebenarnya.

Pikiran Manusia

Kunci untuk mencegah hal ini adalah dengan memahami hakekat dan gerak pikiran manusia. Setiap bentuk konsep adalah hasil dari pikiran manusia. Dengan konsep itu, manusia lalu menanggapi berbagai keadaan di luar dirinya. Dalam hal ini, emosi dan perasaan juga merupakan hasil dari konsep yang berakar pada pikiran manusia.

Apa ciri dari pikiran manusia? Ada tiga ciri mendasar, yakni tidak nyata, sementara dan rapuh. Pikiran itu bukanlah kenyataan. Ia adalah tanggapan atas kenyataan. Pikiran dibangun di atas abstraksi konseptual atas kenyataan.

Pikiran juga sementara. Ia datang, ia pergi, dan ia berubah. Cuaca berubah, maka pikiran juga berubah. Ketika lapar, pikiran melemah. Dan sebaliknya, ketika perut kenyang, pikiran bekerja lebih maksimal.

Ini menegaskan ciri selanjutnya, bahwa pikiran itu rapuh. Apa yang kita pikirkan sama sekali belum tentu benar. Bahkan, keyakinan kita atas pikiran kita cenderung mengarahkan kita pada kesalahan dan penderitaan, baik penderitaan diri sendiri maupun orang lain. Pikiran kita begitu amat mudah berubah, dan ini jelas menandakan kerapuhan dari semua bentuk pikiran kita.

Ekspresi, Represi dan Observasi

Namun, sayangnya, banyak orang mengira, bahwa pikiran mereka adalah kenyataan. Mereka mengira, bahwa pikiran mereka adalah kebenaran. Emosi dan segala bentuk perasaan, yang merupakan buah dari pikiran, juga dianggap sebagai realita. Mereka mengalami kesulitan untuk menjaga jarak dari pikiran mereka sendiri.

Pada titik ini, biasanya orang melihat dua kemungkinan, yakni ekspresi dan represi. Ekspresi berarti mengeluarkan semua bentuk pikiran tersebut dalam bentuk tindakan ataupun kata-kata. Biasanya, orang lain menjadi obyek dari tindakan ini. Beberapa diantaranya merasa terhina, sehingga membalas, dan membentuk semacam lingkaran kekerasan yang lebih besar.

Represi berarti menekan dan menelan semua emosi dan pikiran yang muncul. Pada pikiran dan emosi yang ekstrem, ini menciptakan rasa sakit yang luar biasa. Dalam jangka panjang, ini bisa menciptakan penyakit fisik yang berbahaya, seperti misalnya kanker atau sakit jantung. Represi emosi dan pikiran jelas bukan merupakan jalan yang tepat.

Ekspresi menciptakan masalah sosial. Represi menciptakan masalah personal. Banyak orang terjebak di antara keduanya. Mereka tidak dapat keluar dari pikiran dan emosi yang mereka anggap nyata.

Namun, ada jalan keluar dari kebuntuan ini, yakni observasi. Observasi berarti tindak mengamati apa yang terjadi di dalam pikiran kita secara seksama. Kita mengamati muncul dan bergantinya pikiran dari satu obyek ke obyek lainnya. Kita bisa melihat, bagaimana emosi, perasaan dan pikiran terbentuk, dan kemudian berlalu.



Dengan cara ini, kita menciptakan jarak dengan segala hal yang muncul di kepala kita. Kita tidak lagi percaya, bahwa itu semua adalah kebenaran. Hasilnya, semua emosi, pikiran dan perasaan tidak akan mempengaruhi kita. Kita mengalami kebebasan yang sesungguhnya.



Apa yang Sedang Mengamati?

Ketika kita mengamati semua bentuk emosi, perasaan dan pikiran yang muncul, kita lalu bertanya, apa ini yang sedang mengamati? Siapa ini yang sedang mengamati? Yang jelas, kita bukanlah pikiran kita. Kita juga bukanlah emosi dan perasaan kita, karena semua itu datang dan pergi, serta amat rapuh.

Jika kita bukan pikiran, perasaan maupun emosi kita, lalu apa atau siapakah kita? Siapa ini yang sedang mengamati? Kita bisa menjawab dengan jawaban-jawaban lama, seperti jiwa atau roh. Namun, jiwa dan roh adalah konsep-konsep yang merupakan hasil dari pikiran kita, maka ia juga tidak nyata, sementara dan amat rapuh.

Pertanyaan ini membuka ruang baru di dalam hidup kita. Jika dilakukan secara berkala, yakni bertanya "Siapa ini yang sedang mengamati?", kita akan menyadari kehadiran sang pengamat ini. Ia mengamati setiap detik pikiran, emosi dan perasaan yang muncul dan pergi di dalam diri kita. Kesadaran ini membuat kita lebih kuat menghadapi segala hal yang mungkin terjadi di dalam hidup. Dalam jangka panjang, tidak ada emosi, pikiran ataupun perasaan yang bisa mempengaruhi diri kita lagi.

Bukankah ini yang disebut kedamaian sejati?



Portal InfoBuddhis.com

merupakan Media Informasi dan Komunikasi Umat Buddha yang didirikan oleh Forum Komunikasi Umat Buddha - FKUB DKI Jakarta dan online pada tanggal 1 Juni 2007 (bertepatan dengan Hari Trisuci Waisak 2551)

Content :

BERITA BUDDHIS	- Berita Kegiatan Umat Buddha Indonesia
AGENDA KEGIATAN	- Agenda Kegiatan Buddhis Yang Akan Dilaksanakan
LOWONGAN BUDDHIS	- Lowongan Kerja Perusahaan Dan Pencari Kerja Buddhis
USAHA BUDDHIS	- Usaha Umat Buddha
PROPERTI UMAT	- Properti Umat Buddha (Jual - Beli - Sewa)
DIREKTORI BUDDHIS	- Tempat Ibadah dan Links Website Buddhis
ARTIKEL DHARMA	- Artikel Buddha Dharma
TOKOH BUDDHIS	- Tokoh Agama Buddha Indonesia
INFO UMAT	- Kegiatan Umat (Peresmian Kantor / Usaha / Kelahiran / Perkawinan dll)
INFO PARAMITA	- Umat Buddha Yang Membutuhkan Bantuan Dari Umat Buddha
INFO DUKACITA	- Info Umat Buddha Yang Meninggal dan Memoriam
PELAYANAN SEMBAHYANG	- Pelayanan Sembahyang Bagi Umat Buddha
PERATURAN	- Peraturan Keagamaan Dan Peraturan Lainnya
DIREKTORI IKLAN	- Iklan Gratis Bagi Umat Buddha Maupun Lainnya
FORUM DISKUSI	- Forum Diskusi Bagi Umat Buddha
NEWSLETTER	- Berita-Berita Infobuddhis.Com Ke Umat Buddha

Bagi Umat Buddha yang ingin memberikan informasi/ berita dapat langsung mengunjungi website www.infobuddhis.com, E-mail. info@infobuddhis.com

www.InfoBuddhis.com Dari Umat Buddha Untuk Umat Buddha

JJ88

**Pusat Grosir
Pasar Pagi Mangga Dua
Lt. IV Blok A - BA No. 33
Exclusive Boutique Center
Jl. Mangga Dua Raya
Jakarta 14430**

**Telp. (+62 21) 6252302
email: jj88_ng@yahoo.com**



Apakah 'Aku' ada?

Seseorang mengira "si Aku" itu ada, karena ia mau meyakini dirinya ada.

Lalu siapa yang meyakini "Aku" itu ada?

Apakah "aku" yang meyakini bahwa "Aku" itu ada?

Apabila demikian, ada berapa "Aku" di dalam diri?

Apakah "aku" harus ada terlebih dahulu untuk merasa "Aku" itu ada, atau ketika merasakan "Aku ada", maka "Aku" menjadi ada?

Mana yang lebih dahulu "Aku" atau "merasakan"?

Kalau "Aku" terlebih dahulu ada mendahului perasaan, maka dengan demikian aku ada dengan tidak merasakan. Kalau si aku "tidak merasakan", bagaimana 'Aku' bisa merasakan bahwa 'Aku' ada?

Kalau "merasakan" lebih dahulu ada dibandingkan 'Aku', maka "Aku" timbul hanya karena perasaan bahwa "Aku" ada. Lalu siapa sebenarnya yang merasakan?

Jika ada dua 'Aku', "yang mengamati" dan "yang diamati", siapakah 'Aku' "yang diamati" saat 'Aku' yang satunya "yang mengamati"? Bukankah ketika ia berada di luar "Aku" maka ia bukan "Aku" lagi, tapi jadi "liyan" (orang lain). Begitu juga sebaliknya. Karena itu ketika ada "Aku" yang satu mengamati "Aku" yang lain atau "Aku" yang satu diamati oleh "Aku" yang lain, maka "Aku" sebenarnya hanya sudut pandang atau perspektif. Kalau ia adalah sudut pandang atau perspektif, maka ia berubah-ubah tergantung pada situasi.

Sebelum kamu tergesa-gesa menyimpulkan, aku mau menambahkan: kalau gitu apakah "ada" itu sendiri? Siapakah yang bisa merasakan sesuatu itu "ada" kalau bukan karena adanya "Aku"? Lalu bagaimana "Aku" bisa adalah "ada", jika yang merasakan "ada" atau "tidak ada" adalah "Aku" itu sendiri?

Oleh karena itu, teman-teman, Kalau "Aku" lenyap, maka "ada" pun akan padam. Begitu juga ketika "ada" padam, maka "Aku" pun lenyap. "Si Aku" tidak lain adalah "si ada" maupun "si tiada" itu sendiri.

Jalan Buntu untuk 'Ego'

Wawancara dengan YM Master Sheng-yen oleh Carter Phipps

WIE: Menurut Buddhisme Ch'an, apakah ego itu?

Guru Sheng-yen (GSy): Dalam Buddhisme Ch'an gagasan ego berputar di sekitar gagasan keterikatan atau kemelekatan. Sejatinya ego itu tidak ada. Ia dihasilkan sebagai akibat dari keterikatan pada tubuh dan kemelekatan pada gagasan-gagasan seseorang atau sudut pandang sendiri. Tetapi karena baik tubuh maupun batin adalah tidak kekal dan selalu berubah dari waktu ke waktu, kemelekatan kita kepadanya selalu berubah-ubah juga. Dan dikarenakan kemelekatan ini berubah-ubah, ego juga berubah. Jadi dari perspektif Ch'an, ego tidak ada sebagai entitas yang permanen, yang tidak berubah. Ego tidak ada berdiri sendiri terpisah dari kemelekatan yang berubah-ubah pada seseorang ke tubuhnya dan gagasannya.

WIE: Apa maksud dari melampaui ego?

GSy: Ada dua cara yang berbeda untuk mencapai transendensi dari ego. Salah satunya adalah pengalaman, yaitu melalui mengalami transendensi diri. Dan ini dapat dilakukan melalui praktik, latihan meditasi duduk dan menyelidiki *koan* [pertanyaan paradoks]. Dimungkinkan untuk mencapai pengalaman ini tanpa praktek, namun hal demikian sangat jarang; kebanyakan orang perlu melakukan praktik. Maksud dari praktik semacam ini pada dasarnya adalah untuk mendorong ego ke sudut hingga tiada lagi tempat lain untuk pergi. Ego tidak dapat melarikan diri ke manapun.

Jadi ego dan metode yang Anda gunakan untuk melampaui ego saling bertentangan secara langsung satu sama lain. Seperti yang saya katakan, ego didasarkan pada kemelekatan-kemelekatan kita pada tubuh dan gagasan-gagasan. Oleh karena itu, metode melampaui ego adalah untuk mengatasi kemelekatan ini, meletakkan kemelekatan ini. Tatkala ego terpojok dan tidak bisa lari ke manapun lagi, satu-satunya yang dapat dilakukan adalah dengan meletakkannya. Dan tatkala seseorang meletakkan ego, maka itulah pencerahan.

WIE: Bisakah Anda menjelaskan lebih lanjut bagaimana menyelidiki koan dapat membantu untuk "menyudutkan ego"?





GSy: Dalam metode ini, Anda sebenarnya tidak sedang mencoba untuk memecahkan *koan* tersebut. Sebaliknya, metode tersebut meminta pada *koan* untuk memberikan jawabannya. Sebuah *koan* mungkin seperti, “Apakah *wu* [ketiadaan] itu?” Jadi Anda terus-menerus bertanya dan meminta *koan* untuk memberikan jawaban untuk pertanyaan itu. Tapi sebenarnya, tidak mungkin untuk menjawab. Tentu saja, dalam proses bertanya, pikiran Anda akan memberikan jawaban, tapi apa pun jawaban Anda dapatkan harus Anda tolak. Dan Anda semata-mata tinggal dengan metode ini-terus bertanya dan terus menolak apa pun jawaban yang muncul dalam pikiran Anda. Pada akhirnya Anda akan mengembangkan sensasi keraguan (*doubt sensation*). Anda tidak akan sanggup bertanya mengenai *koan* lagi. Bahkan, tidak ada artinya lagi untuk bertanya. Maka tidak ada yang harus dilakukan kecuali pada akhirnya meletakkan diri dan itulah ketika pencerahan muncul di hadapan Anda. Tetapi apabila Anda bertanya tentang *koan* dan Anda hanya menjadi lelah, apabila Anda tidak dapat menemukan jawaban dan sehingga Anda berhenti, ini bukan pencerahan. Hal demikian hanyalah kemalasan.

Cara kedua untuk melampaui ego adalah cara konseptual. Hal ini terjadi ketika muncul perubahan tiba-tiba dan menyeluruh dalam sudut pandang seseorang. Hal ini dapat terjadi, misalnya, ketika seseorang membaca sebuah sutra atau mendengarkan ceramah dharma. Dengan seketika, seseorang dapat tercerahkan. Tapi agar hal demikian terjadi, seseorang harus terlebih dahulu memiliki hasrat mengetahui jawaban atas pertanyaan, “Apakah ego itu, apakah diri itu?” Mereka harus sudah terlibat dengan pertanyaan ini dalam pikiran mereka sendiri. Dan kemudian, ketika mereka menemukan sebuah kalimat tertentu, mereka tiba-tiba dapat mengenali jawaban dan seketika mencapai pencerahan. Salah satu contoh yang sangat baik adalah Patriark Keenam, Hui Neng. Beliau mendengar satu kalimat dari Sutra Intan dan tercerahkan. Namun, bagi orang yang tidak pernah berpikir tentang permasalahan dan pertanyaan ini dalam kehidupan sehari-hari mereka, yang tidak peduli tentang apakah ego itu dan tidak memiliki keinginan untuk mengetahui apakah diri itu, ini tidak akan terjadi. Mendengarkan kuliah dharma atau membaca sutra saja tidak akan membantu mereka

WIE: *Apa peran guru dalam membebaskan murid dari egonya?*

GSy: Pertama-tama, hal yang paling penting adalah bahwa murid itu harus benar-benar ingin tahu apa hakikat dari ego. Mereka perlu memiliki hasrat yang membara untuk tahu. Lalu, apa yang seorang guru dapat lakukan adalah memberikan siswa itu metode atau alat untuk menyelidiki, serta menunjukkan kepada mereka bagaimana cara menjalani praktik dengan metode ini. Banyak murid yang mungkin telah memiliki metode, namun tidak dapat menggunakannya dengan baik. Sehingga guru dapat menunjukkan pada murid bagaimana menggunakan metode mereka dengan baik, selain juga menunjukkan pemahaman konseptual dan sikap yang benar sesuai kebutuhan mereka dalam menjalani praktik mereka. Dan apabila siswa itu memiliki keinginan yang kuat untuk memahami hakikat diri sejati mereka, maka metode akan menjadi bermanfaat. Mereka akan dapat melihat bahwa diri ini yang didasarkan pada kemelekatan adalah ilusi. Tidak nyata. Dan ketika mereka menyadari hal ini, mereka juga akan melihat bahwa ego itu tidak ada.

WIE: *Dalam buku terbaru Anda "Subtle Wisdom," Anda menulis, "Kadang-kadang pikiran mengalami sesuatu yang dikiranya sebagai pencerahan, tetapi sebenarnya hanya ego dalam keadaan sangat bahagia." Bisakah Anda menjelaskan perbedaan antara kedua pengalaman ini –antara pencerahan asli dan kondisi semata-mata karena ego, seperti yang Anda katakan, "dalam keadaan sangat bahagia"?*

GSy: Pengalaman akan kebahagiaan bisa juga menjadi bagian dari pencerahan; seseorang dapat merasa bahagia apakah mereka tercerahkan atau tidak. Akan tetapi, biasanya ketika seseorang dalam kegirangan ini, kebahagiaan ini, itu karena, pada saat itu, orang itu tidak merasa terbebani lagi oleh tubuhnya atau oleh pikiran dan emosi, maka orang itu merasa sangat tenang. Namun, hal ini bukanlah pembebasan. Seseorang mungkin merasa sangat ringan; hal ini tidak berarti apapun. Sebuah perasaan sangat damai, girang, bahagia tidak sama dengan pencerahan. Pencerahan adalah ketidakmelekatan pada sudut pandang apapun atau tidak memiliki kemelekatan apapun pada tubuh. Tidak ada beban sama sekali, dan itulah mengapa orang akan merasa bahagia. Sebagai contoh, Buddha Shakyamuni, setelah pencerahan-Nya, duduk di bawah pohon bodhi selama tujuh hari untuk menikmati kebahagiaan, sukacita dharma dari pembebasan itu. Tapi seseorang bisa merasakan kebahagiaan tidak peduli apakah ia tercerahkan atau tidak tercerahkan. Jadi kita harus mampu membedakan hal ini.

WIE: *Dalam buku Anda selanjutnya Anda mengatakan bahwa ego ini berada dalam keadaan sangat bahagia dapat terjadi dikarenakan, "ego bahkan mungkin dikenali sebagai menyatu dengan alam semesta atau keilahian." Bisakah Anda menjelaskan apa yang Anda maksudkan?*





GSy: Perasaan menyatu dengan alam semesta tersebut sebenarnya adalah salah satu jenis *samadhi* [absorpsi meditasi], hasil dari konsentrasi mendalam, dan tatkala seseorang berada dalam tahap ini, mereka mengenali seluruh alam semesta adalah sama seperti dirinya sendiri. Yang terjadi adalah ia memperluas ego kecilnya menuju ke luar, untuk mencakup semua sudut pandang, untuk mencakup semua alam semesta dan segala isinya. Jadi pada titik ini, seseorang tidak akan lagi memiliki gagasan-gagasan atau pikiran egois yang bersifat individu, yang biasanya muncul dari egoisme sempit. Bahkan, seseorang mungkin mengalami kekuatan yang luar biasa yang dihasilkan dari *samadhi* ini, kekuatan yang berasal dari gagasan bahwa “alam semesta itu sama dengan saya.” Orang yang memiliki realisasi demikian seringkali dapat menjadi pemimpin agama yang sangat besar.

Akan tetapi, Sang Buddha, setelah pencerahan-Nya, tidak mengatakan, “Aku pusat alam semesta.” Tidak juga Beliau menyatakan bahwa ia mewakili seluruh alam semesta. Apa yang Beliau katakan adalah bahwa Sang Buddha hadir untuk mendorong semua makhluk hidup untuk melihat bahwa ego itu berasal dari kemelekatan, dan apabila kita semua dapat melepaskan kemelekatan ini, maka kita akan terbebaskan. Dan Sang Buddha melihat dirinya sebagai seorang teman, seorang teman yang bijaksana bagi semua makhluk hidup, yang mendorong mereka untuk memahami bahwa ego berasal dari kemelekatan serta mendorong semua orang untuk berpraktik, melepaskan kemelekatan ini.

Oleh karenanya, dalam Nirvana Buddha, tiada lagi kemunculan dan tiada lagi pemadaman. Tidak ada Diri –tidak ada Diri besar, tidak ada diri kecil –dan inilah pencerahan sejati. Inilah pencerahan Buddha.

WIE: Jadi, apabila seorang individu disamakan dengan alam semesta sebagai keseluruhan, dalam kasus ini, masih terdapat kemelekatan pada ego yang belum dilepaskan oleh orang tersebut?

GSy: Ya.

WIE: *Beberapa patriark agung Ch’an dan Zen terkenal sebagai guru sangat galak yang akan berusaha dengan keras untuk mencapai hasil dan menggunakan tindakan yang sangat ekstrim untuk membebaskan murid mereka dari ego. Dalam buku Anda, Anda menulis tentang bagaimana beberapa guru Anda sendiri juga sangat keras dengan Anda. Apakah dikarenakan kemelekatan kita pada ego yang sedemikian mendalam dan sedemikian kuatnya, maka para master yang mulia ini butuh menggunakan cara-cara ekstrim demikian untuk membuat murid mereka melampaui ego?*

GSy: Sebenarnya, tidak semua orang membutuhkan metode yang keras. Jenis metode yang digunakan harus sesuai dengan kebutuhan individu si murid dan kondisi saat itu. Penentuan waktu adalah sangat penting. Misalnya, tatkala saya mengajari murid-murid saya, saya hanya menggunakan metode keras apabila dibutuhkan. Seringkali saya lebih banyak menggunakan cara menyemangati, khususnya bagi murid pemula. Bagi mereka yang telah berlatih untuk beberapa saat, yang telah memiliki keyakinan kuat akan praktiknya namun masih memiliki kemelekatan pada ego, maka saya akan menggunakan beberapa metode yang lebih keras untuk membantu mereka maju. Tapi dibutuhkan seorang guru yang sangat berpengalaman, yang sangat baik, untuk mengetahui kapan waktu yang tepat menggunakan metode tersebut.

WIE: *Bagian lain dari buku Anda berbunyi, “Jika rasa kedirian Anda kuat, padat, dan dahsyat, maka Anda tidak mungkin dapat mengalami pencerahan.” Apa yang Anda maksudkan dengan ini? Mengapa sulit bagi seseorang dengan rasa kedirian yang kuat, atau apa yang orang Barat sebut sebagai “ego yang kuat,” untuk mengalami pencerahan?*

GSy: Tidaklah selalu benar demikian, bahwa orang dengan ego yang sangat kuat tidak dapat tercerahkan. Bahkan, mereka yang *tahu* bahwa mereka memiliki ego yang kuat, pada kasus tertentu, sebenarnya adalah calon terbaik untuk mempraktikkan Buddha-dharma. Anda lihat, ada tipe orang yang sangat egosentris namun pada saat yang sama memiliki keinginan yang kuat akan pencerahan. Karena keinginan yang kuat, mereka secara alami akan sangat tidak bahagia dan tidak puas dengan memiliki ego besar, dan sikap demikian baik untuk praktik mereka. Bila Anda memiliki ego kuat demikian, Anda harus rela melakukan sesuatu terhadapnya. Jadi orang seperti ini bisa menjadi kandidat yang baik untuk berlatih dan belajar Ch’an.

Kemudian ada juga individu yang memiliki apa yang kita sebut ego yang lebih lemah atau lebih lembut. Hal ini dapat membantu mereka, tetapi hanya apabila mereka masih sungguh-sungguh ingin mengatasi ego mereka. Apabila tidak demikian, mereka tidak akan semakin maju mendekati pencerahan, karena mereka tidak akan memiliki kepercayaan diri dalam praktik. Mereka tidak akan memiliki ketekunan dalam berlatih. Namun apabila seorang individu yang memiliki ego yang lebih lemah atau lebih lembut dan masih memahami bahwa mereka harus berlatih dengan tekun untuk mengatasinya, maka kita bisa mengatakan bahwa orang-orang ini, dikarenakan mereka memiliki keinginan yang kuat akan pembebasan maupun ego yang lebih kecil, mereka lebih dekat dengan pencerahan.





WIE: Saat ini banyak guru spiritual Barat percaya bahwa jalan spiritual tradisional, termasuk Buddhisme, tidak dapat memenuhi semua kebutuhan para pencari modern. Secara khusus, mereka merasa bahwa dibutuhkan psikoterapi untuk melengkapi latihan spiritual mereka dalam rangka mengatasi kemelekitan emosional mereka dan persoalan ego mereka. Apakah Anda juga merasa bahwa jalan Ch'an tidak lengkap dalam mengatasi penderitaan para pencari modern dan bahwa seseorang lebih baik disarankan untuk mempertimbangkan pendekatan-ganda ini – psikoterapi dan spiritual–dalam pencarian mereka akan pencerahan? Atau praktik spiritual saja, apabila dilakukan dengan tulus dan tekun, cukup untuk membebaskan kita dari ego?

GSy: Terdapat dua permasalahan berbeda di sini. Pertama, individu yang memiliki masalah psikologis yang sangat berat tidak dianjurkan menggunakan metode Ch'an. Ini tidak baik bagi mereka. Bila mereka sekadar ingin belajar meditasi duduk untuk pemula, kami akan mengajarkannya dan mereka akan menuai faedah darinya, misalnya kesehatan yang semakin membaik. Namun, orang dengan masalah [kejiwaan] berat harus pergi ke dokter untuk memulihkan mereka sebelum memulai praktik Ch'an.

Akan tetapi, pada umumnya, bagi individu yang tidak memiliki masalah kejiwaan yang parah, praktek Ch'an sudah cukup. Tidak perlu mencari bantuan seorang psikiater atau terapis. Bahkan, kadang-kadang psikiater atau terapis datang dan meminta bantuan saya.

WIE: Dalam tiga puluh tahun terakhir ini, terdapat banyak guru yang berpengaruh, yang memiliki pemahaman dan pengalaman spiritual mendalam, serta telah menarik minat sejumlah besar siswa, akan tetapi pada akhirnya reputasinya rusak dikarenakan pembusukan dan skandal, kadang-kadang dengan cara yang sangat mencengangkan. Apakah mungkin bahwa pengalaman dan pemahaman spiritual, pada kasus tertentu, sebenarnya dapat menguatkan ego?

GSy: Sulit untuk dikatakan demikian. Sebenarnya aku tidak ingin mengomentari hal ini. Ini adalah masalah. Ada beberapa individu yang berpikir bahwa mereka tercerahkan, bahwa mereka terbebaskan, dan mereka juga memiliki gagasan bahwa setelah mereka terbebaskan, sehingga mereka tidak membutuhkan moralitas apapun lagi, mereka merasa tidak perlu lagi menegakkan sila [kewajiban dasar yang dilakukan oleh umat Buddha] lagi. Dan menurut pemahaman Buddhisme saya –di sini, saya hanya bisa berbicara untuk diri saya sendiri–kami meneladani Buddha Shakyamuni, dan apabila kita melihat Sang Buddha setelah Beliau tercerahkan, Beliau tidak mabuk-mabukan. Beliau tidak bergaul bebas dengan wanita, 'meniduri' di sana sini, dan menipu uang orang lain. Dan itulah yang kita teladani. Para master Ch'an Cina menekankan pentingnya menegakkan sila [aturan-moralitas].

WIE: Untuk semuanya, guru maupun murid?

GSy: Dalam sutra, kitab suci Buddha, disebutkan bahwa apabila Anda benar-benar tercerahkan, secara natural Anda tentu akan menegakkan aturan.

WIE: Anda adalah seorang guru yang dihormati yang memiliki murid di Taiwan dan di Barat, di Amerika ini. Beberapa guru spiritual Barat dan psikolog, yang telah kita singgung dalam masalah ini, mengatakan bahwa ego orang Barat berbeda dari ego orang Timur–bahwa orang Barat lebih melekat pada diri individu dan identitas pribadi. Apabila hal ini benar, secara teoritis, maka pada umumnya seharusnya lebih mudah bagi orang Timur untuk mencapai pencerahan dibandingkan Orang Barat. Apakah Anda setuju dengan hal ini? Apakah menurut pengalaman Anda demikian?

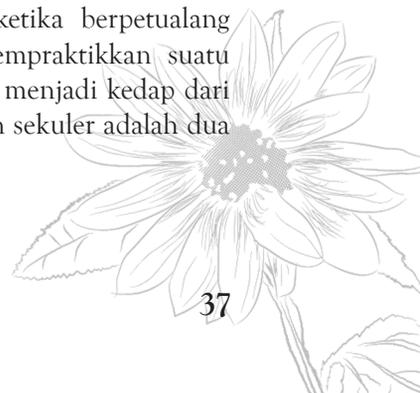
GSy: Belum tentu demikian. Semuanya bergantung pada apakah Anda memiliki keinginan akan pencerahan – apakah, seperti yang telah saya katakan, Anda benar-benar ingin memahami hakikat ego.

WIE: Menurut Anda inilah kunci keberhasilannya?

GSy: Ya, ini kuncinya. Anda mungkin memiliki ego yang lemah atau kecil, tetapi apabila Anda tidak peduli akan hal ini dan Anda tidak memiliki keinginan yang kuat, maka Anda takkan semakin dekat dengan pencerahan.

Jebakan 'Ego': Ambisi Spiritual

Umumnya, orang meyakini bahwa keduniawian dan spiritualitas adalah dua kondisi yang pada hakikatnya bertentangan. Dengan memandang demikian, mereka merengkuh kegairahan baru ketika berpetualang memasuki pengalaman spiritual. Kegairahan tersebut menjanjikan bahwa dengan mempraktikkan suatu metode spiritualitas tertentu, tanpa peduli dengan alasan di baliknya, seseorang dianggap menjadi kedap dari keduniawian. Asumsi ini mungkin tak terlalu keliru bila seandainya dunia spiritualitas dan sekuler adalah dua kondisi yang benar-benar bertentangan. Tapi apakah benar demikian adanya?



Hong Yingming, seorang pertapa di jaman Dinasti Ming berpendapat bahwa alasan seseorang mempraktikkan spiritualitas dapat mempengaruhi diri seseorang. Dalam tulisannya "Percakapan Akar Sayuran" (diterjemahkan oleh Thomas Cleary dengan judul "Back to Begining"), ia berkata: "Orang dapat meninggalkan keduniawian setelah melepas ambisi duniawi. Orang dapat memasuki kebijakan setelah melepaskan ambisi spiritual".



Melalui kata-kata sederhana ini, Hong Yingming berusaha mengingatkan pada manusia bahwa menjadikan tujuan spiritual sebagai ambisi dapat menghambat kebijaksanaan. Ia hendak menyampaikan pesan bahwa, baik "ambisi duniawi" dan "ambisi sipritual," keduanya dapat menghambat kebijaksanaan seseorang.

Sebenarnya apa yang dimaksud oleh Hong Yingming sebagai ambisi spiritual? Pernyataan ini menjadi menarik, karena ia menyebutkan adanya "ambisi spiritual", di samping "ambisi duniawi." Hal ini mengesankan adanya dua "ambisi" yang berbeda. Seolah-olah, lepas dari ambisi duniawi seseorang belum tentu lepas dari suatu tipe ambisi lain yang siap menjebak.

Dalam memandang masalah ini, saya berkesimpulan bahwa Hong Yingming hendak mengatakan bahwa: "ambisi duniawi" maupun "ambisi spiritual" tidak ada bedanya. Dalam hal ini, ia hendak mengatakan di balik ambisi sipritual terselip ambisi duniawi lainnya. Kedua-duanya adalah ambisi, meskipun memiliki keduanya digolongkan secara berbeda oleh pandangan yang sesat.

Ambisi dapat dilihat sebagai dorongan untuk mencapai suatu hasrat atau keinginan obsesif tertentu dengan tujuan untuk memperoleh kepuasan. Seseorang yang dikuasai oleh ambisinya menjadi kehilangan kendali atas dirinya, karena setiap perilakunya semata-mata diarahkan untuk mencapai ambisinya semata.

Oleh karena itu, ambisi dapat menjebak seseorang untuk menjadi melekat akan dorongan sesaat, sehingga akhirnya justru menciptakan kemerosotan pada batin seseorang.

Akhir-akhir ini, "ambisi spiritual" dimengerti secara keliru sebagai dorongan yang mulia, terutama oleh beberapa praktisi spiritual yang melakukannya semata-mata jenuh akan aktivitas sehari-harinya baik sebagai pekerja, pelajar, pengusaha ataupun ibu rumah tangga. Sebagai manusia modern yang hidup dalam sistem kapitalisme, yang kesehariannya disiapkan hanya untuk melayani kepentingan ekonomi, timbul rasa hampa dalam dirinya. Kehampaan tersebut kemudian mendorong mereka untuk berpetualang dalam berbagai aktivitas yang berbeda. Sebagian darinya kemudian memilih praktik spiritual sebagai cara pelarian tersebut.

Memasuki dunia spiritual, mereka kemudian secara tak sadar menggunakan pendekatan dalam dunia kapitalisme yang penuh persaingan dan prestasi sebagai cara mereka mengejar "ambisi spiritual." Dalam hal ini kemudian mereka terjebak untuk menjadikan spiritualitas dalam bentuk level-level yang dikemas ke dalam bungkus instan. Maka muncullah kemudian format yang bunyinya kurang lebih demikian: "Latihan metode A akan mencapai level 1, dilanjutkan pelatihan metode B untuk mencapai level 3, dan seterusnya."

Bukan hanya itu, ambisi spiritual dapat muncul pada beberapa praktisi yang tidak mengikuti pola di atas namun menunjukkan cara berpikir berikut:

"Dengan mencapai tingkat pemahaman spiritual tertentu saya akan meraih kekuatan gaib tertentu, menjadi manusia super yang berada di atas semua manusia." Ketika seseorang berpikir demikian, maka ia dikuasai oleh hasrat akan kekuasaan atas orang lain dan segala hal. Ia dijangkiti oleh ambisi untuk berkuasa melalui kekuatan supernya. Jika kemudian ia mencapai kekuatan gaib tertentu, ia berusaha memamerkannya agar dikagumi oleh orang lain. Selain itu ada juga yang kemudian tenggelam dalam ambisi untuk mencapai kekuatan super sebagai satu-satunya tujuan.

"Dengan mencapai tingkat pemahaman spiritual tertentu saya akan menjadi guru yang memiliki banyak pengikut." Dengan memimpikan sebagai guru yang dipatuhi oleh murid-muridnya dan mengharapkan didengarkan oleh banyak orang tanpa penolakan, ia akhirnya terjebak pada hasrat akan kekuasaan atas orang lain.

"Dengan mencapai tingkat pemahaman spiritual tertentu saya akan menjadi orang yang mampu menjawab semua persoalan: maha tahu." Dengan berharap menjadi maha tahu, ia akhirnya terjebak pada hasrat akan kepemilikan atas pengetahuan.





“Dengan mencapai tingkat pemahaman spiritual tertentu saya dapat menulis banyak kata-kata bijak yang kemudian membuat saya menjadi terkenal.” Dengan berharap menjadi dikenal oleh banyak orang, ia akhirnya terjebak pada hasrat akan kekuasaan atas orang lain.

“Dengan mencapai tingkat pemahaman spiritual tertentu saya akan menjadi pihak yang selalu benar dan tidak pernah salah.” Dengan berharap yang paling benar dan tak terbantahkan, ia akhirnya terjebak pada hasrat akan kekuasaan atas orang lain.

“Dengan mencapai tingkat pemahaman spiritual tertentu saya akan dapat memenuhi tujuan-tujuan pribadi saya dengan lebih mudah.” Dengan berharap memenuhi kebutuhan pribadinya, ia akhirnya terjebak ambisi keduniawian.

“Dengan mencapai tingkat pemahaman spiritual tertentu saya akan berhak menggurui orang lain.” Dengan berpiki inging mengguri orang lain, ia akhirnya terjebak pada hasrat akan kekuasaan atas orang lain.

“Dengan mencapai tingkat pemahaman spiritual tertentu saya berhak berbuat semaunya.” Hanya ada kekuasaan di balik hak untuk berbuat semuanya, karena itu siapa yang berpikir demikian dibaliknya adalah hasrat kekuasaan yang menguasainya.

“Dengan mencapai tingkat pemahaman spiritual tertentu saya akan menguasai rahasia tertentu yang tidak dimiliki oleh orang lain.” Dengan berkeyakinan demikian, ia akan berbuat untuk memiliki rahasia dan merasa rahasia yang dipegangnya menjadikan ia lebih berkuasa daripada orang lain.

“Dengan mencapai tingkat pemahaman spiritual tertentu saya akan menjadi orang suci yang berbeda dengan manusia awam.” Dengan berpikir demikian, ia meyakini dirinya istimewa, dengan meyakini dirinya istimewa ego kediriannya menjadi menonjol, sehingga dengan demikian ia menjadi terikat dengan hasrat kepemilikan akan diri.

Oleh sebab itu, “ambisi spiritual” dapat mempengaruhi siapapun tanpa mempedulikan airan metode apa pun yang dipraktikkannya. Kadang-kadang ia muncul dalam bentuk yang paling halus sebagai **“cita-cita mulia”** yang dibaliknya tersimpan hasrat akan kekuasaan dan kepemilikan. Karena itu, “ambisi spiritual” sulit dikenali. Sebabnya adalah, orang yang dijangkit oleh “ambisi sipiritual” seringkali diikuti dengan usaha menipu diri. Maka untuk mengenali ambisi spiritual di dalam dirinya, seseorang harus lepas dari kecenderungannya untuk menipu diri.

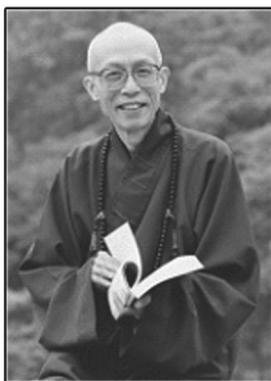
Kondisi yang kurang lebih sama dengan “ambisi spiritual” yang saya maksudkan di atas adalah penjabaran Chögyam Trungpa, seorang master meditasi Tibetan, mengenai *spiritual materialism*. Menurut Chögyam Trungpa, pandangan *spiritual materialism*:

“Memperdayai diri kita dengan membuat kita mengira sedang berkembang secara spiritual ketika malahan kita sedang memperkuat egosentrisme kita melalui teknik-teknik spiritual.”

Seperti apakah bentuk penipuan diri tersebut? Proses penipuan diri berusaha meyakinkan pelakunya dengan mengatakan bahwa dirinya tidak lagi memiliki hasrat kekuasaan atau kepemilikan apapun lagi, karena ia telah berusaha menolak keduniawian dan berusaha menjadi bijaksana. Ia merasa ambisi tersebut cukup dihapus dengan tekad dan keyakinan diri yang kuat. Cara berpikir demikian membuat ia menjadi tidak peka lagi dengan ambisi yang ada dalam dirinya. Akhirnya, setiap ambisi tersebut muncul dalam dirinya, ia berusaha menolaknya.

Daftar Referensi:

1. **Apakah aku ada?**; By Tonny
2. **Jalan Buntu untuk Ego**; Wawancara dengan YM Master Sheng-yen 圣严法师 oleh Carter Phipps
3. **Jebakan Ego: Ambisi Spiritual**; By Tonny



Master Sheng-yen (圣严, atau Zhang Baokang, 张宝康) (1930 - 2009) adalah seorang tokoh Buddhis, intelektual keagamaan. Master Buddhisme Ch’an China generasi ke-57 aliran (Jepang: Rinzai) dan generasi ke-3 Master Xu-yun (Awan Kosong). Dalam silsilah Caodong (Jepang: Soto), beliau adalah master generasi ke-52 dan keturunan langsung dari Master Dongchu (1908-1977). Master Sheng-Yen adalah pendiri Dharma Drum Mountain, sebuah organisasi Buddhis yang berbasis di Taiwan.



Spiritualitas tanpa “Spiritualitas”

Oleh Reza A.A Wattimena, Dosen di Fakultas Filsafat Unika Widya Mandala, Surabaya.

Spiritualitas sebagai Dialektika Transrasionalitas Zen Buddhisme dari Sudut Pandang Tiga Master Zen: Ma-Tsu, Lin-Chi dan Ikkyu

Kita hidup di era krisis spiritualitas. Teknologi dan ekonomi berkembang maju, tetapi jiwa dan pikiran manusia justru semakin menderita. Mereka hidup terpisah dengan alam, dan akhirnya terasing dari alam itu sendiri, dan bahkan menghancurkan alam. Orang hidup dalam kelimpahan harta dan uang, namun hatinya penuh penderitaan, rasa takut dan rasa benci.¹ Tak heran, tingkat bunuh diri, stress, depresi dan beragam penderitaan batin lainnya semakin meningkat. Banyak keluarga hancur di tengah jalan, karena rasa benci dan rasa takut yang menutupi pikiran. Pengguna narkoba pun semakin meningkat dan usianya semakin muda, persis untuk mengalihkan manusia dari penderitaan batin yang dirasakannya. Agama, yang dilihat sebagai dasar dari spiritualitas menuju hidup yang bermakna, pun kini terjebak pada fundamentalisme. Mereka mendewakan tradisi, ritual dan aturan, serta bersedia mengorbankan manusia. Bahkan, agama sering digunakan untuk pembenaran bagi tindakan-tindakan bejat dan kepentingan politik yang menutupi sejuta kemunafikan. Yang dibutuhkan oleh banyak orang sekarang ini adalah jenis spiritualitas yang baru, yang bisa memberikan makna bagi hidupnya, dan mengurangi penderitaan batinnya, guna menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

Di dalam tulisan ini, saya akan menawarkan bentuk spiritualitas yang baru. Ia berpijak pada tradisi Zen Buddhisme yang berkembang di India, Cina dan Jepang. Saya akan belajar langsung dari riwayat hidup dan pemikiran-pemikiran tiga guru Zen yang amat berpengaruh di dalam tradisi perkembangan Zen, yakni Ma-tsu, Lin-chi dan Ikkyu. Sebagai acuan, saya memilih menggunakan buku *Thomas Hoover* dan *Alan Watts*.² Keduanya adalah penulis dari Amerika Serikat. Mereka membaca dan menafsirkan Zen untuk orang-orang yang terbiasa dengan pola pendidikan Barat. Tulisan-tulisan asli para guru Zen seringkali begitu tenggelam pada konteks budaya mereka masing-masing, sehingga kurang bisa dimengerti oleh orang-orang yang berasal dari latar belakang yang berbeda. Pada akhirnya, spiritualitas Zen adalah sebuah praksis hidup. Ia bukan cuma teori untuk menjelaskan dunia dan manusia. Ia adalah praksis hidup yang harus dijalankan, supaya manfaatnya sungguh terasa.

Tulisan ini akan dibagi ke dalam enam bagian. Awalnya, (1) saya akan memberikan sedikit penjelasan tentang makna dari Zen di dalam tradisi Buddhisme. Lalu, (2) saya akan menjabarkan pemikiran dari Ma-tsu tentang pola pendidikan transrasionalitas. Pada bagian berikutnya, (3) saya akan menjelaskan pemikiran Lin-chi soal dialektika transrasionalitas. Ada benang merah antara pemikiran Ma-tsu dan Lin-chi yang menjadi ciri unik dari Zen Buddhisme di Cina. Setelah itu, (4) saya akan menjabarkan pemikiran Ikkyu menjadi ciri khas dari perkembangan Zen di dalam budaya Jepang. (5) Saya akan menarik benang merah dari pemikiran ketiga master Zen ini ke dalam satu konsep, yakni spiritualitas-dialektika-transrasionalitas. Akhirnya, (6) tulisan ini akan ditutup dengan kesimpulan.

1. Zen Buddhisme

Apa yang dimaksud dengan Zen Buddhisme? Buddhisme adalah paham yang berkembang dari ajaran Sakhyamuni Buddha sekitar 2500 tahun yang lalu di Nepal. Tujuan utamanya adalah memahami hakekat dari manusia dan seluruh alam ini.³ Dari pemahaman tersebut lahirlah pencerahan batin, dimana manusia bisa hidup serasi dengan alam, tanpa ketegangan batin apapun. Sejak 2500 tahun yang lalu, ajaran Buddhisme terus lestari dan tersebar di berbagai belahan dunia. Zen sendiri, sebagai salah satu aliran di dalam Buddhisme, berkembang menjadi suatu bentuk latihan rohani tertentu, guna mencapai pencerahan batin ini. Dalam arti ini, pencerahan batin berarti pemahaman yang sejati tentang diri sendiri, sehingga orang bisa membangun hidup yang baru. Di dalam tradisi Zen Buddhisme, hubungan antara guru dan murid adalah bagian yang terpenting. Hubungan tersebut harus bersifat pribadi dan mengarah pada pencerahan batin. Melalui hubungan semacam ini, ajaran Zen tentang pencerahan batin diwariskan ke generasi berikutnya, dan kemudian tersebar ke seluruh dunia.

Buddhisme sendiri memiliki dua cabang besar, yakni Mahayana dan Hinayana. Di dalam tradisi Mahayana, orang berupaya untuk mencapai pencerahan batin, supaya ia bisa mengajak orang lain untuk mencapai pencerahan batin pula, dan menciptakan dunia yang damai. Sementara, di dalam tradisi Hinayana, yang banyak tersebar di Asia Tenggara, tujuan utamanya adalah mencapai pencerahan batin pribadi. Kata “Zen” sendiri berasal dari bahasa Jepang, yakni *Zenna*. Kata ini berasal dari bahasa Sanksekerta *Dhyana*. Artinya adalah meditasi, yakni keadaan ketika





orang terserap ke dalam kekosongan dari seluruh kenyataan itu sendiri. Tradisi meditasi sebenarnya berakar pada Hinduisme. Kemudian, Buddhisme mengambil tradisi untuk sebagai alat, supaya orang bisa memahami hakekat dari dirinya dan seluruh kenyataan, serta mencapai pencerahan batin seutuhnya. Zen Buddhisme sendiri berkembang di dalam tradisi Buddhisme Mahayana. Namun, yang menjadi penekanan utama dari Zen bukanlah ajaran-ajaran Buddhisme tradisional, melainkan meditasi itu sendiri. Semua konsep lainnya, seperti mendaraskan teks-teks klasik Buddhisme, menjadi pendukung untuk praktik meditasi itu sendiri. Inilah sebabnya, Zen Buddhisme menjadi aliran Buddhisme sendiri yang relatif mandiri dari aliran-aliran Buddhisme lainnya.

Salah satu konsep utama dari Zen Buddhisme adalah *Zazen*. *Za* berarti duduk, dan *Zen* berarti meditasi. Secara keseluruhan, kata itu berarti duduk bermeditasi, atau duduk sambil terserap ke dalam kekosongan dari kenyataan. Zen Buddhisme sendiri berkembang ke Cina pada tahun 600. Perintisnya adalah seorang biksu India yang bernama Bodhidharma. Setelah itu, Zen kemudian bercampur dengan tradisi Konfusianisme dan Taoisme yang sudah ada sebelumnya di Cina. Dari Taoisme, Zen menggunakan konsep *Mu* yang berarti ketiadaan sebagai dasar dari pemahaman dan meditasi itu sendiri. Inti ajarannya adalah, bahwa segala sesuatu, termasuk manusia, adalah kekosongan itu sendiri. Ia datang dan pergi, serta berubah setiap saat. Zen berkembang pesat di Cina pada masa pemerintahan Dinasti T'ang dan Sung, yakni pada tahun 800 sampai 1100. Banyak guru Zen yang hidup dan menyebarkan ajarannya pada masa ini. Cerita-cerita hidup mereka, termasuk Ma-tsu, Lin-chi dan Ikkyu yang menjadi tema utama tulisan ini, banyak ditemukan di dalam *Koan-koan*, yakni cerita pendek yang bertujuan mengajak orang memahami hakekat Zen yang sesungguhnya.

Zen Buddhisme kemudian juga menyebar ke Jepang dan mencapai titik emasnya pada abad 12 dan 13, ketika Jepang berada di bawah kekuasaan para Satria di Kamakura. Ada dua aliran Zen yang kemudian berkembang pesat di Jepang, yakni Rinzai Zen dan Soto Zen. Keduanya berakar pada Zen Buddhisme yang sebelumnya berkembang di Cina. Pada masa ini, Jepang mengalami perang saudara yang cukup panjang. Zen juga menjadi banyak diminati, karena mengajarkan orang ketenangan batin yang sempurna, bahkan ketika penderitaan menghadang di depan mata. Zen juga memperoleh dukungan dari penguasa-penguasa di Jepang yang saling berperang satu sama lain. Rinzai Zen berkembang di kalangan penguasa politik dan militer Jepang semacam ini. Sementara, Soto Zen mencoba untuk keluar dari politik, sehingga Zen bisa kembali pada akarnya sendiri. Ia pun lebih banyak berkembang di kota-kota kecil dan pegunungan. Para penganutnya kebanyakan petani dan pedagang kecil yang hidup lepas dari pertarungan kekuasaan politik dan militer di Jepang.

Di Jepang, Rinzai Zen dan Soto Zen memiliki pendekatan yang berbeda. Rinzai Zen menekankan penggunaan *Koan* sebagai alat untuk memecah cara berpikir orang, supaya ia bisa mengalami pencerahan batin. Sementara, Soto Zen berfokus pada meditasi sepenuhnya, dengan sedikit menggunakan *Koan* sebagai metode pendidikan. Ia juga masih menggunakan metode tradisional di dalam Buddhisme, seperti mengutip teks-teks suci di dalam Buddhisme. Fuchs berpendapat, bahwa Zen Buddhisme berpengaruh amat besar pada perkembangan budaya Jepang itu sendiri. Upacara teh dan penataan bunga adalah dua contoh budaya Jepang yang berakar amat dalam pada pandangan-pandangan Zen. Seni bela diri Jepang, seperti seni pedang dan judo, juga mencerminkan nilai-nilai dasar Zen. Secara keseluruhan, dapat dikatakan, bahwa cara berpikir dan cara hidup Jepang berakar amat dalam pada pandangan-pandangan Zen Buddhisme.

2. Ma-tsu dan Pedagogi Transrasionalitas

Setidaknya, ada satu perdebatan keras yang mewarnai perkembangan Zen Buddhisme, yakni apakah Pencerahan batin dapat diperoleh secara mendadak, atau melalui tahap-tahap yang telah ditentukan secara baku sebelumnya. Salah satu pendapat besar menyatakan, bahwa Pencerahan bisa diperoleh dengan tiba-tiba melalui beberapa peristiwa dan metode.⁴ Pendapat ini dianut oleh para Guru Zen yang berkembang di Cina selatan pada tahun 600-an setelah Masehi. Pendapat lain menyatakan, tradisi, dalam hal ini ritus-ritus Buddhisme, juga masih memainkan peran besar untuk mendorong Pencerahan batin pribadi.

Pada akhirnya, pendapat pertama yang menang. Zen bukanlah agama untuk mengatur negara atau masyarakat, melainkan sebuah pandangan hidup yang membantu menata pikiran. Dengan pikiran yang tertata dengan baik, hidup pun bisa dijalani dengan kedamaian hati dan penuh cinta kasih. Jika Zen menjadi agama resmi dari suatu negara, maka Zen itu telah kehilangan rohnya, dan tidak lagi dapat disebut sebagai Zen. Ketika Zen menjalin hubungan erat dengan kekuasaan politik, maka ia telah kehilangan roh sejatinya, dan tidak lagi dapat disebut sebagai Zen. Ciri khas Zen adalah hidup yang sederhana dan kebebasan. Keduanya dianggap lebih berharga daripada kejayaan politis dan ekonomis.





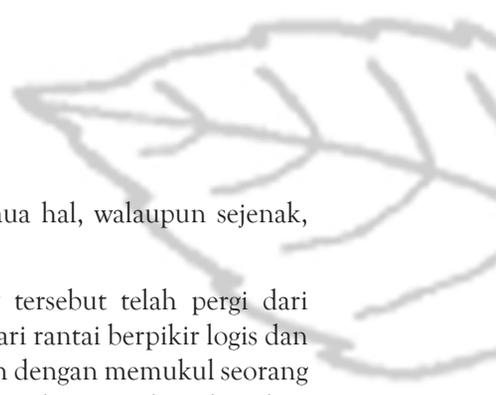
Para guru Zen tidak bekerja di kota-kota besar. Mereka hidup di gunung-gunung, dan mencoba untuk menemukan cara-cara yang lebih baik, supaya orang bisa mencapai pencerahan batin. Pencerahan batin sendiri tidak bisa dicapai dengan teori abstrak yang masih terjebak di dalam kosa kata bahasa. Ia adalah pemahaman tanpa kata-kata (*wordless understanding*). Para guru Zen ini menolak tradisi Buddhisme yang terjebak pada ritual, pemujaan pada tradisi dan pengaruh kekuasaan politik atas agama. Namun, di dalam tradisi Cina, keberlanjutan dengan tradisi masa lalu adalah sesuatu yang dianggap penting. Ini juga berlaku untuk Zen Buddhisme yang berkembang Cina Selatan pada masa-masa itu. Mereka pun melihat Hui-Neng, Patriakh Zen yang keenam, sebagai leluhur mereka.

Seperti sudah disinggung sebelumnya, ada dua aliran besar yang nantinya menyebar sampai Jepang, yakni Rinzai Zen dan Soto Zen. Kedua aliran tersebut masih ada sampai sekarang ini, dan menyebar ke berbagai belahan dunia lainnya. Aliran Rinzai Zen didirikan oleh Nan-yueh Huai-jang yang hidup pada 677-744. Sementara, aliran Soto Zen dapat ditelusuri kembali pada Ch'ing-yuan Hsing-ssu yang meninggal pada sekitar 740. Huai-jang, pendiri Rinzai Zen, diduga pernah belajar langsung pada Hui-Neng, Patriakh Zen yang keenam. Huai-Jang nanti mempunyai seorang murid yang bernama Ma-tsu Tao-i yang hidup dari 709 sampai 788. Ma-tsu bisa dibilang melengkapi dasar dari Rinzai Zen. Ia memiliki peran yang amat besar dalam membentuk cara berpikir Buddhis yang mendasari Rinzai Zen. Saya akan mencoba menjabarkan beberapa pemikirannya sebagai dasar untuk memahami spiritualitas agama tanpa “agama”.

Nama Ma-tsu berarti juga “guru Ma”. Ia lahir di propinsi Szechuan dan telah menjadi biksu Buddhis sejak usia muda. Ketika muda, seperti banyak biksu Zen Buddhis lainnya, ia berkelana ke berbagai Kuil Buddha, dan akhirnya hidup dan belajar di Kuil Buddha yang dipimpin oleh Huai-jang di Gunung Nan-Yueh. Perjumpaan antara Ma-tsu dan Huai-jang amat terkenal. Perjumpaan ini menandakan sikap kritis Zen Buddhisme pada praktik-praktik tradisional Buddhisme yang telah ada sebelumnya, termasuk, ironisnya, praktek meditasi berjam-jam, guna sampai pada pencerahan batin. Suatu waktu, Huai-jang, sang Zen Master, melihat Ma-tsu yang sedang bermeditasi. Huai-jang pun bertanya, apa tujuannya bermeditasi. Ma-tsu segera menjawab, “Saya ingin menjadi Buddha, yakni manusia yang tercerahkan.” Huai-jang tidak menanggapi jawaban itu. Ia mengambil batu dan mulai menggosok batu itu ke batu lainnya. Ma-tsu merasa penasaran, mengapa gurunya melakukan itu. Ia pun bertanya, “Mengapa guru melakukan itu?” Gurunya menjawab, “Aku mau mengubah batu ini menjadi cermin.” Ma-tsu menanggapi, “Bagaimana mungkin?” Gurunya melanjutkan, “Bagaimana kamu bisa mencapai pencerahan batin dengan duduk dan bermeditasi?” Bagi Huai-jang, pandangan yang nantinya juga dianut oleh Ma-tsu, pencerahan batin (menjadi Buddha- manusia yang tercerahkan) adalah sebuah tindakan aktif, dan bukan tindakan pasif, seperti bermeditasi. Ia tidak dapat diraih dengan duduk diam, melainkan dengan hidup yang aktif.

Selain memiliki pemikiran yang maju, sosok fisik Ma-tsu juga amat berkesan untuk murid-muridnya. Sebagaimana dinyatakan oleh Hoover, Ma-tsu memiliki tatapan mata seperti singa. Ia bisa menyentuh hidungnya dengan lidahnya.⁵ Di telapak kakinya, ada tanda berbentuk roda. Di antara murid-murid Huai-jang, hanya Ma-tsu yang memperoleh pengakuan untuk meneruskan ajaran-ajarannya. Namun, sumbangan tertinggi Ma-tsu bagi perkembangan Zen Buddhisme terletak pada metode mengajarnya, yakni dengan memberi kejutan mendadak pada para muridnya, sehingga mereka bisa sampai pada pencerahan batin, dan menjadi Buddha. Di dalam tradisi Zen, pencerahan batin bisa dicapai, jika orang mampu memahami hakekat dirinya sendiri. Pemahaman akan hakekat diri juga berarti pemahaman akan hakekat terdalam dunia. Namun, Hui-neng, yang dikenal sebagai Patriakh Zen keenam, tidak memberikan cara yang jelas, bagaimana orang bisa sampai pada pemahaman semacam ini. Meditasi berjam-jam dan melakukan berbagai ritual Buddhis tentu tidak cukup untuk sampai pada pencerahan batin.

Ma-tsu adalah guru Zen pertama yang mengembangkan metode tanpa meditasi dan tanpa ritual untuk mencapai pencerahan batin. Intinya adalah membawa orang keluar dari kebiasaan berpikir rasionalnya, dan masuk ke dalam kondisi “tanpa pikiran”. Ia mencoba berbagai cara, supaya orang bisa melepaskan kebiasaan berpikir logis dan rasionalnya. Pencerahan batin adalah kondisi pikiran yang melampaui nalar dan logika. Para muridnya nantinya juga akan mengembangkan beragam metode, guna memecah kebiasaan berpikir logis dan rasional. Biasanya, Ma-tsu akan mengajukan pertanyaan yang tak akan bisa dijawab dengan rasionalitas dan logika. Ia adalah guru Zen pertama yang menggunakan metode semacam ini, guna memicu pencerahan batin murid-muridnya. Ketika ditanya oleh Ma-tsu, biasanya pertanyaan yang tak akan bisa dijawab dengan rasionalitas dan logika, muridnya biasanya akan mengalami kebingungan. Pada saat ini, Ma-tsu akan berteriak, “HO!!”, ke telinga muridnya. Pada saat itu pula, muridnya akan mengalami kondisi di luar akal budi dan logika, yakni apa



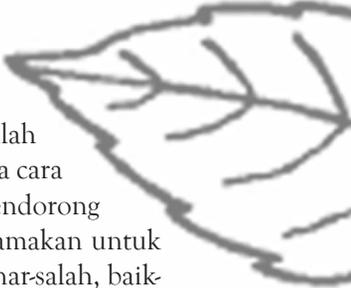
yang disebut Ma-tsu sebagai pikiran tanpa dualisme, yakni tanpa pembedaan. Semua hal, walaupun sejenak, dilihat sebagai satu kesatuan yang tak terpisahkan.

Cara lainnya adalah dengan memanggil nama seseorang, tepat ketika orang tersebut telah pergi dari ruangan. Tindakan ini akan menghasilkan kejutan. Selama sesaat, ia akan terputus dari rantai berpikir logis dan rasionalnya, serta merasakan hakekat aslinya yang bersifat intuitif. Cara lainnya adalah dengan memukul seorang murid, ketika ia mulai merenungkan sesuatu dengan akal budinya. Pukulan ini ditujukan untuk melepaskan orang dari renungan rasionalnya, dan masuk ke dalam ranah intuisi untuk memahami hakekat diri aslinya. Cara lainnya adalah dengan memberikan jawaban yang tidak masuk akal atas pertanyaan yang diajukan oleh murid. Tujuannya adalah, supaya murid sadar, betapa dangkal dan tidak relevannya pertanyaan yang diajukan. Ma-tsu juga sering mengirim seorang murid untuk berdiskusi dengan murid-muridnya untuk hal-hal yang tidak masuk akal. Ia berharap, sang murid bisa menyadari dangkal dan bodohnya dari pertanyaan yang ia ajukan, ketika ia berjumpa dengan berbagai pribadi lainnya yang juga mencoba menghayati Zen Buddhisme. Ma-tsu mengembangkan berbagai teknik, guna menggoyang semua kebiasaan berpikir rasional dan logis murid-muridnya. Baginya, pencerahan batin tidak akan pernah bisa dicapai dengan akal dan logika. Ia hanya bisa diraih melalui intuisi tentang hakekat terdalam dari seluruh kenyataan yang ada. Intuisi ini bersifat aktif, dan tidak bisa didapatkan begitu saja dari meditasi yang bersifat pasif. Pukulan, kejutan, jawaban dan pertanyaan-pertanyaan yang tidak masuk akal bisa membuat orang berpikir secara aktif, dan menemukan intuisi yang mendorong pencerahan batinnya.

Ma-tsu juga mencoba merumuskan ulang arti dari pencerahan batin yang merupakan tujuan utama dari semua praktik Buddhisme. Baginya, pencerahan batin berarti melihat ke dalam hakekat dirinya sendiri secara intuitif. Dan karena hakekat diri dan hakekat dari segala yang ada adalah sama, maka melihat hakekat diri sendiri berarti juga melihat hakekat dari segala yang ada. Semua ini dilakukan tidak dengan menggunakan akal budi dan logika, melainkan intuisi. Metode untuk mengajarkan pemahaman ini tidak bisa dengan metode biasa yang digunakan, seperti menggunakan konsep dan akal budi untuk memahami sesuatu. Ini hanya akan menghasilkan pemahaman intelektual yang tidak banyak memberikan peran di dalam pencerahan batin. Seperti dijelaskan sebelumnya, Ma-tsu mencoba mengembangkan cara-cara baru untuk mengajarkan pemahaman intuitif semacam ini. Setiap gerak, bahkan diam, bisa digunakan untuk membawa orang pada pemahaman intuitif. Sakyamuni Buddha bahkan bisa mendorong muridnya untuk mencapai pencerahan batin hanya dengan memegang setangkai bunga.

Bisa juga dikatakan, bahwa inti dari pendidikan Zen adalah pemahaman intuitif. Semua orang bisa mencapai pencerahan batin, asal ia bisa melihat hakekat dirinya sendiri secara intuitif. Akar dari pencerahan batin, menurut tradisi Zen, adalah pikiran manusia. Pikiran itu lalu tercermin di dalam setiap tindakan dan keputusan manusia dalam hidupnya. Pencerahan batin adalah kondisi, dimana manusia melepas semua pikiran rasional dan logisnya, serta masuk sepenuhnya ke dalam pemahaman intuitif. Segala bentuk meditasi dan ritual, jika tidak mampu menyentuh pemahaman intuitif, hanya akan menjadi tindakan yang tidak berguna. Yang hanya perlu dilakukan adalah melepas segalanya, dan menjadi alamiah seutuhnya. Kita bisa duduk, berjalan, tidur, dan memasak. Asalkan semuanya dilakukan secara alamiah dan intuitif, maka kita sedang menuju ke dalam pencerahan batin, begitu kata Ma-tsu.⁶ Pikiran harus dilepaskan dari segala kategori rasional dan logis, sehingga ia bisa menjadi bebas seutuhnya. Jangan ingin berbuat jahat, dan juga jangan ingin berbuat baik. Tidak ada hukum untuk mengatur hidup. Tidak ada pencerahan batin yang ingin dicapai. Kebebasan berpikir yang dijaga melalui intuisi dan menolak untuk menggantungkan diri pada apapun, itulah pencerahan batin, bagi Ma-tsu.⁷

Ma-tsu, sebagai seorang tokoh penting di dalam tradisi Zen Buddhisme, tidak hanya menolak ritual yang menjadi ciri tradisional dari Buddhisme, tetapi juga merumuskan ulang arti dari pencerahan batin itu sendiri. Baginya, pencerahan batin bukanlah sebuah konsep religius yang suci dan luhur, melainkan suatu keadaan manusiawi yang bisa dialami setiap orang. Ma-tsu sendiri telah mempelajari Buddhisme tradisional dengan segala teks dan ritualnya. Namun, baginya, itu semua hanya alat untuk mencapai pencerahan batin. Ada cara lain yang mungkin lebih baik, yang bisa ditempuh untuk mencapai tujuan yang sama. Ma-tsu menggunakan bahasa sehari-hari untuk mengajarkan Zen kepada orang banyak, supaya mereka juga bisa sampai pada pencerahan batin. Kuncinya adalah melihat ke dalam hakekat diri sendiri secara intuitif. Tidak ada usaha manusia yang bisa dicapai untuk mencapai pencerahan batin, kecuali menyingkirkan semua pikiran logis dan rasional, dan kemudian menunggu momen pencerahan batin. Tentu saja, sebagai guru Zen, Ma-tsu berusaha menemukan cara-cara baru untuk mendorong orang melepaskan pikiran logis dan rasionalnya.



Meditasi hanya salah satu jalan untuk mencapai pencerahan batin. Itu pun, bagi Ma-tsu, bukanlah jalan yang paling baik. Sejauh sebuah cara mampu mendorong munculnya intuisi atas dunia, maka cara itu yang paling diutamakan untuk mencapai pencerahan batin. Selama sebuah cara mampu mendorong pembebasan pikiran dari berbagai analisis rasional dan logika, maka cara itulah yang perlu diutamakan untuk mencapai pencerahan batin. Ketika pikiran manusia terjebak di antara kutub-kutub, misalnya benar-salah, baik-buruk dan hidup-mati, maka ia akan terus terjebak dalam kebingungan dan penderitaan hidup. Ia tidak akan bisa sampai pada pencerahan batin. Dasar dari pencerahan batin, bagi Ma-tsu, adalah kebenaran itu sendiri. Namun, kebenaran itu bukanlah konsep “kebenaran” yang bersifat rasional dan logis, melainkan intuisi tentang kebenaran yang lahir dari persentuhan langsung dengan kenyataan yang ada, tanpa konsep dan tanpa pikiran. Semua ini bisa dilakukan dalam hidup sehari-hari, yakni ketika orang menjalani hidupnya sehari-hari dengan intuisi penuh akan hakekat dari kenyataan yang ada, tanpa pertimbangan rasional dan logis, dan tanpa pertimbangan baik-buruk.

Dengan sikap hidup semacam ini, orang akan mencapai pencerahan batin. Dengan pencerahan batinnya, ia akan bersikap sesuai dengan yang dibutuhkan pada keadaan tertentu yang ada di depan matanya. Ia akan menjadi pribadi yang tanggap terhadap keadaan yang ada, dan bukan pribadi yang cuek atau justru reaksioner-emosional, seperti kebanyakan orang, ketika menghadapi keadaan yang jelek. Pemahaman intuitif, yang merupakan inti dari Zen Buddhisme ini, dapat diperoleh dengan mendengar berbagai cerita pendek yang berkembang dari pembicaraan antara guru dan murid di dalam tradisi Zen Buddhisme. Cerita ini menjadi dasar untuk mencapai pengalaman akan intuisi. Orang yang mendengar cerita-cerita ini lalu juga bisa berkaca, dan melihat pengalaman serta hakekat dirinya sendiri. Di samping cerita-cerita pendek semacam ini, Ma-tsu juga menggunakan metode lama, yakni memberikan kuliah umum. Di dalam kuliah-kuliah ini, Ma-tsu tidak memberikan pemahaman baru, melainkan metode baru untuk mengajak orang menemukan intuisinya. Thomas Hoover menafsirkan, bahwa inti dari kuliah-kuliah Ma-tsu adalah penegasan, bahwa dunia adalah semata pikiran manusia. Pencerahan batin hanya dapat dicapai, jika orang menyadari hal ini tidak dengan akal budi dan logikanya, melainkan dengan intuisinya.

Pikiran manusia, bagi Ma-tsu, adalah Buddha. Buddha, atau kondisi pencerahan batin, tidak berada di luar manusia, melainkan di dalam pikirannya. Orang yang mencari pencerahan batin di luar dirinya tidak akan menemukan apapun, karena tidak ada yang dicari. Pikiran yang bersih dari segala “pikiran” adalah Buddha. Tidak ada perbedaan antara baik dan buruk, karena pikiran yang asali, yakni pikiran yang bersih, melampaui semua perbedaan yang biasa kita temukan di dalam dunia. Di dalam hidup, menurut Ma-tsu, kita tidak boleh memilih yang baik dan menolak yang buruk. Keduanya merupakan gangguan pada kemurnian pikiran kita. Keduanya adalah kosong dan ilusi yang harus dihindari, jika orang ingin mencapai pencerahan batin. Nilai baik dan buruk adalah hasil ciptaan manusia. Ia masih terjebak pada dunia sosial. Yang lebih dalam lagi adalah intuisi tentang kenyataan yang berada melampaui penilaian baik dan buruk tersebut. Di dalam intuisi ini, dunia adalah satu. Ia tidak dipisahkan oleh kutub-kutub penilaian. Inilah yang disebut sebagai pemikiran non-diskriminatif, yakni pemikiran yang tidak lagi membedakan. Jika orang memahami ini dengan intuisinya, maka segala bentuk perbedaan akan menjadi tidak berarti baginya.

Jika dunia adalah ciptaan dari pikiran, dan pikiran manusia mesti dilampaui untuk sampai pada pemahaman intuitif dan pencerahan batin, maka dunia pun sejatinya adalah sesuatu yang harus dilampaui dengan intuisi. Segala sesuatu yang ada pada dasarnya adalah kekosongan. Ia terus berubah, karena ia tidak memiliki hakekat yang tetap, demikian kata Ma-tsu. Jika ia tampaknya ada, maka itu adalah ciptaan dari pikiran kita yang juga nantinya akan berubah. Segala yang ada adalah pantulan dari pikiran, dan pikiran manusia juga sejatinya adalah kekosongan itu sendiri. Ini adalah pemahaman dasar dari pencerahan batin di dalam Zen Buddhisme, menurut Ma-tsu. Jika orang memahami ini tidak secara rasional dan logis, melainkan secara intuitif, maka ia akan menjalani hidupnya dengan tenang, seolah semuanya transparan dan kosong. Dengan pola hidup semacam ini, ia pun lebih terdorong untuk meningkatkan mutu hidup spiritualnya. Inilah inti dari segala latihan di dalam Zen Buddhisme, menurut Ma-tsu. Pencerahan batin berarti menghadapi hidup dan melihat diri sendiri serta segala pikiran yang ada sebagai sesuatu yang kosong dan ilusif. Pengetahuan intelektual tentang hal ini tidaklah mencukupi untuk sampai pada pencerahan batin. Orang harus mengalami kekosongan ini secara intuitif. Di dalam salah satu Koan,⁸ Ma-tsu berdiskusi dengan salah satu muridnya tentang hakekat dari Zen Buddhisme. Muridnya bertanya, “Apa itu Buddha?” Ma-tsu menjawab, “Pikiran adalah Buddha. Tidak ada pikiran, tidak ada Buddha.” Dalam arti ini, Buddha adalah kondisi pencerahan batin.



Dari dialog ini bisa disimpulkan, bahwa pencerahan batin adalah kondisi pikiran manusia. Maka, pencerahan batin berarti juga pencerahan pikiran. Kenyataan dan dunia adalah ciptaan dari pikiran manusia. Tidak ada pencerahan batin di luar pencerahan pikiran manusia. Ada cerita lainnya. Seorang murid bertanya kepada Ma-tsu, “Apakah pikiran sungguh adalah Buddha?” Ma-tsu menjawab, “Karena aku ingin menghentikan tangis seorang bayi.” Sang murid merasa bingung dengan jawaban itu. Ia pun melanjutkan, “Ketika tangisnya berhenti, lalu apa?” Ma-tsu menjawab, “Bukan pikiran, bukan Buddha.” Sang murid kembali menjawab, “Bagaimana kamu mengajarkan orang untuk bisa berpikir seperti itu?” Kata Ma-tsu, “Saya akan bilang pada mereka, ‘bukan-pikiran’, ‘bukan-sesuatu.’” Kata muridnya, “Jika kamu bertemu dengan orang yang telah bebas dari keterikatan dengan segala sesuatu, apa yang akan kamu katakan padanya?” Jawab Ma-tsu, “Saya akan membiarkan dia mengalami Tao yang sesungguhnya.” Tao disini berarti “jalan” menuju pencerahan batin.

Dari dialog ini, seperti dinyatakan oleh Hoover, kita bisa melihat ciri khas dari cara mengajar Ma-tsu. Terkadang, ia menggunakan kata-kata positif. Lalu, ia berubah menggunakan kata-kata negatif. Dua bentuk kalimat ini jelas mengundang kebingungan dari pendengarnya. Namun, gaya semacam ini haruslah dimengerti dalam konteks tujuan pendidikan Zen, yakni mengajak orang untuk melampaui cara berpikir logis dan rasional, lalu memasuki pemahaman yang bersifat intuitif, dimana paradoks dan kontradiksi menjadi ciri yang utama. Metode dialog ini dapat juga dimengerti sebagai dialektika, yakni pengembangan argumen melalui percakapan timbal balik. Dan tujuan yang ingin dicapai, yakni pemahaman intuitif tentang hakekat dari segala sesuatu, dapat dimengerti sebagai transrasionalitas, yang berarti melampaui rasionalitas. Hoover memberikan contoh lainnya dari dialog antara Ma-tsu dengan muridnya. Suatu waktu, seorang murid bertanya kepada Ma-tsu tentang kesehatan tubuhnya. Ma-tsu menjawab, “Buddha berwajah matahari, Buddha berwajah bulan.” Di dalam tradisi Zen Buddhisme, Buddha berwajah matahari hidup selamat 1800 tahun. Sementara, Buddha berwajah bulan hanya hidup satu hari dan satu malam. Dari jawaban ini, Ma-tsu ingin menunjukkan, betapa tidak pentingnya pertanyaan dari muridnya tersebut. Tubuh fisik sama sekali tidak memiliki nilai. Yang sungguh bernilai adalah kondisi pikiran.

Tujuan dari pendidikan Zen, bagi Ma-tsu, adalah melepaskan manusia dari logika dan pembedaan-pembedaan yang ia buat di dalam hidupnya, misalnya pembedaan antara baik dan buruk, benar dan salah, aku dan kamu, dan sebagainya. Ada lagi cerita lainnya yang dikutip Hoover untuk menjelaskan, bagaimana Ma-tsu membongkar cara berpikir muridnya yang masih terjebak pada pembedaan-pembedaan di dalam kenyataan. Cara berpikir yang membeda-bedakan ini disebut juga sebagai dualisme. Seorang guru Zen bertanya kepada Ma-tsu, “Apa yang diajarkan oleh para guru Zen?” Ma-tsu kemudian menjawab dengan mengajukan pertanyaan, “Apa yang telah kau ajarkan?” Sang guru Zen menjawab, bahwa ia telah mengajarkan tentang Sutra dan Sastra dari Buddha. Semua itu merupakan teks-teks tradisional yang menjadi dasar bagi Buddhisme. Ma-tsu kemudian menanggapi, “Apakah kamu seekor singa?” Sang guru Zen menjawab, “Saya tidak mau menjawab pertanyaan itu.” Ma-tsu kemudian menghembuskan nafasnya, tanda kecewa. Sang guru Zen kembali bertanya, “Apakah ini cara mengajarkan Zen?” Ma-tsu menanggapi, “Apa maksudmu? Cara singa keluar dari kandang? Ketika tidak ada jalan keluar dan jalan masuk, apa itu lalu?” Sang guru Zen tidak menjawab.

Salah satu gaya mengajar Ma-tsu adalah dengan mengajukan pertanyaan yang tak bisa dijawab dengan akal dan logika. Ini yang di dalam tradisi Zen Buddhisme disebut sebagai *Mondo*. Pertanyaan yang diajukan kerap kali tak berhubungan dengan konteks percakapan. Orang yang mendengar pun akan bingung, karena ia seolah terputus dari rantai logika dan akal budi. Pada titik inilah, menurut saya, dialektika transrasionalitas menemukan puncaknya. Cara mengajar yang dikembangkan oleh Ma-tsu ini merupakan pengembangan dari apa yang telah dimulai oleh Patriakh Zen keenam, yakni Hui-neng. Inti dari *Mondo* adalah penegasan, bahwa dunia dan segala kenyataan yang ada merupakan bentukan dari pikiran kita, dan segala sesuatu harus dikembalikan pada pikiran itu sendiri. Hoover memberikan satu contoh lainnya.

Seorang biksu menggambar empat garis di depan Ma-tsu. Garis yang atas panjang, dan tiga garis lainnya pendek. Ia kemudian bertanya kepada Ma-tsu, “Selain menyatakan, bahwa satu garis atas panjang dan tiga garis lainnya pendek, apalagi yang dapat kamu katakan?” Ma-tsu kemudian menggambar satu garis di tanah dan berkata, “Ini bisa disebut panjang atau pendek. Inilah jawabanku.” Sekali lagi, Ma-tsu menegaskan, bahwa bahasa itu tidak mampu menyampaikan kerumitan kenyataan. Dengan kata lain, sebagaimana dinyatakan oleh Hoover, bahasa itu menipu. Namun, ini bukan berarti, bahwa bahasa sama sekali tidak berguna. Bahasa bisa merumuskan kalimat yang logis. Akan tetapi, ia juga bisa jadi alat untuk mematahkan logika dan melampaui akal budi, yakni dengan memasuki ruang irasionalitas, dan mengajak orang untuk masuk ke dalam pemahaman intuitif. Di dalam pendidikan Zen, bahasa justru berguna, ketika ia tidak menyampaikan apa yang ingin disampaikan.



Ma-tsu hidup di dalam sebuah tradisi Zen dari Cina Selatan. Di dalam tradisi ini, pencerahan batin adalah proses yang bisa terjadi secara tiba-tiba, karena sebuah peristiwa yang dialami secara intuitif. Namun, melampaui para guru Zen sebelumnya, Ma-tsu berhasil menemukan cara untuk memicu pencerahan batin yang bersifat tiba-tiba ini. Caranya adalah dengan melalui teriakan dan pukulan ke tubuh untuk mendorong orang keluar dari delusinya, dan mencapai pencerahan batin. Cara semacam ini nantinya akan berkembang di tangan murid-murid dari Ma-tsu.

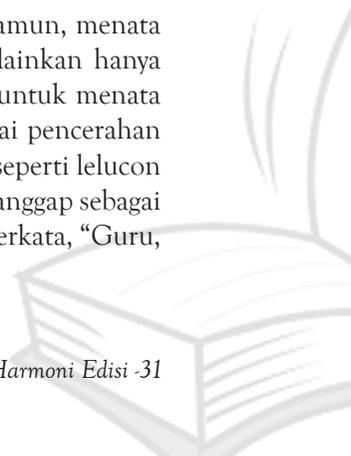
Salah satunya adalah Lin-chi yang akan dibahas di bagian berikutnya. Cara mengajar semacam ini juga akan berkembang di dalam tradisi Rinzai-Zen yang masih hidup dan berkembang terus di Jepang, Amerika dan Eropa. Seperti sudah dijelaskan sebelumnya, percakapan sehari-hari juga menjadi metode mengajar Ma-tsu. Misalnya, seperti dikutip oleh Hoover, seorang biksu bertanya kepada Ma-tsu, “Apa tujuan dari Bodhidharma (pendiri Zen di Cina) datang ke dari India? Dan apa prinsip dasar dari Zen?” Tiba-tiba, Ma-tsu memukulnya, sambil berkata, “Jika saya tidak memukulmu, semua orang di tempat ini akan menertawakan saya.” Si biksu mencoba bangun, setelah terjatuh, karena pukulan Ma-tsu. Tiba-tiba, ia baru saja merasakan kenyataan disini dan saat ini. Ia mengalami pencerahan batin disitu.

Tidak semua pukulan dimaksudkan untuk mendorong lahirnya pemahaman intuitif. Tidak semua bentakan akan mendorong pencerahan batin. Ma-tsu memukul murid-muridnya dan orang-orang yang mengajukan pertanyaan kepadanya dengan tujuan untuk mengajak mereka menceraap saat ini dan disini. Ia ingin memecah kecenderungan berpikir logis dan rasional dengan mengajak mereka memasuki saat “kaget”, yakni saat dimana intuisi menjalankan perannya. Ada satu pengandaian yang menarik untuk ditelaah lebih dalam disini, bahwa pencerahan batin, atau menjadi Buddha, yang merupakan tujuan utama Buddhisme, tidak hanya merupakan pengalaman batin, tetapi juga pengalaman badan. Maka dari itu, ia pun bisa dicapai dengan kontak badan, seperti pukulan.⁹ Ada satu cerita lainnya, dimana Ma-tsu juga mengalami “kontak badan”.

Suatu waktu, Ma-tsu sedang duduk di kebun. Muridnya mendorong kereta. Posisi duduk Ma-tsu menghalangi muridnya tersebut. Muridnya meminta Ma-tsu untuk mengubah posisi duduknya, supaya kereta bisa lewat. Ma-tsu pun berkata, “Apa yang sudah dibuka tidak bisa ditutup lagi.” Muridnya menanggapi, “Apa yang sudah didorong maju tidak lagi dapat ditarik ke belakang.” Ia mendorong terus keretanya, dan menabrak kaki Ma-tsu. Kakinya pun cedera. Tak berapa lama kemudian, Ma-tsu masuk ke kuil. Sambil memegang kapak tajam, ia berkata, “Siapa yang tadi melindas kaki saya silahkan maju ke depan!” Sang murid pun tak ragu untuk menyatakan dirinya. Ia memberikan lehernya untuk dipotong oleh Ma-tsu. Namun, Ma-tsu tidak melakukan apapun, dan menurunkan kapaknya. Inilah suasana hubungan antara Ma-tsu dan murid-muridnya pada tahun 750 di Cina. Ia juga harus rajin dan cerdas dalam ranah praktis dan ranah spiritual, supaya bisa menjadi contoh dan kemudian membimbing murid-muridnya.

Zen Buddhisme hendak mengajak orang untuk menata pikirannya yang kerap tak beraturan.¹⁰ Sumber dari segala penderitaan dan juga kebahagiaan manusia adalah pikirannya. Jika pikirannya tak beraturan, misalnya tercampur dengan kenangan menyakitkan dari masa lalu dan harapan yang berlebihan akan masa depan, maka ia akan menderita. Jika pikirannya tertata, dan berakar di keadaan disini dan saat ini, maka ia akan menemukan kebahagiaan yang sesungguhnya. Jadi, kuncinya adalah menata pikiran. Di dalam tradisi Zen Buddhisme di Cina, pikiran-pikiran tak beraturan manusia kerap dilihat sebagai seekor banteng. Ia sulit diatur, sehingga bisa merusak segala yang ada di sekitarnya. Ia bukanlah binatang jahat, hanya sulit diatur. Dengan cara mengajar dan pandangannya yang unik, Ma-tsu juga mencoba untuk masuk ke dalam persoalan ini. Suatu waktu, Ma-tsu bertanya kepada muridnya, “Apa yang kamu lakukan?” Pertanyaan semacam ini tidak pernah boleh dijawab dengan logika dan rasionalitas biasa, terutama jika ditanyakan oleh Ma-tsu. Muridnya menjawab, “Saya sedang menggembala banteng.” Artinya, ia sedang berusaha menata pikirannya. “Bagaimana kamu melakukannya?”, tanya Ma-tsu. Muridnya menjawab, “Kapanpun si banteng ingin makan rumput, saya memukulnya di hidung, supaya ia kembali tegak.” Ma-tsu agak kaget mendengar tanggapan tersebut. Ia pun berkata, “Jika kamu bisa melakukan itu sendiri, maka lebih baik saya pensiun”.

Mengatur pikiran adalah keutamaan yang amat penting di dalam tradisi Zen Buddhisme. Namun, menata pikiran, yang juga berarti menata keseluruhan diri, bukanlah tujuan pada dirinya sendiri, melainkan hanya cara untuk mencapai tujuan lain. Segala aturan di dalam tradisi Zen, yang memang bertujuan untuk menata pikiran, adalah alat untuk mencapai tujuan lain, yakni pencerahan batin. Ketika orang mencapai pencerahan batin, maka pencerahan batin tidak lagi berarti baginya. Bahkan, pencerahan batin akan tampak seperti lelucon belaka. Konsep dan bahasa yang digunakan pun juga harus dilihat sebagai alat, dan tidak boleh dianggap sebagai kebenaran itu sendiri. Suatu waktu Ma-tsu kedatangan tamu seorang pejabat besar. Sang pejabat berkata, “Guru,



haruskah aku makan daging dan minum anggur?” Ma-tsu tidak memberikan jawaban langsung. Ia mengajukan sebuah cara berpikir. “Makan dan minum adalah hakmu sebagai manusia. Tidak makan daging dan minum anggur adalah kesempatanmu untuk mendapat berkat lebih tinggi.” Dalam konteks ini, Ma-tsu menjawab dengan bahasa yang singkat. Ia tidak mau memberi kesan, bahwa bahasa-bahasa yang indah dan rumit akan memberikan pencerahan batin. Justru sebaliknya, bahasa yang rumit dan indah akan menjauhkan orang dari pemahaman.

Suatu waktu, seorang biksu mengajukan pertanyaan kepada Ma-tsu. “Apa artinya, bahwa Bodhidharma datang ke Cina?” Ma-tsu menjawab, “Apa maksud pertanyaanmu saat ini?” Zen Buddhisme bukanlah soal teori dan abstraksi atas peristiwa. Ia bukanlah analisis sebab akibat dari suatu peristiwa. Yang menjadi fokus utama dari Zen adalah dirimu disini dan saat ini. Pada titik tertentu, diri akan menghilang, dan orang akan sampai pada pencerahan batin. Hampir setiap hari, Ma-tsu mengajukan pertanyaan pada murid-muridnya. Ia juga terlibat dalam berbagai interaksi dengan muridnya yang bertujuan untuk mendorong muridnya mencapai pemahaman intuitif dan pencerahan batin. Suatu hari, Ma-tsu sedang duduk bersama tiga orang muridnya. Ia bertanya kepada mereka, “Apa yang sebaiknya kita lakukan sekarang ini?” Murid pertama menjawab, “Akan sangat baik, jika membaca tulisan-tulisan orang-orang dari masa lalu yang telah mengalami pencerahan batin.” Murid kedua menjawab, “Akan lebih baik lagi, jika kita bermeditasi.” Murid ketiga tidak berkata apa-apa. Ia berdiri, membersihkan pakaiannya dan meninggalkan ruangan. Bagi Ma-tsu, inilah jawaban yang “paling tepat”. Sikap ini, bagi Ma-tsu, adalah tanda, bahwa tindakan nyata, yakni berdiri dan meninggalkan ruangan, lebih berharga daripada abstraksi dan tindakan religius.

Hoover menegaskan, bahwa dengan metodenya yang unik, Ma-tsu memiliki 139 murid yang telah mengalami pencerahan batin. Mereka akhirnya menyebar, dan menjadi guru Zen di berbagai biara Buddhis di Cina. Mereka di kenal sebagai Zen dari Selatan, yakni dari Cina bagian Selatan. Sepanjang hidupnya, Ma-tsu tidak pernah menulis. Cerita tentang kisah hidupnya diperoleh dari catatan para muridnya. Konon, seperti dicatat oleh Hoover, ia meninggal dengan cara yang sama seperti guru-guru Zen lainnya. Ia meramalkan kematiannya sebulan sebelumnya. Ketika waktunya tiba, ia mandi, bermeditasi dan meninggal dalam keadaan tenang.

3. Lin-chi dan Dialektika Transrasionalitas

Buddhisme mengalami masa-masa berat sekitar tahun 845 di Cina. Banyak aliran-aliran Buddhisme hancur.¹¹ Namun, Zen, karena terpisah dari politik dan berkembang di kota-kota kecil, tetap bertahan, bahkan berkembang. Ia menjadi aliran Buddhisme utama yang berkembang di Cina. Dengan posisi semacam ini, ia semakin berani mengembangkan ide-ide baru, dan semakin berjarak dari Buddhisme yang berkembang di India dan Tibet. Pengaruh Bodhidharma,¹² sang perintis Zen di Cina, dan Ma-tsu, yang mengembangkan metode mengajar baru di dalam Zen, amatlah kuat. Lin-chi, sebagai seorang guru Zen, juga berada di dalam garis ajaran Zen yang dikembangkan oleh Ma-tsu. Ia juga dikenal sebagai pendiri Rinzai Zen yang kini tersebar di Jepang, Eropa dan Amerika. Sama seperti Ma-tsu, Lin-chi juga mengembangkan metode dialektis, yakni melalui percakapan timbal balik antara guru dan murid, guna mendorong terjadinya pencerahan batin. Ia lahir di propinsi Shantung yang waktu itu dikenal sebagai daerah Nan-hua.

Sebagai anak muda, ia dikenal amat cerdas dan berperilaku baik. Di dalam tradisi Cina, dua hal ini adalah sikap yang diharapkan dari seorang anak muda. Sejak muda, ia sudah tertarik pada Buddhisme, walaupun tidak secara khusus pada Zen. Ia mencukur kepalanya dan kemudian menjadi seorang biksu. Awalnya, ia mempelajari Sutra, yakni tulisan-tulisan yang dianggap suci di dalam tradisi Buddhisme. Ia juga menekuni berbagai peraturan tradisional di dalam tradisi Buddhisme. Namun, pada usia sekitar 28 tahun, ia mulai merasa, bahwa hal-hal yang ia tekuni tersebut tidaklah cukup. Ia lebih tertarik mendalami pengetahuan intuitif yang mendorong pada pencerahan batin, seperti yang menjadi model pendidikan Zen Buddhisme. Ia merasa pengetahuan semacam ini lebih berharga dari pengetahuan yang berpijak pada tradisi. Ia pun mulai tergerak untuk mencari seorang guru, guna membimbingnya ke arah pencerahan batin. Di dalam perjalanan, ia berjumpa dengan Huang-po, salah satu guru Zen yang berdiri di dalam tradisi Zen aliran Selatan, seperti Ma-tsu.

Lin-chi sudah menjadi seorang biksu, ketika ia pertama kali berjumpa dengan Huang-po. Namun, cara berpikirnya sangat tradisional, karena ia dididik secara intensif di dalam tradisi Buddhisme tradisional. Setelah hidup di satu biara Buddhisme tradisional selama tiga tahun, Lin-chi merasa tidak mendapatkan apapun. Ia pun menjalankan saran temannya untuk berguru pada Huang-po, salah satu murid dari Ma-tsu. Ketika berjumpa dengan Huang-po, Lin-chi mengajukan pertanyaan, “Apa maksudnya Bodhidharma datang dari Barat?” Huang-po tidak menjawab, dan malah memukulnya dengan tongkat. Tentu saja, Lin-chi kaget. Ia segera kembali menceritakan pengalaman ini pada temannya yang juga



seorang biksu. Temannya menyarankan, supaya ia kembali ke Huang-po. Lin-chi pun kembali, dan mendapatkan kembali perlakuan yang sama, yakni dipukul dengan tongkat. Ia merasa amat kecewa, dan memutuskan untuk meninggalkan biara, dan mencari pencerahan batin di tempat lain. Juga atas saran Huang-po, guru Zen yang memukulnya dengan tongkat, Lin-chi pergi ke biara Zen terdekat yang dipimpin oleh Ta-yu.

Pertama kali berjumpa dengan Ta-yu, Lin-chi menceritakan pengalamannya dipukul dengan tongkat oleh Huang-po. Ta-yu mendengar dengan sabar. Ia pun berkata, "Huang-po bertindak dengan penuh kasih kepadamu. Ia hanya ingin melepaskan kamu dari kebingungan". Lin-chi pun sadar, bahwa Huang-po sedang berusaha menjelaskan pemahaman intuitif yang tak dapat dijelaskan dengan kata-kata. Seperti Ma-tsu, Huang-po berpendapat, bahwa pemahaman sesungguhnya tentang pencerahan batin terdapat di dalam intuisi, dan bukan pada rumusan kata-kata. Mendengar tanggapan dari Ta-yu, Lin-chi kemudian berpikir di dalam benaknya, bahwa inti dari Zen adalah kekosongan itu sendiri, dan kekosongan itu tidak pernah dapat diungkapkan dengan kata-kata apapun. Ta-yu kemudian bertanya, "Apa yang kau pikirkan?" Lin-chi memukul Ta-yu tiga kali. Tanggapan spontan terhadap peristiwa adalah tanda pencerahan batin, yakni tanggapan yang tidak lagi berpijak pada pikiran, melainkan pada intuisi yang bersifat langsung. Ta-yu menanggapi, "Gurumu adalah Huang-po. Saya tidak ada urusan dengan kamu." Lin-chi pun kembali ke biara Huang-po, setelah ia mendapatkan pencerahan batin.

Ketika berjumpa dengan Lin-chi, Huang-po berkata, "Bukankah kamu kembali terlalu cepat? Kamu baru saja pergi." Lin-chi pun menceritakan pengalamannya untuk sampai pada pencerahan batin. Huang-po berkata, "Ta-yu sungguh bermulut besar! Kalau saya berjumpa dengannya, saya akan memukulnya dengan tongkat." Lin-chi menanggapi, "Tunggu, saya bisa memberikannya sekarang". Ia pun menampar Huang-po. Setelah itu, hubungan guru dan murid tersebut dipenuhi dengan pukulan dan teriakan. Semuanya menjadi alat untuk mengajarkan pemahaman intuitif yang melampaui kata-kata. Pengalaman Lin-chi adalah pengalaman "pencerahan batin tiba-tiba". Biasanya, orang butuh puluhan tahun untuk mengalaminya, terutama mereka yang dididik di dalam Buddhisme tradisional. Lin-chi mendapatkannya hanya dengan menyadari pukulan yang ia terima dari Huang-po sebagai ajakan untuk keluar dari pemahaman rasional, dan memasuki pemahaman intuitif. Hoover mengutip pernyataan langsung dari Lin-chi.

"Dulu saya membaktikan hidup untuk mempelajari teks-teks suci Buddhisme. Sekarang, saya membuang semua itu, dan mencari jalan lain, yakni melakukan meditasi. Kemudian, saya berjumpa dengan guru-guru hebat... setelah melalui proses yang lama dan disiplin yang berat, dalam sekejap, saya mengetahui, siapa diri saya sebenarnya."¹³

Pencerahan batin yang dialami oleh Lin-chi amatlah tiba-tiba dan memiliki pengaruh besar pada cara pandangnya pada hidup, seperti layaknya seorang pecandu yang berhenti dari kecanduannya. Sebagai akibatnya, ia melakukan kritik tajam pada semua ajaran Buddhisme tradisional yang dianggapnya menghambat pencerahan batin, termasuk pemujaan pada para pendiri dan penyebar Zen Buddhisme di Cina. Ia menghancurkan kepercayaannya yang lama. Hoover mengutip perkataan Lin-chi.

"Para pencari pencerahan batin, jika kamu ingin mendapatkan pengetahuan yang sejati tentang Dharma, janganlah mengikuti pandangan yang salah dari orang lain. Apapun yang kamu temukan, baik itu di dalam maupun di luar, hancurkanlah segera. Ketika melihat Buddha, bunuhlah dia. Ketika bertemu dengan para pendiri Zen, bunuhlah mereka. Ketika berjumpa dengan orang suci, bunuhlah dia. Ketika berjumpa dengan orang tuamu, bunuhlah mereka. Ketika berjumpa dengan teman sebangsamu, bunuhlah mereka juga. Hanya dengan begitu, kau sampai pada kebebasan. Dengan tidak terikat pada apapun, kamu bebas melakukan apapun."¹⁴

Setelah perjumpaan-perjumpaan awal yang mendorong Lin-chi ke arah pencerahan batin, hubungannya dengan Huang-po pun semakin dekat. Latar belakang dialognya adalah kehidupan sehari-hari di biara Zen Buddhis, seperti ketika sedang bercocok tanam, atau sekedar berpapasan di koridor biara. Hoover menegaskan,

bahwa latar belakang percakapan mereka menunjukkan juga kehidupan yang amat aktif di dalam biara-biara Zen Buddhisme di Cina pada masa itu. Hoover mengutip salah satu percakapan Lin-chi dan Huang-po yang paling terkenal. Suatu hari, Huang-po dan Lin-chi sedang berjalan bersama untuk bekerja di kebun bersama biksu-biksu yang lain. Huang-po kemudian sadar, bahwa Lin-chi tidak membawa apapun di tangannya. Ia pun bertanya, "Dimana cangkulmu?" Lin-chi menjawab, "Ada orang yang mengambilnya." Mendengar itu, Huang-po pun berkata, "Mari kesini, kita berdiskusi tentang sesuatu." Lin-chi pun mendekat. Kata Huang-po, "Tidak ada orang di dunia ini yang dapat mengangkat cangkulku." Lin-chi bereaksi spontan,





“Jika itu benar, mengapa aku dapat mengangkat cangkul ini?” Mendengar itu, Huang-po menjawab, “Hari ini, sudah banyak yang bekerja. Saya tidak perlu ikut serta.” Ia pun kembali ke biara.

Cerita ini, seperti banyak Koan lainnya, mengundang banyak tafsiran. Salah satu tafsiran menyatakan, bahwa cangkul melambangkan otoritas kepala biara di kuil Huang-po. Dari cerita ini dapatlah disimpulkan, bahwa Lin-chi kini menjadi kepala biksu yang memimpin biara Huang-po. Di dalam tradisi Zen Buddhisme, inilah yang disebut sebagai transmisi tanpa kata, di mana pemahaman intuitif terdalam tentang Zen Buddhisme tidak disampaikan dengan bahasa yang runut dan logis, melainkan secara simbolik. Percakapan antara seorang guru Zen tidaklah pernah hanya sekedar percakapan harafiah. Cangkul tidak dapat dilihat sebagai cangkul. Ia melambangkan sesuatu yang lain, yang tentunya harus ditafsirkan secara spontan dan intuitif oleh sang murid. Hoover mengutip cerita lainnya. Suatu hari, Huang-po mengajak seluruh muridnya untuk bekerja di kebun teh. Ia datang terlambat. Ketika ia tiba di kebun teh, Lin-chi menyapanya. Pada saat itu, Lin-chi sedang meletakkan cangkulnya, dan beristirahat sejenak. Huang-po pun bertanya, “Apakah kamu lelah?” Lin-chi spontan menjawab, “Saya baru saja bekerja, mengapa kamu bertanya seperti itu?” Tiba-tiba, Huang-po mengambil tongkat dan memukul Lin-chi. Lin-chi menanggapi dengan menangkap tongkat itu, dan mendorong Huang-po, sehingga ia terjatuh ke tanah. Seorang biksu lain membantu Huang-po berdiri. Si biksu berkata, “Jangan biarkan orang gila itu menghinamu seperti itu!” Huang-po justru mengambil tongkat, dan memukul si biksu. Lin-chi terus menggali tanah dengan cangkulnya, sambil berkata, “Tempat lain boleh menggunakan kremasi untuk membakar mayat. Disini, saya akan menguburmu hidup-hidup.”

Bagi Hoover, pernyataan Lin-chi tersebut dapatlah dianggap sebagai penegasan kembali, bahwa ia adalah pimpinan biara berikutnya. Pernyataan itu juga menegaskan, bahwa diri Lin-chi yang lama, yang masih terikat pada norma moral dan sopan santun, telah mati. Yang tersisa adalah Diri yang sejati, yang tercerahkan, dan melampaui semua norma-norma yang telah ada di dalam masyarakat. Inilah inti pencerahan batin di dalam tradisi Zen Buddhisme, yakni bahwa orang menjadi dirinya sendiri yang sejati. Dirinya yang lama sudah mati, walaupun tubuhnya tetap hidup. Ia pun menjadi Buddha, yakni manusia yang tercerahkan. Sejak saat itu, Huang-po tidak lagi ragu, bahwa Lin-chi adalah penerusnya di dalam tradisi Zen, yakni orang yang akan meneruskan tradisi Zen Buddhisme berikutnya. Di dalam hidup sehari-hari, Lin-chi pun mendapat kemudahan. Ia seringkali datang terlambat dan pergi lebih cepat di dalam acara-acara komunitas. Melihat itu, Huang-po hanya diam saja, karena ia tahu, Lin-chi kini sudah hidup tidak lagi dengan diri yang berada di dalam norma-norma sosial, tetapi Diri yang sejati. Tidak ada lagi yang dapat mengaturnya.

Suatu hari, Lin-chi melihat Huang-po yang sedang membaca teks-teks klasik Buddhisme. Lin-chi pun berkata, “Saya pikir, kamu adalah manusia sempurna. Namun, ternyata kamu hanyalah biksu tua yang ketinggalan jaman, yang sedang menelan kacang hitam.” Kacang hitam disini adalah huruf-huruf Cina yang menjadi bahasa resmi dari teks-teks klasik Buddhisme di Cina. Tak lama kemudian, Lin-chi menerima simbol pencerahan dari Huang-po. Ia pun pergi dari biara Huang-po, dan mencari jalannya sendiri. Kemudian, ia menjadi pimpinan dari sebuah kuil kecil dekat sungai di propinsi Hopei. Tak lama kemudian terjadi konflik di tempat tersebut. Ia pun terpaksa harus meninggalkan kuil. Konflik tersebut, menurut Hoover, terkait dengan penyerangan terhadap kuil-kuil Buddhisme yang terjadi pada tahun 845. Walaupun menjalani masa-masa sulit, Lin-chi tetap setia pada jalan hidup Zen-nya. Suatu hari, Lin-chi menghadiri acara makan bersama. Di pintu gerbang, ia berjumpa dengan seorang tentara. Lin-chi pun bertanya, “Apakah pilar yang menyangga pintu ini suci atau tidak?” Si tentara diam saja. Sambil memukul pilar, Lin-chi berkata, “Walaupun kamu bisa bicara, pilar ini tetap hanya merupakan kayu biasa.” Ia pun masuk ke dalam.

Dengan dialog ini, menurut saya, Lin-chi hendak mengaburkan perbedaan antara yang suci dan yang sekular. Baginya, perbedaan semacam itu adalah hasil dari pikiran dualistik yang melihat kenyataan sebagai sesuatu yang terdiri dari bagian yang terpisah-pisah. Pencerahan batin di dalam Zen Buddhisme hendak melampaui semua perbedaan itu, dan melihat segalanya sebagai satu kesatuan yang utuh.¹⁵ Setelah diusir dari biara lamanya karena konflik setempat, Lin-chi pun pindah ke kota sebelah. Disana, ia berkenalan dengan penguasa setempat, dan memperoleh rumah untuk membangun biaranya sendiri. Bahkan, sang penguasa setempat menggantung papan nama bertuliskan “Lin-chi” di pintu gerbang tersebut, supaya Lin-chi merasa betah disana. Namun, juga karena ketegangan politik setempat, ia harus pindah lagi. Kali ini, ia pindah ke Selatan, yakni ke Propinsi Ho. Penguasa setempat, yakni Wang, melihat kebijaksanaan di dalam diri Lin-chi. Hubungan keduanya, menurut Hoover, menjadi ciri dari Zen Buddhisme di Cina pada masa itu, yakni melepaskan semua kaitan dengan Buddhisme tradisional. Menurut Hoover, langkah ini amatlah tepat, mengingat Buddhisme dalam artiannya yang tradisional mulai ditinggalkan dan bahkan dihancurkan di Cina pada masa-masa itu.



Suatu hari, Wang, penguasa politik di propinsi Ho, mengunjungi Lin-chi. Ketika berada di pintu gerbang, Wang bertanya, "Apakah para biksu di biara ini membaca Sutra (teks-teks tradisional Buddhisme)?" Lin-chi menjawab, "Tidak, mereka tidak membaca Sutra." Wang kembali bertanya, "Apakah mereka bermeditasi?" Lin-chi menjawab lagi, "Tidak. Mereka tidak bermeditasi." Sambil kebingungan, Wang kembali bertanya, "Jika mereka tidak membaca Sutra dan bermeditasi, apa yang mereka lakukan sehari-hari?" "Yang mereka lakukan", kata Lin-chi, "adalah menjadi Buddha dan pemimpin Zen yang memiliki pencerahan batin sepenuhnya." Dari dialog ini, kita bisa melihat, bagaimana Zen Buddhisme menunjukkan kemandiriannya dari tradisi Buddhisme yang sebelumnya berkembang di India dan negara-negara Asia Tengah. Dengan kata lain, Zen sepenuhnya menjadi milik Cina yang sepenuhnya berakar pada tradisi dan cara berpikir Cina. Setelah berpisah dengan Wang, Lin-chi kemudian menetap di kuil Hsing-hua di propinsi Taming. Kuil ini pun menjadi tempat menetapnya yang terakhir. Pemikiran Zen Lin-chi nantinya juga ditulis di tempat ini oleh muridnya yang bernama Ts'un-chiang. Inti dari pemikiran Zen tersebut, menurut Hoover, adalah mencapai pemahaman intuitif melalui percakapan-percakapan.

Semua itu nantinya dikumpulkan menjadi sebuah buku yang berjudul *The Record of Lin-chi*. Yang perlu diingat pada titik ini adalah, Zen bukanlah pengalaman mistik yang lepas dari kehidupan sehari-hari manusia. Pemahaman intuitif yang merupakan tanda pencerahan batin di dalam tradisi Zen Buddhisme adalah gabungan antara pemahaman dan penerapan. Ia juga berakar pada pengalaman manusiawi setiap orang yang penuh dengan emosi dan perubahan. Semua ini berakar pada pemahaman intuitif, yakni pemahaman yang bersifat langsung pada hakekat dari kenyataan dan diri sendiri. Tidak ada konsep dan kata yang digunakan. Yang ada hanyalah kesadaran tanpa konsep yang membuat orang melampaui semua keadaan yang dialaminya, termasuk gejolak emosi, karena berbagai peristiwa yang terjadi. Dalam arti ini, menurut saya, pemahaman intuitif dalam tradisi Zen Buddhisme, yang juga merupakan pencerahan batin di dalam tradisi Zen yang dikembangkan Ma-tsu dan Lin-chi, dapat disebut sebagai dialektika transrasionalitas. Inilah yang menjadi dasar bagi spiritualitas keagamaan yang baru, yang bisa menyegarkan kehidupan beragama dan beriman kita sekarang ini. Lin-chi sendiri menyebutnya sebagai pemahaman tanpa konsep yang mengajak orang keluar dari pikiran sehari-harinya, dan memasuki pemahaman intuitif.

Seperti Ma-tsu, Lin-chi juga memiliki gaya mengajar yang unik. Ia terkenal sebagai seorang guru Zen yang suka berteriak. Sama seperti guru Zen lainnya, Lin-chi berusaha menyampaikan apa yang tidak bisa disampaikan dengan kata-kata. Oleh karena itu, ia mencoba berbagai cara, yakni semacam gabungan antara keheningan, percakapan, bentakan dan pukulan fisik. Dari semua pola ini, ada satu yang sama, yakni niat dan tindakan untuk mengejutkan orang, sehingga dalam sejenak, ia mampu keluar dari pikirannya, dan sungguh merasakan keadaan disini dan saat ini, tanpa konsep dan pemikiran apapun. Yang juga menarik, menurut saya, Lin-chi bahkan membuat semacam pembagian tentang jenis-jenis teriakan. Hoover menuliskan percakapan Lin-chi dengan muridnya soal tema ini. Suatu hari, ia bertanya kepada salah satu muridnya. "Terkadang, teriakan itu seperti pedang permata dari seorang raja yang bersemangat. Ia keras dan panjang. Seringkali, teriakan itu seperti singa yang merangkak di tanah. Ia kuat dan tegas. Seringkali pula, teriakan itu seperti pancingan ikan. Ia menarik perhatian. Dan seringkali, teriakan berfungsi tidak seperti teriakan. Bagaimana kamu mengerti ini?" Muridnya bingung mendengarkan itu. Lin-chi pun kemudian berteriak.

Sejak kecil, kita diajar untuk berpikir dengan melihat sebab dan akibat. Kita juga diajar untuk berpikir runut dan teratur. Pelajaran logika dan matematika menjadi amat penting demi mencapai tujuan berpikir runut dan teratur semacam ini. Namun, di dalam tradisi Zen Buddhisme, cara berpikir semacam ini haruslah "dipotong", justru supaya orang bisa mencapai pencerahan batin. Lin-chi menggunakan teriakan untuk memotong cara berpikir semacam ini. Pertanyaan yang penting untuk diajukan adalah, mengapa kita perlu untuk memotong cara berpikir semacam ini? Pada hemat saya, jawabannya sederhana, karena dunia tidak berjalan dengan hukum-hukum logis dan rasional, seperti yang kita kira. Hidup dengan berpikir secara logis dan rasional berarti juga hidup secara tidak alami, dan apapun yang tidak alami selalu akan merugikan. Bahwa ada bagian yang rasional dari kehidupan, itu tidak bisa dipungkiri. Namun, hakekat kehidupan itu sendiri pada intinya adalah kekosongan yang bersifat paradoksal. Ini hanya dapat dipahami dengan menggunakan intuisi semata. Pemahaman rasional hanya bisa membawa kita ke pintu gerbang pemahaman. Sisanya, menurut saya, kita harus melompat dengan intuisi. Zen Buddhisme, sebagaimana dikembangkan oleh Ma-tsu dan Lin-chi, pada hemat saya, memberikan metode yang nyaris sempurna untuk membantu kita "melompat dengan intuisi" tersebut.

Di sisi lain, pukulan dengan tongkat, bagi Lin-chi, juga merupakan cara yang baik untuk mendorong pencerahan batin. Namun, ini hanya bisa berhasil, jika dilakukan secara mendadak.



Hoover mengutip satu cerita tentang Lin-chi. Suatu hari, di hadapan umum, Lin-chi berkata, "Orang yang mencari pencerahan batin tidak boleh takut kehilangan hidupnya. Ketika dulu saya bertanya kepada Huang-po (gurunya Lin-chi) tentang arti sesungguhnya dari Buddhisme, ia justru memukul saya tiga kali dengan tongkat. Pukulan itu amat keras. Saya ingin merasakan pukulan itu lagi. Siapa yang bisa memberikannya kepada saya?" Seorang biksu maju ke depan dan berkata, "Saya bisa memberikannya kepadamu." Lin-chi mengambil tongkat, dan justru memukul biksu itu secara keras. Ketika teriakan tidak berhasil mendorong orang mencapai pemahaman intuitif, maka pukulan dengan tongkat bisa menjadi cara yang lebih baik. Seorang biksu bertanya kepada Lin-chi, "Apa prinsip utama dari Buddhisme?" Lin-chi mengambil tongkat. Si biksu kaget, dan kemudian berteriak. Lin-chi pun memukulnya dengan tongkat. Seorang biksu lain memberanikan diri untuk mengajukan pertanyaan yang sama. Jawaban Lin-chi tetap sama. Ia berteriak dan memukul si biksu yang bertanya tersebut.



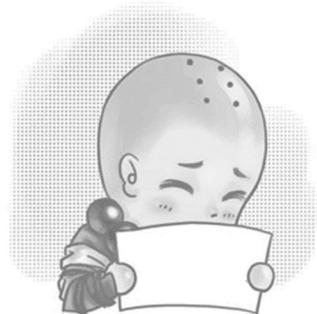
Ada cerita lainnya tentang Lin-chi. Ia bertanya kepada seorang biksu, "Darimana kamu berasal?" Si biksu malah berteriak. Lin-chi menyalami biksu tersebut, dan memintanya untuk duduk. Si biksu tampak ragu. Dalam keraguan, Lin-chi kemudian memukulnya dengan tongkat. Ketika ini terjadi, ada biksu lain yang hendak melewati mereka. Sekali lagi, Lin-chi mengambil tongkat. Si biksu yang hendak lewat tampak tak peduli. Lin-chi pun memukulnya juga. Sebagai seorang guru Zen, Lin-chi juga bersikap sama kepada perempuan. Ia melihat tidak ada perbedaan antara perempuan dan pria dalam soal pencapaian pencerahan batin. Suatu hari, Lin-chi berjumpa dengan seorang biksuni (biksu perempuan). Ia berkata kepada si biksuni, "Selamat datang, atau tidak?" Si biksuni berteriak. Lin-chi menyambung, "Silahkan terus berbicara!" Ia pun mengambil tongkat, dan memukul si biksuni. Bagi Lin-chi, pencerahan batin lahir dari pemikiran yang bersifat dialektis. Artinya, ia lahir dari tegangan dan percakapan yang bersifat ekstrem. Ia tidak lahir dari nalar dan logika yang bersifat lurus. Dengan tegangan dan percakapan ekstrem, orang lalu bisa menghasilkan cara berpikir tertentu yang mendorongnya untuk memasuki pemahaman intuitif, tanpa kata-kata. Pencerahan batin bukanlah perubahan keadaan di luar manusia. Dunia boleh berubah, namun orang yang mencapai pencerahan batin akan bisa menjalani hidupnya dengan ketenangan sempurna. Pencerahan batin adalah bentuk cara berpikir tertentu yang lahir dari intuisi, yang bersifat transrasionalistik (melampaui rasionalitas).

Buddhisme sebenarnya, menurut saya, lebih dekat dengan psikologi. Ia bukanlah agama, dalam arti penyembahan dan kepercayaan pada Tuhan atau Dewa tertentu. Buddhisme adalah jalan untuk mencapai pencerahan batin yang berarti juga kesehatan mental sepenuhnya, dimana orang tidak lagi terombang-ambing emosi dan perasaannya oleh berbagai peristiwa dunia. Analisis Buddhisme terhadap hakekat dari pikiran manusia dan hubungannya dengan dunia, pada hemat saya, amat dalam dan luar biasa jenius, bahkan jauh lebih dalam dan jenius daripada Filsafat Barat dan ilmu pengetahuan modern, seperti yang kita kenal sekarang ini. Zen Buddhisme pada khususnya, terutama dari empat master Zen yang saya bahas di dalam tulisan ini, menekankan berulang kali, bahwa pemahaman terdalam tentang arti dari kehidupan, yang menjadi dasar untuk pencerahan batin, hanya dapat dicapai dengan intuisi. Dalam arti ini, kata-kata dan konsep-konsep logis serta rasional, yang menjadi ciri dari pendidikan modern sekarang ini, sama sekali tidak berguna. Tidak hanya itu, kata-kata dan konsep-konsep tersebut justru menjadi penghalang utama orang untuk sampai pada pencerahan batin. Karena terjebak pada kata dan konsep, orang tidak lagi dapat menyentuh dunia. Ia pun tetap terjebak dalam penderitaan.

Apa ciri dari pemahaman intuitif, menurut Lin-chi? Ciri yang paling terasa adalah sifat paradoksal dan bahkan kontradiktif. Jawaban dan pertanyaan tidak berada di jalur logika. Pertanyaan terasa seringkali konyol dan tidak logis, apalagi jawaban yang diberikan. Hoover memberi satu contoh menarik. Ketika sebuah pertanyaan diajukan, maka sudah selalu jelas, dalam rangka pemahaman intuitif, bahwa tidak akan ada jawaban yang bisa diberikan. Dan ketika jawaban diberikan dalam bentuk kata-kata dan konsep-konsep, maka sudah jelas, pertanyaan yang diajukan tidak akan pernah terjawab.¹⁶ Dalam arti ini dapat ditegaskan, bahwa musuh utama dari pencerahan batin di dalam tradisi Zen Buddhisme adalah akal budi dan konsep-konsep rasional. Ini jelas berkebalikan dengan apa yang diajarkan oleh sistem pendidikan dan ilmu pengetahuan modern, yang amat menekankan logika, rasionalitas dan kemampuan memahami serta menjelaskan kembali berbagai konsep-konsep abstrak yang ada. Jika di dalam sistem pendidikan dan ilmu pengetahuan modern kemampuan memahami dan menjelaskan kembali argumen-argumen rasional dianggap sebagai keutamaan akademik, maka di dalam tradisi Zen justru sebaliknya, ini justru merupakan tanda kesesatan berpikir yang harus dihindari, karena menjauhkan orang dari pencerahan batin.

Hubungan antara manusia dan dunia juga dibahas secara amat dalam oleh Lin-chi. Hubungan ini sebenarnya melambangkan hubungan yang lebih dalam antara subyek dan obyek. Lin-chi mencoba





menjelaskan hubungan semacam ini ke dalam empat kelompok. Dengan pembagian ini, yang tidak boleh dilihat sebagai perbedaan mutlak, ia mendidik murid-muridnya di dalam tradisi Zen Buddhisme. Hoover mengutip kuliah Lin-chi tentang tema ini. Suatu sore, para biksu berkumpul untuk mendengarkan kuliah umum dari Lin-chi. Ia pun mulai menjelaskan, “Terkadang, saya mengambil orang, dan tidak mengambil keadaan sekitarnya. Terkadang, saya mengambil keadaan sekitarnya, dan tidak mengambil orangnya. Terkadang, saya mengambil orang sekaligus keadaan sekitarnya. Namun, terkadang, saya tidak mengambil orang ataupun keadaan sekitarnya.” Lin-chi tentu tidak sibuk menjelaskan pemahaman ini pada murid-muridnya. Namun, saya mencoba memberikan penafsiran disini.

Pernyataan pertama dari Lin-chi adalah, bahwa ia akan mengambil orang, namun tidak mengambil keadaan sekitarnya. Artinya, ia akan mengajak orang keluar dari segala penafsiran dan pikirannya tentang dunia. Yang tersisa kemudian adalah pengalaman yang murni tentang dunia, tanpa prasangka dan pandangan-pandangan sebelumnya. Ini sejalan dengan prinsip dasar fenomenologi di dalam filsafat barat kontemporer, yakni berusaha melihat dan menjelaskan dunia apa adanya, tanpa penafsiran apapun. Pernyataan kedua Lin-chi adalah, bahwa ia akan mengambil keadaan sekitarnya, dan tidak mengambil orangnya. Artinya, ia akan menjelaskan pada orang, bahwa apa yang ia lihat tidak bisa lepas dari pikiran dan penafsiran yang ia punya. Dengan kata lain, pikiran orang itu memberi kerangka pada apa yang ada di depan matanya, sehingga bisa menghasilkan pengetahuan. Ini sejalan dengan epistemologi Kantian yang menjelaskan peran manusia di dalam menghasilkan pengetahuan atas dunia. Tidak ada yang obyektif, karena pikiran manusia ikut serta dalam proses pemahaman dan penciptaan pengetahuan. Ketika kita melihat gunung, kita tidak sungguh melihat gunung, karena pikiran kita juga membantu menciptakan pengetahuan tentang gunung. Jadi, gunung bukanlah sesuatu yang obyektif. Gunung bukanlah gunung obyektif, melainkan gunung yang sekaligus obyektif dan subyektif.

Dari dua proses ini, Lin-chi hendak mengajak orang melampaui perbedaan antara aku dan dunia, antara subyek dan obyek. Tidak ada perbedaan. Subyek dipenuhi ilusi akan subyektivitas. Dan obyek, yakni benda-benda di dunia, dipenuhi ilusi akan obyektivitas. Keduanya melahirkan kesesatan berpikir. Keduanya harus dilampaui. Inilah inti dari pernyataan Lin-chi yang ketiga, bahwa ia akan menarik orang keluar sekaligus mengambil keadaan sekitarnya. Inilah yang disebut sebagai pembebasan batin, yakni ketika orang lepas dari perbedaan antara subyek dan obyek, dan berbagai perbedaan-perbedaan lainnya di dunia. Pemahaman rasional dan logis atas dunia akan melahirkan perbedaan-perbedaan. Dari perbedaan-perbedaan semacam ini lahirlah ketegangan dan konflik. Sebaliknya, pemahaman intuitif akan dunia melahirkan kesadaran akan kesatuan dari segala sesuatu. Segala perbedaan dilampaui. Tidak ada alasan untuk tegang dan konflik. Namun, pemahaman intuitif tidak bisa diajarkan sebagai suatu teori atau rumusan baku, seperti yang biasa dilakukan di sistem pendidikan modern. Orang harus keluar secara tiba-tiba dari pemahaman rasional. Lin-chi sadar betul akan ini. Maka, ia pun memilih berteriak dan memukul murid-muridnya untuk keluar dari pemahaman rasional, dan memasuki pemahaman intuitif.

Ketika orang dipukul atau dibentak dengan keras secara tiba-tiba, orang akan kaget. Secara sekejap, ia akan sadar, tidak ada perbedaan di dalam dunia. Tidak ada yang bisa dipegang erat-erat dengan konsep dan kata-kata. Dalam sekejap mata, pikiran hilang. Kesadaran hilang. Yang ada hanya keadaan disini dan saat ini. Inilah intuisi. Jika orang bisa sampai pada keadaan ini, maka ia sudah sampai pada pencerahan batin. Keadaan intuitif ini juga menjadi ciri dari pernyataan keempat dari Lin-chi, yakni ketika dunia dilihat sebagai satu kesatuan, tanpa perbedaan. Dalam keadaan ini, orang memahami dunia tidak lagi dengan konsep dan kata, melainkan dengan intuisi. Pemahamannya bersifat langsung dan murni, tanpa perantara dan prasangka apapun. Dunia adalah dunia. Ia tidak baik. Ia tidak buruk. Ia hanya ada, satu dan utuh. Hoover mengutip salah satu *Koan* untuk menjelaskan hal ini. Sebelum mengalami pencerahan batin, gunung dan sungai dilihat sebagai sesuatu yang obyektif. Mereka adalah gunung dan sungai, titik. Ketika sedang mendalami Zen, gunung dan sungai tidak lagi dilihat sebagai obyektif, karena orang sadar, bahwa pikirannya mencampuri pemahamannya. Namun, setelah mengalami pencerahan batin, gunung dan sungai kembali menjadi gunung dan sungai, namun kini semuanya adalah satu kesatuan yang tak terpisahkan. Bahkan, kita yang melihat gunung dan sungai juga merupakan satu kesatuan utuh dengan gunung dan sungai tersebut.

Lin-chi juga merumuskan pandangannya soal hubungan antara guru dan murid. Hubungan ini juga berlaku dalam konteks hubungan antara tuan rumah dan tamunya. Pada tingkat yang lebih dalam, orang juga bisa berdialog dengan dirinya sendiri dengan menggunakan pola ini, yakni hubungan antara Aku (hakekat manusia: Buddha) dan aku (jati diri hasil dari hubungan-hubungan





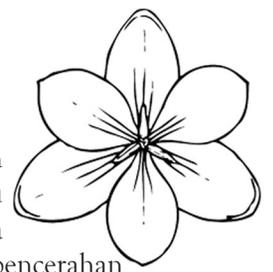
sosial di dalam keluarga dan masyarakat). Hubungan yang ketiga ini memainkan peranan penting di dalam pencerahan batin. Hoover mengutip penjelasan Lin-chi. “Seorang murid berteriak. Kemudian, ia memegang asbak. Sang guru melihat hal ini bukanlah kejadian nyata. Ia pun bermain-main, dan berusaha merebut asbak tersebut dari tangan muridnya. Muridnya kembali berteriak. Namun, sang guru diam saja, dan tetap berusaha merebut asbak. Pola ini disebut juga sebagai pola guru yang memeriksa muridnya.” Inilah pola pertama di dalam penjelasan Lin-chi. Pola kedua memiliki ciri yang berbeda. “Seorang guru diam saja, ketika berhadapan dengan muridnya. Namun, ketika si murid mulai bertanya, sang guru memotongnya. Si murid tak mau menyerah. Namun, sang guru tetap tak memberi kesempatan. Ini disebut hubungan guru yang memeriksa muridnya.” Pola kedua ini bisa juga disebut suatu keadaan, dimana tuan rumah memeriksa tamunya.

Lin-chi melanjutkan, “Ada saatnya, ketika seorang murid datang kepada gurunya, dan tidak berkata apapun. Sang guru melihat tanda pencerahan batin di dalam diri muridnya. Si murid merasa puas, dan memuji sang Guru. Namun, sang guru hanya menegaskan, bahwa si murid ternyata hanya berpura-pura, dan bahwa ia tidak mengerti soal pencerahan batin.” Keadaan ini disebut Lin-chi sebagai hubungan antara tuan rumah dengan dirinya sendiri. “Ada saat lainnya, ketika si murid datang kepada gurunya. Tubuh si murid dirantai. Sang guru tidak bereaksi, ia justru mengencangkan rantai muridnya. Si murid pun merasa senang, sehingga ia tidak mampu berkata apapun.” Bagi Lin-chi, pola ini adalah keadaan, dimana tamu (atau murid) memeriksa dirinya sendiri. Empat pola hubungan antara guru dan murid ini tentu harus ditafsirkan lebih jauh. Menurut Hoover, pola pertama menandakan hubungan antara Aku-Buddha dan aku-sosial, yakni ketika Aku-Buddha mencoba memahami aku-sosial. Aku-Buddha disini dipahami sebagai jati diri sejati manusia yang bersifat murni dan tercerahkan. Orang yang bisa kembali menyadari jati diri sejatinya ini akan mengalami pencerahan batin. Sementara, aku-sosial adalah jati diri pribadi yang dibentuk oleh hubungan dengan lingkungan sosial, mulai dari keluarga sampai dengan lingkungan internasional. Di dalam tradisi Zen Buddhisme, aku-sosial ini bersifat sementara dan harus dilampaui, supaya orang sampai pada pencerahan batin.

Pola kedua yang dirumuskan Lin-chi adalah saat, dimana aku-sosial hendak mencoba memahami Aku-Buddha. Pola hubungan ketiga adalah, ketika Aku-Buddha mencoba berjumpa secara langsung dengan Aku-Buddha yang lain. Dan pola keempat adalah, ketika aku-sosial berjumpa dengan aku-sosial yang lain. Hoover menafsirkan penjelasan ini dalam keadaan yang lebih nyata. Pola pertama adalah perjumpaan antara guru yang tercerahkan dan murid yang masih terjebak pada kesesatan berpikir. Pola kedua adalah perjumpaan antara murid yang telah tercerahkan batinnya dengan seorang guru yang masih hidup dengan kesesatan berpikir. Pola ketiga adalah perjumpaan antara guru dan murid yang telah sama-sama tercerahkan batinnya. Dan pola keempat adalah perjumpaan antara guru dan murid yang sama-sama masih hidup dalam kesesatan berpikir. Dengan model berpikir semacam ini dan cara mengajar yang sangat unik, Lin-chi dan Ma-tsu dapat dilihat sebagai Master Zen terbesar di dalam tradisi Zen Buddhisme yang berkembang di Cina dan kemudian Jepang.

Ma-tsu dan Lin-chi mampu berpikir sekaligus dalam dua tingkat, yakni dialektik sekaligus praktis. Dialektik berarti ia mampu membangun pemahaman intuitif melalui hubungan langsung dengan manusia lain, biasanya dalam bentuk percakapan. Praktis berarti ia mampu mendorong orang pada pemahaman intuitif dan pencerahan batin melalui hubungannya dengan orang lain. Keduanya yakin, bahwa orang harus bebas sepenuhnya dari pikiran, pertimbangan, motivasi dan keinginan, supaya ia sampai pada keadaan alamiahnya, yakni Aku-Buddha itu sendiri. Keadaan ini hanya dapat dicapai dan dipahami secara intuitif, tanpa konsep, bahasa dan rumusan-rumusan filosofis. Kita sudah melihat, betapa uniknya cara mengajar Ma-tsu dan Lin-chi untuk mendorong orang pada pencerahan batin. Hoover menyebut metode ini sebagai metode petir, persis karena ia bersifat cepat dan tak terduga. Dorongan pada pemahaman intuitif memang harus jauh dari segala ukuran logika dan rasional yang pelan dan dapat ditebak. Ma-tsu dan Lin-chi juga tidak mengenal kompromi. Semua orang diperlakukan sama, baik itu perempuan atau pria, pejabat pemerintahan atau warga biasa. Sikap-sikap semacam ini amatlah dibutuhkan, karena Zen Buddhisme pada waktu itu sungguh menjadi “mode” yang diikuti banyak orang. Banyak pula kebingungan yang tercipta, terutama dalam sungguh mengetahui, yang mana sungguh merupakan Zen dan yang mana yang hanya mode belaka.

Ma-tsu dan Lin-chi menantang Buddhisme tradisional yang berkembang sebelumnya. Mereka menggunakan metode-metode baru untuk mendorong orang masuk dalam pencerahan batin, yakni mampu secara intuitif memahami hakekat dari dirinya sendiri dan hakekat dari dunia sebagai keseluruhan. Namun, mereka juga amat kritis pada orang-orang yang hidup di dalam tradisi Zen. Lin-chi, misalnya, amat kritis pada orang-orang yang berusaha mengikuti metode mengajarnya. Suatu hari, Lin-chi berkata kepada orang-orang yang mengikuti metode mengajarnya. “Kalian semua mengikuti cara saya berteriak. Namun, saya



ingin mengajukan tes sekarang. Satu orang berjalan dari pintu timur. Lalu, orang lainnya berjalan dari pintu barat. Keduanya lalu berteriak secara bersamaan. Bisakah kamu mengetahui, mana tamu dan mana tuan rumah? Jika tidak, maka kamu tidak punya hak untuk meniru teriakan saya!” Kata tamu dan tuan rumah bisa juga ditafsirkan sebagai hubungan antara orang yang belum mengalami pencerahan batin, dan orang yang sudah mengalaminya. Lalu, apakah Lin-chi menjadi sepenuhnya orang yang irasional, mirip orang gila? Untuk tujuan-tujuan tertentu, seperti ditegaskan oleh Hoover, Lin-chi mampu menjelaskan pemikirannya menggunakan nalar dan logika. Namun, dalam konteks pendidikan Zen menuju pencerahan batin, nalar dan logika, bagi Lin-chi, justru menjadi penghambat utama.

Lin-chi juga menjelaskan lebih jauh, bahwa pencerahan batin, yang menjadi arah utama di dalam Zen Buddhisme, berarti menjadi alamiah sepenuhnya, tanpa usaha manusiawi apapun. Artinya, ketika harus buang air kecil, lakukan itu dengan sepenuh hati. Ketika harus memasak, lakukan itu dengan sepenuh hati. Ketika lelah, maka tidur. Menjadi Buddha, menurut Lin-chi, berarti menjadi sejalan dengan alam sepenuhnya, tanpa pikiran dan pertimbangan apapun. Ketika pikiran dan pertimbangan masuk, maka spontanitas hilang, dan pencerahan batin pun juga hilang. Pencerahan batin selalu ada di depan mata kita. Kesesatan berpikir kita yang menghalanginya. Dalam hal ini, Lin-chi juga banyak melakukan kritik terhadap para master Zen pada jamannya. Mereka menjelaskan teori-teori konseptual, tetapi tidak membiarkan murid-muridnya menemukan kebenarannya sendiri secara intuitif. Guru semacam ini, menurut Lin-chi, tidak layak disebut guru, karena ia tidak bisa membedakan antara praksis Zen yang sejati, dan yang hanya merupakan mode semata. Di masa tuanya, banyak orang berguru pada Lin-chi, tidak hanya para biksu, tetapi juga para guru Zen di masanya. Lin-chi seolah menjadi tolok ukur bagi kesejatan seorang guru Zen.

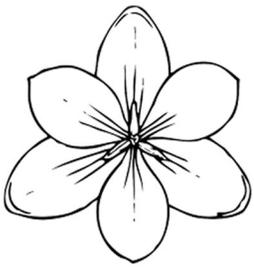
Biara Zen Buddhis yang didirikan oleh Lin-chi terus berkembang. Ia menjadi tempat utama bagi orang-orang yang mencari pencerahan batin di dalam tradisi Zen Buddhisme, terutama di daerah Cina bagian Selatan. Nantinya, ajaran-ajaran Lin-chi juga berkembang pesat di Jepang, bahkan sampai sekarang ini, dalam bentuk Rinzai Zen. Ia seolah menjadi “agama negara” di Jepang nantinya yang diyakini tidak hanya oleh para biksu, tetapi juga rakyat biasa (petani dan pedagang) sampai para Samurai, yakni prajurit yang juga sekaligus memegang kekuasaan politik. Gaya dialektik dari Lin-chi, yang juga berkembang dari gaya mengajar Ma-tsu, nantinya menjadi dasar filosofis bagi filsafat pendidikan Zen Buddhisme. Dialektika, dalam arti percakapan timbal balik antar dua orang, menjadi sarana untuk mendorong pemahaman intuitif yang mengantarkan orang pada pencerahan batin. Dialektika menjadi semacam metode untuk sampai pada pencerahan batin. Jika masih hidup, Lin-chi sendiri pasti akan menentang hal ini. Baginya, cara berpikir yang sistematis, rasional dan logis justru menjadi penghalang bagi pencerahan batin. Yang harus diraih adalah pengalaman murni atas kenyataan itu sendiri yang bersifat langsung dan intuitif.¹⁷ Sekitar tahun 866 dan 867, Lin-chi meninggal, ketika sedang bermeditasi.

4. Ikkyu dan Zen Revolusioner

Buddhisme sudah menyebar ke Jepang sejak tahun 552. Yang tersebar terutama adalah Buddhisme tradisional yang menekankan pemahaman atas teks-teks suci di dalam Buddhisme. Zen Buddhisme sendiri baru nanti masuk ke Jepang. Di Jepang, pada awalnya, Zen Buddhisme masuk untuk mengembalikan Buddhisme Jepang ke inti dari Buddhisme itu sendiri, yakni mencapai pencerahan batin. Dengan kata lain, Zen Buddhisme hendak mengembalikan semangat awal Buddhisme yang sempat hilang tertelan oleh tradisi dan ritual. Pada awalnya yang berkembang adalah Rinzai Zen. Ia juga mendapatkan tempat yang kokoh di dalam politik, yakni di kalangan Samurai yang tinggal di Kamakura. Ada aliran lain yang nantinya juga berkembang di Jepang, yakni Soto Zen. Pelopornya adalah Master Zen yang bernama Dogen. Intinya adalah meditasi duduk yang dilakukan secara intensif, tanpa pikiran. Soto Zen dapat dilihat sebagai gerakan untuk memurnikan kembali Buddhisme, yakni melepaskannya dari budaya India dan Asia Tengah, lalu kembali ke inti dari Buddhisme itu sendiri melalui meditasi yang intensif. Awalnya, Dogen tidak mau mendirikan “aliran” baru di Jepang. Ia hanya mau menekankan satu proses, yakni meditasi, yang telah lama terlupakan di dalam Buddhisme Jepang. Namun, gerakan ini akhirnya berkembang, dan menjadi bagian yang cukup besar di dalam Buddhisme di Jepang.

Dengan berjalannya waktu, Zen Buddhisme lalu berkembang dan menjadi kekuatan politik yang besar di Jepang. Samurai pemimpin Jepang, Hojo Tokiyori (1227-1263), menjadi pendukung perkembangan Zen Buddhisme yang kuat di Jepang. Dengan perkembangan ini, banyak guru-guru Zen dari Cina datang ke Jepang untuk menyebarkan Zen Buddhis disana. Hubungan dengan politik membuat Zen Buddhisme di Jepang juga kehilangan akar spiritualnya. Pada satu titik, menurut Hoover, Zen di Jepang hanya tinggal nama saja, karena ia telah digunakan sepenuhnya untuk membenarkan berbagai kepentingan politik dan militer Jepang, terutama dalam menghadapi serangan pasukan Mongol. Zen juga mempengaruhi





perkembangan dunia seni di Jepang. Kaitan antara Zen dan politik serta seni membuat Zen kehilangan jati diri sejatinya, yakni upaya untuk mencapai pencerahan batin melalui intuisi akan kekosongan dari kenyataan. Ia berubah menjadi agama kaum penguasa yang dekat dengan uang dan nama besar. Jelas, pada titik ini, yakni sekitar abad 14, Zen Buddhisme di Jepang membutuhkan perubahan dari dalam. Tokoh yang berperan besar disini adalah Ikkyu Sojun (1394-1481).

Bagi Hoover, hadirnya Ikkyu di panggung Zen Jepang seperti kelahiran kembali para master Zen dari Cina Selatan di masa lalu, seperti Ma-tsu dan Lin-chi, yang dibahas di bagian sebelumnya. Ia seolah menjadi simbol dari semangat Zen yang sejati, yang siap menantang otoritas Zen di Jepang yang telah dilumuri oleh kepentingan politik dan militer. Yang menarik adalah, Ikkyu bukanlah “biksu Zen” dalam artinya yang tradisional, melainkan seorang master Zen yang suka minum anggur dan memikat perempuan. Cerita tentang kehidupan dan ajaran Ikkyu diperoleh dari sumber-sumber yang ditulis oleh muridnya. Di dalam sumber-sumber ini, Ikkyu digambarkan sebagai pribadi yang “tidak peduli pada dunia”. Ia tidak peduli pada tradisi, sehingga perannya amat cocok untuk membongkar Zen Buddhisme Jepang yang telah mengental menjadi kekuatan politik dan militer. Di sisi lain, Ikkyu juga menjadikan Zen sebagai dasar untuk puisi dan kaligrafinya. Sampai sekarang, ia dianggap sebagai salah seorang Master Zen dan seniman Jepang terbesar di dalam sejarah Jepang. Kekuatan utama dari puisi dan karya kaligrafinya adalah spontanitasnya yang datang dari intuisi, dan bukan dari perhitungan maupun pertimbangan rasional lainnya. Dua hal ini, yakni spontanitas dan intuisi, juga merupakan hasil dari pemikiran Zen Ikkyu yang menjauh dari tradisi Zen Buddhis di Jepang pada masanya.

Ibu Ikkyu adalah seorang perempuan yang tinggal di istana kekaisaran Jepang. Ia adalah salah satu perempuan yang bertugas melayani sang kaisar. Ketika ia mengandung, sang ratu, yang merupakan istri resmi dari kaisar, mengusirnya. Ikkyu lalu lahir pada 1394. Ia adalah anak dari kaisar Jepang bersama salah satu pelayan perempuannya. Pada usianya yang kelima, ibunya mendorong Ikkyu untuk masuk biara Zen. Hoover berpendapat, bahwa langkah ini dilakukan demi menjaga keselamatan nyawa Ikkyu sendiri yang merupakan pewaris tidak resmi dari tahta kekaisaran Jepang. Di biara, ia belajar segala hal terkait dengan Buddhisme. Pada usia 11, ia menulis puisinya yang bertema yang berjudul “Keindahan Musim Semi”. Begini isinya, “Berapa banyak hasrat yang menggantung di lengan baju seorang petualang? Begitu banyak daun bertumbuh menandakan hasrat dari surga dan dunia. Angin dingin yang wangi melewati bantalku. Apakah saya tidur atau terbangun? Disini dan saat ini melebur menjadi mimpi dari Musim Semi.”¹⁸

Di dalam puisi digambarkan, bagaimana Ikkyu baru kembali, setelah ia berjalan-jalan di tengah musim semi di Jepang. Ia mencium bau harum dari daun-daun yang bertumbuhan yang juga menempel di bajunya. Wewangian ini membuat ia bingung, apakah ia sedang bermimpi, atau tidak. Dari puisi ini, menurut saya, Ikkyu sudah sejak muda menunjukkan intuisi yang mendalam akan salah satu ajaran dasar dari Zen, bahwa kenyataan dan dunia hanyalah ilusi dari pikiran manusia.

Pada usia ke 18, Ikkyu menjadi salah satu biksu di salah satu biara Zen di Kyoto. Namun, gurunya di biara tersebut meninggal. Ikkyu sempat mengalami saat-saat sulit setelah itu, dan bahkan sempat berpikir untuk bunuh diri. Pada usia 22, Ikkyu berjumpa dengan Kaso Soton, seorang master Zen. Pada masa itu, Soton dikenal sebagai salah satu guru Zen yang paling keras dalam mengajar di Jepang. Pada awalnya, Soton menolak menerima Ikkyu sebagai murid. Seperti dicatat Hoover, adalah sebuah tradisi di dalam Zen, bahwa seorang guru tidak langsung menerima seorang biksu sebagai muridnya. Sang murid harus menunjukkan terlebih dahulu kesungguhan niatnya. Itulah yang dilakukan oleh Ikkyu. Ia tidak bergerak dari pintu gerbang biara selama berhari-hari. Ia hanya makan rumput yang ada di halaman depan biara tersebut. Di malam hari, ia tidur di dalam perahu kecil di sungai dekat biara. Di siang hari, ia hanya berdiri menunggu Kaso. Beberapa kali, bahkan Kaso menyiramnya dengan air, dan mengusirnya secara kasar. Setelah beberapa saat, Kaso akhirnya menerima Ikkyu sebagai muridnya.

Ikkyu tinggal bersama Kaso selama kurang lebih sepuluh tahun. Semua orang tahu, bahwa menjadi murid Zen dari Kaso amatlah sulit. Namun, Ikkyu tetap tinggal bersamanya, dan berusaha mendalami Zen dari Kaso, salah seorang Master Zen yang paling berpengaruh di jamannya. Mereka tinggal di biara dekat dengan danau. Setiap pagi, Ikkyu bangun lebih awal, dan bermeditasi di perahu nelayan di atas danau tersebut. Untuk mencukupi kebutuhan hidupnya, Ikkyu membeli barang murah dan menjualnya kembali. Seringkali, ia menukar barang dagangannya dengan barang-barang kebutuhan sehari-hari. Nama “Ikkyu” pun merupakan pemberian dari Kaso. Ini adalah pengakuan Kaso atas kemajuan kehidupan Zen Ikkyu itu sendiri. Ketika ia berumur 26 tahun, ia bermeditasi di atas perahu. Pada saat itu, ia kaget, karena mendengar suara buruk gagak. Ia lalu segera kembali untuk menceritakan pengalamannya tersebut kepada Kaso. Ketika mendengar cerita dari Ikkyu, Kaso



berkata, “Kamu sudah mencapai tingkat Arhat, yakni orang yang telah melampaui ego pribadinya. Namun, kamu belum menjadi seorang Master Zen.” Ikkyu lalu menjawab, “Oh, kalau begitu, saya sudah merasa cukup bahagia menjadi Arhat. Saya tidak perlu menjadi seorang Master Zen.” Mendengar ini, Kaso lalu menanggapi, “Oh, kalau begitu, ternyata kamu memang seorang Master Zen!”

Salah satu tradisi Zen di Jepang adalah pemberian pengakuan dari seorang guru kepada muridnya, bahwa ia telah mencapai pencerahan batin, atau *Satori*, dalam bahasa Jepang. Pengakuan itu terwujud di dalam sertifikat resmi yang diberikan dari guru kepada muridnya. Dengan sertifikat ini, sang murid bisa mengajar Zen, dan bahkan mendirikan biara sendiri. Sebagaimana dicatat Hoover, ini juga terjadi pada Ikkyu. Namun, ia menolak sertifikat itu, dan bahkan membakarnya. Sejak saat ini, Ikkyu seolah banting stir, dan mengubah sama sekali cara hidupnya. Ia tetap menghayati Zen, tetapi dengan cara yang amat bertentangan dengan tradisi Zen Jepang yang sudah berkembang lama di masa hidupnya. Ia pun menjadi seorang biksu yang berkelana, sejalan dengan tradisi Zen di Cina di masa dinasti Tang. Dengan cara hidup semacam ini, Ikkyu menginjak dua dunia. Di satu sisi, ia adalah seorang biksu Zen. Ia banyak menghabiskan waktu di kuil Zen untuk bermeditasi. Di sisi lain, ia juga hidup di dunia, seperti layaknya orang biasa, yakni pergi ke kedai anggur untuk minum anggur, dan beberapa kali mengunjungi rumah pelacuran. Dengan cara ini, Ikkyu memiliki teman di berbagai kalangan, mulai dari kalangan bangsawan sampai pedagang biasa, baik perempuan maupun laki-laki.

Cara hidup semacam ini memberikan banyak inspirasi untuk karya-karya seninya, terutama untuk puisi. Sambil berkarya dan berkeliling ke berbagai tempat, Ikkyu juga melakukan kritik keras pada tradisi Zen Jepang pada masa itu yang, menurutnya, sudah kehilangan akar dari semangat asli Zen itu sendiri. Sewaktu ia berumur 47 tahun, Ikkyu menerima undangan untuk menjadi kepala biara dari salah satu biara Zen besar di Kyoto. Ia menerima undangan itu. Setelah sepuluh tahun bekerja disana, ia lalu mengundurkan diri. Ia melihat, bahwa Zen telah dipersempit semata menjadi upacara ritual belaka, tanpa semangat untuk mendorong orang pada pemahaman intuitif dan pencerahan batin. Ia mengekspresikan kritiknya tersebut di dalam berbagai puisi yang ditulisnya. Baginya, Zen yang sejati justru dapat ditemukan pada kecintaan pada daging, anggur dan seks, yakni tiga hal yang justru dilarang oleh Buddhisme tradisional. Cuplikan puisi ini kiranya bisa menggambarkan maksud dari Ikkyu. “Selama sepuluh hari di kuil ini, pikiranku kacau, kakiku terikat oleh tali merah yang tanpa batas. Jika suatu hari kamu ada disini dan mencari saya, coba di toko ikan, toko anggur atau di rumah pelacuran.”¹⁹

Ikkyu juga melakukan kritik keras terhadap komersialisasi Zen, yakni penggunaan ajaran Zen untuk mencari uang. Bahkan, pada satu titik, orang bisa membeli sertifikat “Pencerahan Batin” dengan harga tertentu dari seorang master Zen. Ini dilakukan terutama oleh biara-biara Zen yang memiliki kedekatan dengan penguasa politik di Jepang pada masa itu. Biara-biara tertentu juga mengeruk banyak keuntungan dari produksi sake dan dari transaksi suap menyuap antara penguasa politik dan para petinggi Zen. Semua tindakan ini membuat Ikkyu semakin tajam mengkritik Zen tradisional yang berkembang pada masa hidupnya. Di sisi lain, Ikkyu melakukan kritik keras terhadap karya-karya seni yang menyatakan Zen sebagai dasar inspirasinya. Yang menjadi sasaran kritiknya adalah penggunaan Zen untuk menghasilkan karya seni. Bagi Ikkyu, seni merupakan ekspresi dari Zen. Zen sendiri adalah tujuan pada dirinya sendiri. Ia tidak boleh dilihat sebagai alat untuk tujuan lain di luar dirinya. Para seniman di Jepang pada masa itu melihat Zen sebagai alat untuk menghasilkan karya seni indah, dan membuat mereka terkenal. Praktek-praktek semacam inilah yang dikritik oleh Ikkyu.

Ikkyu juga konon menulis salah satu Koan yang paling terkenal. Isinya tentang seorang perempuan tua yang telah merawat seorang pertapa selama 20 tahun. Selama itu, si perempuan menjamin, bahwa sang pertapa mendapatkan semua kebutuhannya, sehingga ia bisa mencapai pencerahan batin. Suatu hari, si perempuan tua meminta seorang gadis untuk menggoda sang pertapa tersebut. Sang pertapa menolak perempuan itu dengan kasar. Mendengar ini, si perempuan tua pergi menuju ke rumah sang pertapa itu, dan mengusirnya. Sambil itu, si perempuan tua berkata, “Dua puluh tahun saya menghidupi pertapa palsu!” Ikkyu juga menulis puisi tentang ini. “Ibu yang tua ini mencoba memberikan sebuah tangga pada si palsu. Ia bahkan memberikan seorang pengantin cantik pada si biksu itu. Jika malam ini saya mendapatkan tawaran semacam itu, musim semi akan tiba.” Di lain kesempatan, Ikkyu menulis puisi dengan tema bau wangi tubuh perempuan. “Orang harus memandang bukit yang tinggi dan kemudian menaikinya. Tengah malam di tempat tidur permata di tengah mimpi musim gugur. Setangkai bunga membuka dirinya di dekat pohon plum. Bergerak perlahan di paha para peri.” Ikkyu mengawinkan pemahaman intuitif dan pencerahan batin di dalam tradisi Zen dengan sensualitas kenikmatan inderawi manusia. Inilah yang membuatnya dijuluki sebagai seorang Zen revolusioner.

Dengan cara hidup semacam ini, Ikkyu dicurigai memiliki anak di luar nikah. Bahkan, sebagaimana dicatat oleh Hoover, Jotei, salah seorang biksu yang amat setia mengikuti Ikkyu, dicurigai sebagai anak kandung dari

Ikkyu itu sendiri. Cerita di balik ini layak untuk dicermati. Seorang pengusaha di kota Sakai mulai menurun bisnisnya. Ikkyu mengetahui hal ini. Ia pun datang ke tempatnya, dan mulai menulis karya kaligrafinya disana. Tentu saja, banyak orang datang dan membeli karya-karya Ikkyu tersebut. Semua uang yang ia terima diberikan kepada pengusaha tersebut. Akhirnya, bisnisnya pun terselamatkan. Sebagai rasa terima kasih, si pengusaha meminta Ikkyu menikahi anak perempuannya. Dari sinilah Jotei kemudian lahir. Tentu saja sulit untuk menyatakan, apakah cerita ini merupakan kejadian nyata atau hanya sekedar cerita bohong belaka. Namun, dari cerita ini, kita bisa mengetahui cara hidup Ikkyu, dan reputasinya di mata orang banyak. Yang menjadi fokus dari Ikkyu bukanlah seks itu sendiri, tetapi keindahan yang tertanam di dalam setiap segi-segi kehidupan. Setiap hal di dalam hidup ini memiliki keindahannya masing-masing. Penghayatan Zen dan pencerahan batin berarti juga kemampuan untuk melihat segala keindahan tersebut. Tentang ini, Ikkyu pernah menulis sebuah puisi. “Melihat anak perempuan berumur empat tahun ini menyanyi dan menari, aku merasakan tarikan rasa yang sulit untuk diingkari. Dan melupakan semua tugas, aku bergerak menuju kebebasan. Hai guru Zen, Zen jenis apakah ini?”

Ketika Ikkyu berusia 70 tahun, Jepang sedang mengalami perang saudara. Keadaan politik amat kacau. Namun, di tengah situasi kacau tersebut, ia tetap bisa menghargai setiap keindahan yang ada di dalam kehidupan. Ini tercermin dari puisinya yang ditulis pada masa-masa itu tentang seorang gadis berumur 45 tahun bernama Mori. Mereka sering bersama untuk bermain dan mendengarkan musik. Dari hubungan ini lahirlah puisi berikut: “Bagaimana tanganku seperti tangan Mori? Kepercayaan diri adalah bawahan, dan kebebasan adalah tuannya. Ketika aku sakit, ia akan menyembuhkan dengan tangkai pohon, dan memberikan kebahagiaan pada para pengikutku.” Inilah salah satu puisi eksotis yang ditulis Ikkyu sebagai ekspresi dari penghayatan Zen dan pencerahan batinnya. Di sisi lain, ia juga menulis beberapa artikel tentang Zen. Salah satunya adalah karya yang ditulisnya pada 1457 dengan judul “Tengkorak”. Salah satu ide yang dikupasnya adalah soal kekosongan di dalam pandangan Buddhisme, yang merupakan inti dari segala kenyataan yang ada.

“Aku ingin menyatakan sesuatu. Kelahiran seorang manusia itu seperti menyalakan api. Ayah dan ibu adalah kedua batu, dan anak adalah percikan api yang keluar dari pergesekan kedua batu tersebut. Ketika percikan itu menyentuh lampu, ia hanya dapat bertahan dengan bantuan dari energi lain, yakni bensin, sampai semuanya habis. Lalu, api itu mati. Hubungan percintaan antara kedua orang tua itu bagaikan gesekan dua batu yang menghasilkan percikan. Namun, kedua batu itu pun juga akan hancur. Segala sesuatu datang dari kekosongan. Ketika orang melepaskan kepercayaan pada bentuk-bentuk yang terlihat oleh mata, maka ia akan sampai pada keadaan asalnya. Dan karena segala sesuatu muncul serta berakhir pada ketiadaan, maka konsep keadaan asli juga merupakan sesuatu yang sementara.”²⁰

Dengan tulisan ini, Ikkyu menunjukkan kemampuannya untuk memahami dan menyampaikan ide-ide dasar yang menjadi pijakan dari tradisi Zen Buddhisme. Pemahaman akan kekosongan dan kesementaraan dari segala sesuatu inilah yang nantinya juga tampak di dalam karya-karya seni Ikkyu. Kedua ini begitu penting dan begitu sederhana, sampai orang begitu sulit untuk memahaminya, karena mereka terbiasa dengan pemikiran yang rumit dan rasional tentang segala hal. Baginya, menjadi orang yang tercerahkan berarti menjalani hidup secara alamiah dan sederhana, tanpa kepura-puraan apapun, baik dalam bentuk ambisi ataupun keterikatan yang begitu kuat pada sesuatu. Ada satu cerita yang menggambarkan kesederhanaan dan sikap alamiah sebagai inti dari penghayatan Zen dari Ikkyu. Suatu hari, Ikkyu sedang naik kapal menuju kota Sakai. Di sana, ia berjumpa dengan seorang biksu Buddhis lainnya. Sang biksu menantang Ikkyu untuk melakukan mukjizat, guna menunjukkan kesaktiannya. Ia kemudian mengucapkan mantra, dan berhasil mengundang api yang menari di dalam perahu. Para penumpang kapal terkagum-kagum melihat itu. Ikkyu menanggapi dengan menyatakan, bahwa ia memiliki mukjizat yang lebih kuat, yakni ia mampu memadamkan api itu. Ia pun membuka celananya, dan mengencingi api yang menari tersebut, sampai padam.

Cara berpikir dan cara hidup Ikkyu memberikan pengaruh besar pada perkembangan Zen di Jepang, tidak hanya sebagai filsafat hidup, tetapi juga pada identitas budaya Jepang itu sendiri. Salah satu yang paling terkenal adalah upacara teh yang merupakan cerminan dari pencerahan batin dan pemahaman intuitif Zen. Ia juga mendorong berkembangnya seni theater di Jepang, kaligrafi, lukisan yang masih dikenal dan berpengaruh luas di Jepang sampai sekarang, dan masakan Jepang dari bahan kacang kedelai yang menjadi salah satu makan utama di biara Zen sekarang ini. Namun, seperti dijelaskan oleh Hoover, kehidupan Ikkyu yang sesungguhnya tetap merupakan misteri. Seperti kisah hidup orang-orang yang berpengaruh, cerita hidup Ikkyu banyak diselubungi oleh fiksi dan legenda. Ada beberapa hal dari cara berpikir dan cara hidup Ikkyu yang memberikan nuansa unik bagi perkembangan Zen di Jepang, yakni kebebasan berpikir di dalam tradisi Zen yang melepaskan diri Buddhisme tradisional yang amat menekankan peraturan dan tradisi. Ikkyu juga membawa Zen dalam dialog dengan berbagai



dimensi kehidupan di dunia. Untuk menjadi tercerahkan, orang tidak perlu menjadi pertapa di gunung yang menolak segala hal dari dunia. “Dengan menolak tafsiran Zen yang resmi”, demikian tulis Hoover, “Ikkyu mungkin adalah seorang Master Zen yang paling memahami Zen yang sesungguhnya.”²¹

5. Zen untuk Perkembangan Spiritualitas

Apa peran Zen Buddhisme di dalam pengembangan spiritualitas? Spiritualitas bisa dipahami secara sederhana sebagai cara hidup yang bermakna. Ada banyak tawaran yang terlihat, seperti memperoleh banyak uang, memiliki nama besar yang dihormati di masyarakat, sampai dengan kesucian religius. Namun, semua itu bersifat sementara, dan tak akan bisa memberikan makna yang utuh bagi hidup manusia. Maka, jalan lain haruslah ditemukan. Tradisi Zen Buddhisme, menurut saya, memberikan cara pandang yang menarik. Yang ia tawarkan bukanlah kenikmatan, nama besar ataupun kesucian, melainkan pencerahan batin. Zen adalah jalan pembebasan dari penderitaan hidup, dan kemudian bergerak menuju pencerahan batin. Dari tiga Master Zen yang telah dibahas sebelumnya, yakni Ma-tsu, Lin-chi dan Ikkyu, pencerahan batin dapat dipahami sebagai kemampuan orang untuk melihat hakekat sesungguhnya dari segala yang ada, termasuk hakekat dari dirinya sendiri. Dan hakekat dari segala sesuatu yang ada adalah kekosongan itu sendiri, yang berarti kesementaraan dari segala sesuatu, tanpa kecuali. Ketika orang menyadari ini, tidak akan ada sesuatu apapun yang dapat membuatnya menderita. Ia bisa merasa sakit dan mengalami kesulitan hidup, tetapi ia tidak akan menderita. Inilah perbedaan mendasar antara orang yang belum dan sudah mengalami pencerahan batin. Orang yang belum mengalami pencerahan batin akan mengalami penderitaan besar, ketika ia merasa sakit, atau sedang mengalami kesulitan kehidupan.

Namun, pemahaman akan hakekat dari segala yang ada sebagai kekosongan tidak boleh hanya menjadi pemahaman intelektual semata. Pemahaman intelektual hanya menghasilkan pengetahuan teoretik, dan ini tidak banyak berperan di dalam mengubah kesadaran hidup menuju pencerahan batin. Pencerahan batin harus berakar dan berkembang dari intuisi manusia. Dalam arti ini, intuisi adalah pengalaman langsung akan kenyataan yang ada. Ia tidak dibumbui dengan konsep atau penilaian. Ia bahkan tidak dibumbui dengan bahasa. Ia hanya pengalaman murni, dan dari pengalaman persentuhan langsung dengan kenyataan ini, orang akan masuk ke dalam pencerahan batin itu sendiri yang mengubah seluruh cara pandangnya atas hidup. Inilah inti dari ajaran Zen yang dikembangkan oleh Ma-tsu, Lin-chi dan Ikkyu. Ketika orang sudah sampai pada pencerahan batin, yang diperolehnya secara intuitif, maka pencerahan batin itu sendiri pun sudah kehilangan artinya, dan menjadi bagian sepenuhnya dari hidupnya.

Pemahaman intuitif ini juga melampaui rasionalitas. Ia tidak dapat dipahami dengan akal budi. Ia tidak dapat dirumuskan dan dijelaskan dengan akal budi. Justru sebaliknya, akal budilah yang menjadi penghalang orang untuk sampai pada pemahaman intuitif yang mendorong pencerahan batin. Inilah yang saya sebut sebagai transrasionalitas, yakni intuisi yang melampaui akal budi. Untuk sampai pada pemahaman ini, orang perlu memotong cara berpikir logisnya. Bisa dibayangkan, terutama mempertimbangkan sistem pendidikan modern yang amat menekankan akal budi di atas segala-galanya, orang harus melepaskan semua yang telah dipelajarinya, supaya ia bisa mencapai dan mengembangkan intuisinya, lalu mencapai pencerahan batin. Akal budi cenderung membuat perbedaan antara yang satu dan yang lainnya. Ia menyatukan yang sama, dan memisahkan yang berbeda. Maka dari itu, ilmu pengetahuan bisa berkembang, karena manusia menggunakan akal budi untuk mengkategorikan segala yang ada di dalam kenyataan. Cara berpikir semacam ini, dari kaca mata ketiga master Zen yang saya bahas di atas, justru membuat manusia terpisah dari alam. Ia terpisah dari manusia lainnya. Akibatnya, ia pun masuk ke dalam lingkaran penderitaan hidup yang tidak ada habisnya, karena kesalahan berpikir. Pemahaman intuitif yang mendorong pencerahan batin persis adalah lepasnya manusia dari cara berpikir semacam itu.

Intuisi juga melampaui semua bentuk rumusan teoritik ataupun definisi. Pemahaman intuitif yang merupakan kunci untuk sampai pada pencerahan batin tidak dapat dijelaskan dengan rumusan-rumusan bahasa yang baku. Secara hakiki, rumusan bahasa tidak akan pernah bisa menjelaskan kenyataan yang ada. Rumusan bahasa memberikan kesan, seolah kenyataan yang terus bergerak itu bisa dibekukan ke dalam satu rumusan tertentu. Sayangnya, ketika bahasa dirumuskan, kenyataan yang ada sudah berubah. Namun, banyak orang justru terjebak pada bahasa dan rumusan, serta mengabaikan kenyataan itu sendiri. Mereka menganggap bahasa dan rumusan sebagai kenyataan. Pertanyaan yang penting disini adalah, bagaimana orang bisa keluar dari kecenderungan untuk merumuskan segala sesuatu ke dalam bahasa yang baku tersebut? Para master Zen yang dibahas disini menawarkan setidaknya dua cara, yakni melalui percakapan dialektis²² yang tidak menggunakan runutan berpikir rasional, dan melalui karya seni yang mencerminkan



kenyataan itu sendiri,²³ serta tidak terjebak pada rumusan bahasa. Dua hal inilah yang saya sebut sebagai dialektika transrasionalitas, yakni sebuah metode untuk melepaskan orang dari kerangkeng berpikir rasional yang membuatnya jauh dari intuisi dan pencerahan batin.



Intuisi sebagai jalan untuk sampai pada pencerahan batin ini juga bergerak melampaui segala bentuk ritual dan tradisi. Banyak agama sekarang terjebak pada ritual belaka. Mereka berdoa beramai-ramai secara berkala. Namun, tidak ada perubahan kesadaran dan perubahan perilaku hidup. Bahkan sebaliknya, agama sebagai ritual justru menjadi pembenaran untuk bertindak bejat, mulai dari menipu, korupsi bahkan sampai membunuh. Ritual tidak hanya menyempitkan spiritualitas ke dalam upacara tanpa makna, tetapi juga membunuh spiritualitas itu sendiri. Di sisi lain, agama dan spiritualitas juga dijajah oleh tradisi. Tradisi menentukan apa yang baik dan apa yang buruk, dan apa yang dianggap bermoral serta tidak bermoral. Padahal, dunia terus berubah. Melihat dunia dengan kategori baik dan buruk berarti memecah dunia, dan mengundang terjadinya pertengkar. Intuisi sebagai dasar dari pencerahan batin dan spiritualitas hendak bergerak melampaui cacat-cacat kehidupan yang dihasilkan oleh ritual dan tradisi. Para master Zen yang dijelaskan sebelumnya juga menegaskan, bahwa ritual dan tradisi hanya sekedar alat untuk sampai pada pemahaman intuitif dan pencerahan batin. Itu pun juga bukan alat yang paling baik. Namun, sayangnya, banyak orang terjebak mengaburkan alat dan tujuan, serta akhirnya menjadi budak dari ritual dan tradisi.

Ketika orang bisa menggunakan dan mengembangkan intuisinya, serta menggunakan intuisinya untuk memahami hakekat dari segala yang ada, maka ia akan sampai pada pencerahan batin. Di dalam keadaan ini, orang akan menemukan kedamaian sejati. Ia tidak akan menderita, walaupun harus menghadapi beragam tantangan dan permasalahan di dalam hidup. Ia akan bisa bersikap tepat dan singgap, guna menanggapi keadaan yang ada. Di dalam hatinya akan selalu ada kedamaian, walaupun ia diterpa oleh gelombang kesulitan kehidupan. Ia tidak lagi berpikir dalam kategori benar salah dan baik buruk, melainkan bergerak melampaui semua kategori-kategori tersebut, dan memahami segala yang ada apa adanya dengan intuisinya. Ia pun melihat segalanya sebagai satu kesatuan yang saling terhubung, tanpa bisa terpisahkan. Ia tidak lagi memiliki ego, melainkan bergerak melampaui ego, dan masuk ke dalam kesadaran akan kesatuan dengan kenyataan.²⁴ Pengalaman semacam ini adalah pencerahan batin yang hanya bisa dicapai dengan pemahaman intuitif. Spiritualitas inilah yang saya sebut sebagai spiritualitas transrasionalitas yang lahir dari pola berpikir dialektis.

6. Kesimpulan

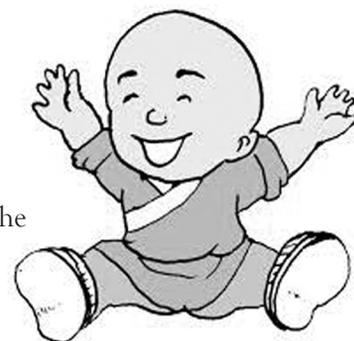
Kekeringan spiritualitas yang dialami oleh banyak orang sekarang ini, terlebih oleh orang-orang beragama, hanya bisa dilampaui, jika orang menafsirkan dan memahami ulang arti yang sejati dari spiritualitas itu sendiri. Yang ditawarkan di dalam tulisan ini adalah spiritualitas sebagai dialektika transrasionalitas yang berkembang di dalam tradisi Zen Buddhisme di Cina dan Jepang. Spiritualitas ini adalah spiritualitas pencerahan batin, dimana orang hidup dengan cara berpikir dan cara yang hidup yang baru, yang berpijak pada kedamaian hati dan kejernihan pikiran. Namun, spiritualitas semacam ini hanya dapat dicapai dengan pemahaman intuitif, yang bergerak melampaui ritual, tradisi dan akal budi. Intuisi inilah yang saya sebut sebagai transrasionalitas, yakin bagian dari diri manusia yang berada di tingkat yang lebih tinggi dari akal budi. Ia lahir dari pemikiran dialektis, yakni pemikiran yang memecah belah logika lurus matematis. Di dalam pemikiran dialektis ini, orang lalu bisa sadar, betapa terbatasnya akal budi manusia. Ia pun tidak lagi menjadi hamba dari akal budi, melainkan berusaha mencari lebih dalam, yakni dirinya yang sejati. Pada titik ini akan muncul pemahaman baru yang tak dapat dirumuskan dengan konsep ataupun bahasa, yakni pengalaman pencerahan batin. Kedamaian yang sejati pun akan muncul dan menetap di hati. Dan haruslah diingat, bahwa tidak ada perdamaian dunia, ketika hati manusia masih terjebak di dalam penderitaan, rasa takut dan kebencian. Spiritualitas tanpa konsep "spiritualitas" bisa menjadi dasar bagi terciptanya perdamaian dunia.

Daftar Pustaka

- Bodhidharma, *The Zen Teachings of Bodhidharma*, North Point Press, New York, 1987
- Chung-Yuan, Chang, *Original Cha'n Teachings of Buddhism*, Random House, New York, 1971
- Fuchs, Mariko, *Pädagogik des Zenmeisters, Darstellung und Analyse*, Inaugural-Dissertation zur Erlangung des Doktorgrades der Philosophie (Dr. phil.) durch die Philosophische Fakultät der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf, 2007
- Funk, Rainer, *Entfremdung heute Zur gegenwärtigen Gesellschafts-Charakterorientierung*, Tagungsbeitrag bei der Tagung der Internationalen Erich-Fromm-Gesellschaft zum Thema Rebellen, Reforme und Revolutionäre - Karl Marx und Erich Fromm in Trier vom 29. Juni bis 1. Juli 2007. Erstveröffentlichung in: Fromm Forum, Tübingen (Selbstverlag) 2008, S. 55-66



- Heine, Steve, *Opening a Mountain*, Oxford University Press, Oxford, 2002
- Hoover, Thomas, *The Zen Experience*, Penguin, 2010
- Suzuki, Shunryu, *Zen, Zen Mind, Beginner's Mind*, Weatherhill, New York, 1970
- Suzuki, Shunryu, *Branching Streams Flow in the Darkness: Zen talks on the Sandokai*, The Regent of the University of California, California, 1999
- Watts, Alan, *The Way of Zen*, Pantheon Books, New York, 1957



Catatan Akhir:

1. Bdk, Funk, Rainer, *Entfremdung heute Zur gegenwärtigen Gesellschafts-Charakterorientierung, Tagungsbeitrag bei der Tagung der Internationalen Erich-Fromm-Gesellschaft zum Thema Rebellen, Reformen und Revolutionäre – Karl Marx und Erich Fromm in Trier vom 29. Juni bis 1. Juli 2007. Erstveröffentlichung in: Fromm Forum, Tübingen (Selbstverlag) 2008, S. 55-66. Funk mencoba menterjemahkan konsep Marx dan Fromm tentang keterasingan di situasi masyarakat sekarang ini. Manusia kehilangan orientasi hidup, karena dirinya amat bergantung pada teknologi ciptaannya sendiri. Maka dari itu, ia hidup terus dalam keadaan terasing.*
2. Lihat, Watts, Alan, *The Way of Zen*, Pantheon Books, New York, 1957, Bagian dua: Principles and Practices.
3. Bdk, Fuchs, Mariko, *Pädagogik des Zenmeisters, Darstellung und Analyse, Inaugural-Dissertation zur Erlangung des Doktorgrades der Philosophie (Dr. phil.) durch die Philosophische Fakultät der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf, 2007, hal. 3-6.*
4. Bdk, Hoover, Thomas, *The Zen Experience*, Penguin, 2010, hal. 74-85.
5. Lihat, Hoover, Thomas, *Zen Experience*, hal. 77.
6. Bdk, Suzuki, Shunryu, *Zen, Zen Mind, Beginner's Mind*, Weatherhill, New York, 1970, hal. 21. Suzuki menegaskan, bahwa pikiran orang yang telah menghayati Zen bersih dari masa lalu dan masa depan, sehingga bisa menanggapi secara alamiah segala keadaan yang terjadi.
7. Lihat, Hoover, Thomas, *Zen Experience*, hal. 78.
8. Penjelasan tentang Koan bisa dilihat di: Heine, Steve, *Opening a Mountain*, Oxford University Press, Oxford, 2002, hal. 25. Ia menekankan ciri khas Zen Buddhisme dengan tradisi Koan-nya. Koan juga menandakan semangat pencerahan batin yang menjadi ciri dasar dari Zen Buddhisme.
9. Lihat, Hoover, *Zen Experience*, hal. 83.
10. Pada titik tertinggi, menata pikiran berarti juga tanpa-pikiran. Ketika pikiran mati, yang ada hanyalah pengalaman langsung atas kenyataan.
11. Lihat, Hoover, *Zen Experience*, hal. 140-154.
12. Lihat, Bodhidharma, *The Zen Teachings of Bodhidharma*, North Point Press, New York, 1987, hal. 79. Disini dijelaskan pandangan-pandangan dasar Bodhidharma tentang esensi manusia sebagai Buddha, sejauh ia mampu melepaskan diri dari pikiran-pikirannya.
13. Hoover, hal. 142.
14. Hoover, 2010, hal. 143.
15. Bdk, Suzuki, Shunryu, *Branching Streams Flow in the Darkness: Zen talks on the Sandokai, The Regent of the University of California, California, 1999, hal. 28. Baginya, inti dari Zen adalah melihat segala sesuatu apa adanya.*
16. Lihat, Hoover, 2010, hal. 149.
17. Lihat, Hoover, 2010, hal. 154.
18. Dikutip dari Hoover, 2010, hal. 215.
19. Dikutip dari Hoover, 2010, hal. 217.
20. Dikutip dari Hoover, 2010, hal. 220.
21. Hoover, 2010, hal. 222.
22. Lihat riwayat hidup dan pemikiran Ma-tsu serta Lin-chi.
23. Lihat riwayat dan pemikiran Ikkyu.
24. Bdk, Chung-Yuan, Chang, *Original Cha'n Teachings of Buddhism*, Random House, New York, 1971, hal. 4. Baginya, pencerahan batin adalah Bergeraknya diri pribadi manusia menuju kesatuan dengan segala sesuatu, sehingga tidak ada lagi perbedaan antara diri dan segala yang ada.

<http://rumahfilsafat.com/2014/12/11/spiritualitas-tanpa-spiritualitas/>

Menuruti hawa nafsu jelek adalah lemah, dapat menekan hawa nafsu adalah kuat. Memanjakan kepuasan diri adalah bodoh, mendisiplinkan diri adalah bijak. Membanggakan kepuasan diri adalah khayal, meniadakan diri adalah cerah.

Menyombongkan diri adalah pekerjaan mudah, tetapi merendahkan hati itu perbuatan sulit. Merusak diri itu mudah, tetapi memperbaiki itu sulit. Untuk itu, janganlah meremehkan kesalahan diri sendiri walaupun sekecil apapun juga.



世尊對邪淫全方位的開示

怎樣對治邪淫？

慈悲的佛菩薩們不會丟下任何一個與佛有緣的眾生，佛菩薩們有最了不起的法門，可以斷除淫欲，保護我們末法眾生。

具體來說分以下幾種：

一、持戒

《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》

“雲何助因？阿難，如是世界十二類生，不能自全，依四食住，所謂段食、觸食、思食、識食，是故佛說一切眾生皆依食住。阿難，一切眾生，食甘故生，食毒故死。是諸眾生求三摩提，當斷世間五種辛菜。是五種辛，熟食發淫，生啖增恚。如是世界食辛之人，縱能宣說十二部經，十方天仙嫌其臭穢，鹹皆遠離。諸餓鬼等，因彼食次，舐其唇吻，常與鬼住，福德日銷，長無利益。是食辛人修三摩地，菩薩、天仙、十方善神不來守護，大力魔王得其方便，現作佛身來為說法，非毀禁戒，贊淫怒癡，命終自為魔王眷屬，受魔福盡，墮無間獄。阿難，修菩提者永斷五辛，是則名為第一增進修行漸次。

二、念佛：

《大智度論》

問曰：雲何為念佛三昧？

答曰：念佛三昧有二種：一者、聲聞法中，於一佛身，心眼見滿十方。二者、菩薩道，於無量佛土中，念三世十方諸佛。以是故言，念無量佛土，諸佛三昧，常現在前。

問曰：如菩薩三昧種種無量，何以故贊是菩薩念佛三昧常現在前？

答曰：是菩薩念佛故，得入佛道中，以是故，念佛三昧常現在前。

復次，念佛三昧能除種種煩惱及先世罪；余諸三昧，有能除淫不能除瞋，有能除瞋不能除淫，有能除癡不能除淫、恚，有能除三毒不能除先世罪。是念佛三昧，能除種種煩惱、種種罪。

《藥師琉璃光七佛本願功德經》

第三大願，願我來世得菩提時，於十方界若有女人，貪淫煩惱常覆其心，相續有娠深可厭惡，臨當產時受大苦惱，若我名字暫經其耳或復稱念，由是力故，眾苦皆除，捨此身已常為男子，乃至菩提。

《妙法蓮華經》

有眾生多於淫欲，常念恭敬觀世音菩薩，便得離欲。

三、持咒

《千手千眼觀世音菩薩廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼經》（大悲咒）

惡生濁亂法滅時	淫欲火盛心迷倒
棄背妻婿外貪染	晝夜邪思無暫停
若能稱誦大悲咒	淫欲火滅邪心除
我若廣贊咒功力	一劫稱揚無盡期

w

《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》（楞嚴咒）

此諸眾生，縱其自身不作福業，十方如來所有功德悉與此人，由是得於恆河沙阿僧祇不可說不可說劫，常與諸佛同生一處，無量功德如惡又聚，同處熏修永無分散。是故能令破戒之人戒根清淨，未得戒者令其得戒，未精進者令得精進，無智慧者令得智慧，不清淨者速得清淨，不持齋戒自成齋戒。



四、修不淨觀

《禪秘要法經》

若淫欲多者。應教觀不淨。

。。。。。

佛告阿難。若有比丘比丘尼。優婆塞優婆夷。貪淫多者。先教觀佛。令離諸罪。然後方當更教系念。令心不散。心不散者。所謂數息。此數息法。是貪淫藥。無上法王之所行處。汝好受持。慎勿忘失。此想成者。名第二十數息觀竟。



《賢劫經》

若多淫欲人不淨法門治

淫欲多人習不淨觀。從足至發不淨充滿。發毛爪齒薄皮厚皮血肉筋脈骨髓肝肺心脾腎胃大腸小腸屎尿洩唾汗淚垢坩膿腦胞膽水微膚脂肪腦膜。身中如是種種不淨。復次不淨漸者。觀青瘀腫脹破爛血流塗漫臭膿啖食不盡骨散燒焦。是謂不淨觀。復次多淫人有七種愛。或著好色。或著端正。或著儀容。或著音聲。或著細滑。或著眾生。或都愛著。若著好色當習青瘀觀法。黃赤不淨色等亦復如是。若著端正。當習腫脹身散觀法。若著儀容。當觀新死血流塗骨觀法。若著音聲。當習咽塞命斷觀法。若著細滑。當習骨見及干枯病觀法若愛眾生。當習六種觀。若都愛著。一切遍觀。或時作種種更作異觀是名不淨觀。問曰。若身不淨如臭腐屍者。何從生著。若著淨身。臭腐爛身亦當應著。若不著臭身淨身亦應不著。二身等故。若求二實淨俱不。可得。人心狂惑為顛倒所覆。非淨計淨。若倒心破便得實相法觀。便知不淨虛誑不真。復次死屍。無火無命無識無有諸根。人諦知之心不生著。以身有暖有命有識諸根完具心倒惑著。復次心著色時謂以為淨。愛著心息即知不淨。若是實淨應當常淨。而今不然。如狗食糞謂之為淨。以人觀之甚為不淨。是身內外無一淨處。若著身外。身外薄皮舉身取之才得如奈是亦不淨。何況身內三十六物。復次推身因緣種種不淨。父母精血不淨合成。既得為身常出不淨。衣服床褥亦臭不淨。何況死處。以是當知。生死內外都是不淨。

五、修般若、空觀和火頭圓通等法門

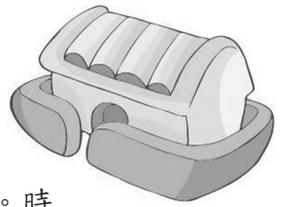
《放光般若波羅蜜經卷第一@學品第十》

是時，須菩提白佛言：“世尊，菩薩摩訶薩欲具足檀波羅蜜，當學般若波羅蜜；欲具足屍、羸、惟逮、禪波羅蜜，當學般若波羅蜜。菩薩摩訶薩欲知色、痛、想、行、識，當學般若波羅蜜；欲知六情內外者，當學般若波羅蜜；欲知十八性，欲消滅淫怒癡，欲消滅吾我想，當學般若波羅蜜；欲除狐疑，欲除犯戒妄見，欲除三界淫淨，欲捨六衰習，欲除四食，欲捨四淵流、四結、四顛倒，欲捨十惡知十善之行，當學般若波羅蜜；欲知四禪、三十七品、四等心及佛十八法，當學般若波羅蜜；欲得覺意三昧者，當學般若波羅蜜；欲知四禪及四空定，欲得師子游步師子奮迅三昧者，欲得諸陀鄰尼三昧、首楞嚴三昧、海寶三昧、月幢三昧、諸法普至三昧、觀印三昧、真法性三昧、作無垢幢三昧、金剛三昧、諸法所入門三昧、三昧王三昧、王印三昧、力淨三昧、月幢三昧、諸法所入真辯才三昧、諸法言所入照十方三昧、諸法陀鄰尼門印三昧、不妄諸法三昧、諸法都聚印三昧、虛空所止三昧、淨三昧、處三昧、不起神通三昧、作上幢三昧，菩薩欲得是諸三昧門及余三昧者，當學般若波羅蜜。”

《佛說淨業障經》

以不知故入淫女家。時無垢光入其家已。是時淫女於無垢光起染污心。作是思惟。我今必當與此比丘共行欲法。若不從我我將殞命。作是念已即便閉門。語比丘言。願與尊者共行欲事。若不從我我當必死。時無垢光語淫女言。且止大姊。我今不應犯如此事。所以者何。佛所制戒我應奉行。寧捨身命不毀此戒。爾時淫女復更思惟。我今當以咒術藥草令此比丘共為欲事。語比丘言。我今不能令汝退轉毀犯禁戒。但當受我所施之食而入捨內。便咒其食投比丘鉢。咒術力故令此比丘便失正念。起於欲心展轉增盛。爾時淫女見此比丘顏色變異。即前牽手共為欲事。是時比丘與彼淫女共相愛樂行淫欲已。持所乞食還詣精捨。到精捨已。生大憂悔舉體煩熱。咄哉何為破大戒身。我今不應受他信施。我今則是破戒之人當墮地獄。時無垢光向諸比丘同梵行者。說如是言。我今破戒非是沙門





必趣地獄。時諸比丘問無垢光。有何因緣而破此戒。時無垢光具說上事。時諸同學語無垢光。仁者當知。此有菩薩摩訶薩。名文殊師利。得無生法忍。善能除滅破戒之罪。亦令眾生離諸蓋纏。我今與汝共詣文殊師利菩薩摩訶薩所。除汝憂悔。時無垢光猶故未食。與諸比丘詣文殊師利法王子所。到已問訊供養恭敬。即以上事具白文殊師利。文殊師利語無垢光。汝今且食。食已當共詣如來所問如此事如佛所說當共受持比丘食已。與文殊師利共詣佛所。到已頂禮佛足卻坐一面。爾時無垢光比丘心懷恐懼不敢問佛。於是文殊師利即從坐起整衣服。偏袒右肩右膝著地。合掌向佛。即以上事具白世尊。爾時世尊告無垢光。汝實爾不。答言實爾。佛告比丘。汝本有心欲犯淫不。答言不也。佛告比丘。汝本無心雲何而犯。比丘答言。我於後時乃生欲心。如是比丘。心犯欲耶。答言如是。佛告比丘。我常不言心垢故眾生垢心淨故眾生淨耶。答言如是。佛告比丘。於意雲何。汝曾夢中受欲之時。心覺知不。答言覺知。佛告比丘。汝向犯欲豈非由心而覺知耶。答言如是。若如是者。比丘。寤夢犯欲有何差別。比丘答言。寤夢犯欲無差別也。佛言。於意雲何。我先不言一切諸法皆如夢耶。答言如是。佛言。於意雲何。如夢諸法是真實耶。答言不也。佛告比丘。於意雲何。寤夢二心俱真實耶。不也世尊。佛告比丘。若非真實是有法不。不也世尊。佛告比丘。於意雲何。無所有法為有生不。不也世尊。佛告比丘。若法無生有滅有縛有解脫耶。不也世尊。佛告比丘。於意雲何。無生之法當墮阿鼻地獄餓鬼畜生中耶。答言世尊無生之法尚無所有。而當有墮三惡道耶。佛告比丘。一切諸法本性清淨。然諸凡夫愚小無智。於無有法不知如故妄生分別以分別故墮三惡道。復告比丘。諸法無實而現種種所應作事。為著貪欲嗔恚愚癡。凡夫等故分別諸法。不如如故非是真實。復告比丘。諸法虛誑如野馬故。諸法如夢本性自然逮清淨故。諸法究竟如水中月泡沫等故。諸法寂靜無生老病死諸過患故。諸法無取非是色法不可見故。諸法無聚如虛空故。諸法無性過諸性故。諸法甚深過虛空故。諸法廣大無處所故。法無所作究竟寂故。法無所依境界空故。法無根本畢竟空故。法離蓋纏煩惱結使不可得故。法離熾然性不生故。法無障礙本性淨故。諸法無報猶如影故。諸法如幻不如如故。法無所依妄分別故。諸法流轉而諸眾生著諸邊故。諸法不起諸緣各各性相違故。法無染愛無所屬故。法無穢污一切結使不可得故。諸法無垢淨過空故。法無微相相寂靜故。諸法調柔性不生故。諸法如如初中後際無差別故。諸法解脫不相屬故。諸法無聞如瓦礫故。諸法非色同虛空故。諸法平等無積聚故。法不可持猶如虛空不可執故。諸法無得智者推求不可得故。法無擾動三世淨故。法無扼縛破闇冥故。法無荆棘離諸纏故。諸法安隱如涅槃故。法無怖畏過諸畏故。法無彼岸無此岸故。諸法無量過算數故。諸法無相其相空故。諸法無作斷諸願故。諸法無行行虛誑故。法無戲論滅覺觀故。法無窟宅離住處故。法無有濁常清淨故。法同涅槃生不可得空無有故。比丘當知。諸法如是不可宣說。是故我昔坐於道場得無所得。無有一法有出有沒縛有解。亦無有法有障有纏有憂有悔。所以者何。諸法清淨無雜穢故。

《佛說普門品經》

又告溥首：“何謂菩薩等意分別游入貪淫？欲從想起，所想無有無實無像無貌無住，處不可得。貪淫如空，愚癡顛倒思想塵勞。法無塵垢，欲虛如空，至於十方求不可見。貪淫無形，愚冥貪懼不得安隱無難懷懼，譬如丈夫無獲懷懼怖捨馳走，得無見空一切皆空，彼無解脫，愚癡顛倒反造逆想，闇冥不解法如虛空。去來今佛解諸貪欲，貪欲無脫，愛想悉空，其譏貪淫則求脫欲，斯皆無本本自然淨，見佛道場平等無想，睹眾如者彼慕離欲，所想虛危乃離諸想，如所發念僥脫貪淫謂當度欲，想無所求不壞本際，貪欲無思本淨如斯，則不想脫。假令度欲則謂為淨，貪欲空無，計此無二，愚冥相二。行者深觀如幻，是則失句發諸想念，貪欲無起假號愛欲，無染著名，諸名無礙知欲無得，睹真究空不懷貪欲，不知見脫。貪欲、佛法等如泥洹，解貪欲陰等離吾我，知貪欲寂等御憚怕，平等欲陰見如幻化，是為菩薩等游貪淫。”

《佛說遺日摩尼寶經》

爾時，佛語摩訶迦葉菩薩：“學用十方人故菩薩作功德，用十方人故菩薩作功德，不自貢高。菩薩常當教十方人愈其病，何等為愈病？淫者以觀為藥，嗔恚者以等心為藥，癡者以十二因緣為藥，疑不信者以空為藥。

佛語迦葉：“。。。。。。何等心入淫，何等心入嗔怒，何等心入癡，持過去、當來、今現在心入耶？。。。。。。”

佛語迦葉言：“心無色無視無見。”

佛語迦葉言：“諸佛亦不見心者，本無所有無所因也，自作是因緣，自得是死生。。。

《阿惟越致遮經》

所謂邪淫者 愛欲無可得
以故分別說 彼則不可動



《菩薩內習六波羅蜜經》

佛言六淨為般若波羅蜜。知人萬物皆當消滅。意不淨向生死愛欲斷。心淨潔智慧成就。是為內摩訶般若波羅蜜從點慧得度。問曰。何等為檀何等為屍何等為羸何等為惟逮何等為禪何等為般若何等為波羅蜜。佛言檀為布施屍為持戒羸為忍辱惟逮為精進禪為棄惡般若為點慧。波羅為從生死得度。蜜為無極。是為六波羅蜜。

問曰何以故。正有六波羅蜜。

佛言用人有淫怒嗔恚愚癡故。行布施為除惡貪。持戒為除淫怒。忍辱為除嗔恚。精進為除懈怠。一心為除亂意。智慧為除愚癡。用欲去六事故。作是六波羅蜜。。。。。。

佛言眼不隨色意不亂念。是為持戒故屬屍波羅蜜。

《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》

烏刍瑟摩於如來前，合掌頂禮佛之雙足而白佛言：“我常先憶久遠劫前，性多貪欲，有佛出世，名曰空王，說多淫人成猛火聚，教我遍觀百骸四肢諸冷暖氣，神光內凝，化多淫心成智慧火，從是諸佛皆呼召我，名為火頭。我以火光三昧力故，成阿羅漢，心發大願，諸佛成道，我為力士，親伏魔怨。佛問圓通，我以諦觀身心暖觸，無礙流通，諸漏既銷，生大寶焰，登無上覺，斯為第一。”

不過，我們應該注意，修空觀應該依止龍樹菩薩的中道觀，不要陷入“偏空”，認為邪淫無罪。

六、助行

一些外緣對於戒除邪淫也很重要。

《小道地經》

若淫多。不宜觀伎樂及諸好色。



《佛說四自侵經》

何者是人淫色戲樂。歌舞倡伎。幾何間耶。若如呼吸。慧之明之。改其志分。守身貞潔。世間所有一歸空無。假使歌戲。人不歡樂。不以為快。歌者便恥。眾人迷惑。常樂伎樂。疾病憂至。爾乃愁戚。安隱之時。多事萬端。不為身計。已招萬罪。殃禍響應。不能分別。所因致身。身若畫瓶。內滿不淨。臭處膿血。猶如革囊。裹於不淨。不知內外身當歸盡。常以彩色。脂粉莊嚴。自謂端正。顏貌無雙。不察九孔瘡病流出。斯人之等。羅網所纏。莫能觀身。譬如幻化恍惚不現。唯有道士睹世俗人迷惑如此。

《轉法-輪經》

何謂為苦。謂生老苦病苦憂悲惱苦怨憎會苦所愛別苦求不得苦。要從五陰受盛為苦。何謂苦習。謂從愛故而令復有樂性。不離在在貪喜。欲愛色愛不色之愛。是習為苦。何謂苦盡。謂覺從愛復有所樂。淫念不受。不念無余無淫。捨之無復禪。如是為習盡。何謂苦習盡欲受道。謂受行八直道。正見正思正言正行正命正治正志正定。是為苦習盡受道真諦也。

《佛說伏淫經》

聞如是。一時婆伽婆。在捨衛城祇樹給孤獨園。彼時居士阿那邠祁至世尊所。到已禮世尊足卻住一面。阿那邠祁居士卻住一面已。白世尊曰。唯世尊。世間有幾伏淫而可知者。汝

居士。世間有十伏淫。雲何為十。此居士。或一伏淫。非法行淫干彼。非法求淫干(無所方便為苦)已。亦不自安身。亦不安父母及妻子客使奴婢沙門婆羅門。不有益事。為善得善得生天上。如是居士。是一伏淫。復次居士。或一伏淫。非法求淫干彼。非法求淫干已。自安身父母妻子客使奴婢。而不施沙門婆羅門。為善得善身生善處。如是居士。是一伏淫。復次居士。或一伏淫。非法求干彼非法求干已。自安隱身父母妻子客使奴婢。能施沙門婆羅門。為善得善身生善處。如是居士。是一伏淫。復次居士。或一伏淫。如法求財。彼如法求財已。不自安樂身。不為父母。不為妻子。不為奴婢。亦不施沙門婆羅門。為善得善身生善處。如是居士。是一伏淫。復次居士。或一伏淫。如法求財。彼如法求財已。而自安樂身及父母妻子奴婢。不施與沙門婆羅門。為善得善身生善處。如是居士。是一伏淫。復次居士。或一伏淫。如法求財。彼如法求財已。而自安樂身及父母妻子奴婢。施與沙門婆羅門。為善得善身生善處。如是居士。是一伏淫。復次居士。或一伏淫。如法求財不干彼。如法求財不干已。亦不自安樂身。亦不為父母妻子奴婢亦不施與沙門婆羅門。為善得善身生善處。如是居士。是一伏淫。復次居士。或一伏淫。如法求財不干彼。如法求財不干已。自得安樂身及父母妻子奴婢。不施與沙門婆羅門。為善得善身生善處。如是居士。是一伏淫。復次居士。或一伏淫。如法求財不干彼。如法求財不干已。自得安樂身及父母妻子奴婢。施與沙門婆羅門。為善得善身生善處。彼得錢財於中染著。極染著不見禍變。亦不知棄而貪食之。如是居士。是一伏淫。復次居士。或一伏淫。如法求錢財不干彼。如法求錢財不干已。自得安隱身及父母妻子奴婢。施與沙門婆羅門。為善得善身生善處。彼得錢財亦不染亦不著。亦不於中樂。亦不於中住。亦知是禍變。亦能棄捨而食之。如是居士。是一伏淫。此居士。彼或一伏淫。非法求錢財干彼。非法求錢財干已。亦不自安隱身。亦不安隱父母妻子奴婢。亦不施與沙門婆羅門。為善得善身生善處。是為居士。如是伏淫。伏淫我說此弊惡。此居士。或一伏淫。非法求錢財干彼。非法求錢財干已。自安隱身及父母妻子奴婢。不施與沙門婆羅門。為善得善身生善處。此居士。此伏淫此伏淫此小勝小勝此居士。彼或一伏淫。如法求錢財不干彼。如法求錢財不干已。自得安樂身及父母妻子奴婢。施與沙門婆羅門。為善得善身生善處。彼得錢財不染不著不持不樂。知是禍變棄捨離而食之。如是居士。食淫最勝最妙最上最好無上勝。猶若居士。有牛乳因乳有酪。因酪有醍醐。因醍醐有酥。因酥有酪酥。此是最勝最妙無上說。如是居士。此諸伏淫如是伏淫。最勝最妙極妙最上。無上無上說頌偈曰。

非法聚錢財	如法如法施
不施不食之	亦不施為福
二俱為慳濁	惡行食此淫
如法求錢財	欲以施為福
亦施及食之	亦能作福德
二俱不慳濁	皆有此伏淫
有能行智慧	伏淫隨所行
知變有知足	知足而食之
有能行智慧	最妙能伏淫



佛如是說。居士阿那邠祁聞世尊所說。歡喜而樂。

淫欲重的人要注意遠離使人心放逸的歌舞伎樂，黃色書籍和電影更要永斷，以至於美麗美好的服飾和異性都應該少看。

總的來說，“八正道”是必不可少的，“布施”也是斷除淫欲的好辦法。
你已經邪淫，該怎麼辦？（包括手淫）
犯戒者必須有慚愧心，要至誠忏悔，可以滅除業障，免受或少受惡報。

《付法藏因緣經》

世尊所記最後律師。曾於眾中有一比丘。其嫂至寺持食餉之。淫火熾盛便共交通。犯重禁已尋自悔責極生慚恥。我大愚癡造斯惡業。吾今定非沙門釋子。衣鉢盡置三奇杖上。處處游行高聲唱言。我是罪人不應復著佛法染衣。為釁既重必入地獄。當於何處而得救護。時闍

夜多語比丘言。汝今若能隨順我語。當令汝罪尋自消滅。比丘歡喜白言受教。時闇夜多。即以神力。化作火坑其焰猛盛。令此比丘自投其中。爾時比丘為滅罪故。舉身投入大火坑內。於時猛焰轉成清流。才齊其膝都不傷害。時闇夜多告比丘曰。汝以善心至誠悔過。所有諸罪今悉摧滅。即為說法得羅漢道。由是緣故世皆號為清淨持律。

但若不知羞恥，或忏悔不至誠，則必受大苦報。

《增壹阿含經》

聞如是：一時，佛在捨衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：“我今當說烏喻，亦當說豬喻。善思念之，吾當演說。”

對曰：“如是，世尊。”是時，諸比丘從佛受教。

世尊告曰：“彼雲何名為人喻如烏？猶如有人在寂靜處，恆習淫欲，作諸惡行，後便羞恥，便自悔過，向人演說，陳所作事。所以然者？或為諸梵行人，所見譏彈：‘此人習欲，作諸惡行。’彼作諸惡行已，向人悔過，自知羞恥。猶如彼烏恆患苦饑，便食不淨，尋即拭嘴，恐有余烏見言：‘此烏食不淨。’此亦如是，若有一人在閒靜處，習於淫欲，作不善行，後便羞恥而自悔過，向人演說，陳所作事。所以然者？或為諸梵行人所見記識：‘此人習欲，作諸惡行。’是謂名為人猶如烏。

“彼雲何名為人如豬？若有一人在閒靜處，長習淫欲，作諸惡行，亦不羞恥，復不悔過，向人自譽，貢高自用：‘我能得五欲自娛，此諸人等不能得五欲。’彼作惡已，不知羞恥。此人喻如豬恆食不淨，臥於不淨，便自跳踉向於余豬。此亦如是，若有一人習於淫欲，作諸惡行，亦不羞恥，復不悔過，向人自譽，貢高自用：‘我能得五欲自娛，此諸人不能得五欲自娛。’是名為人如豬。是故，諸比丘，當捨遠離。如是，諸比丘，當作是學！”

爾時，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

破戒者要想免除惡報，應該學“烏”，千萬不要學“豬”。

在戒律中，手淫屬於“可忏悔戒”，忏悔並不再犯可以滅罪。

而邪淫屬於重罪，並不好忏，但念誦“楞嚴咒”忏悔是可以的。

《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》

“阿難，是善男子持此咒時，設犯禁戒於未受時，持咒之後眾破戒罪，無問輕重一時銷滅。縱經飲酒、食啖五辛種種不淨，一切諸佛菩薩、金剛、天仙、鬼神不將為過。設著不淨破弊衣服，一行一住悉同清淨。縱不作壇，不入道場，亦不行道，誦持此咒還同入壇行道功德無有異也。若造五逆無間重罪，及諸比丘比丘尼四棄八棄，誦此咒已，如是重業猶如猛風吹散沙聚，悉皆滅除，更無毫發。

阿難，若有眾生從無量無數劫來，所有一切輕重罪障，從前世來未及忏悔，若能讀誦書寫此咒，身上帶持，若安住處、莊宅、園館，如是積業猶湯銷雪，不久皆得悟無生忍。”

只不過，還是那句話，忏悔並“不再犯”。

不邪淫的功德和利益？

《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》

阿難，如是清淨持禁戒人心無貪淫，於外六塵不多流逸——因不流逸，旋元自歸，塵既不緣，根無所偶，反流全一——六用不行，十方國土皎然清淨，譬如琉璃內懸明月，身心快然，妙圓平等，獲大安隱，一切如來密圓淨妙皆現其中，是人即獲無生法忍。從是漸修，隨所發行，安立聖位。是則名為第三增進修行漸次

《佛為娑伽羅龍王所說大乘經》

龍主。士夫補特伽羅。遠離邪淫獲得四智善法。雲何為四。所謂降伏諸根。離於散亂。得世間一切稱贊。復得無量營從。



《佛說戒德香經》

不淫色者。人不犯妻。所在化生蓮華之中。

其實，作為一名合格的佛教徒，“清心寡欲，永不邪淫”是最起碼的要求，我們不需要過多的奢求什麼，我們只要做好我們自己的事情，其他的一切會水到渠成的。

有人說邪淫無所謂，罪業很少，或是贊歎淫欲，我們該怎麼面對？

《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》

若諸世界六道眾生其心不淫，則不隨其生死相續。汝修三昧，本出塵勞，淫心不除，塵不可出。縱有多智，禪定現前，如不斷淫，必落魔道，上品魔王，中品魔民，下品魔女。彼等諸魔亦有徒眾，各各自謂成無上道。我滅度後末法之中，多此魔民熾盛世間，廣行貪淫為善知識，令諸眾生落愛見坑，失菩提路。汝教世人修三摩地，先斷心淫，是名如來先佛世尊第一決定清淨明誨。是故，阿難，若不斷淫修禪定者，如蒸砂石欲其成飯，經百千劫只名熱砂。何以故？此非飯本，砂石成故。汝以淫身求佛妙果，縱得妙悟皆是淫根。根本成淫，輪轉三塗必不能出，如來涅槃何路修證？必使淫機身心俱斷，斷性亦無，於佛菩提斯可希冀。如我此說，名為佛說，不如此說，即波旬說。

又有如寶蓮香比丘尼，持菩薩戒，私行淫欲，妄言‘行淫非殺非偷，無有業報’，發是語已，先於女根生大猛火，後於節節猛火燒燃，墮無間獄。

《大寶積經》

“善臂，雲何菩薩摩訶薩具足屍波羅蜜？。。。。。。自不邪淫，教人不邪淫，願不邪淫；。。。。。。是菩薩持不邪淫戒，欲令眾生得住無學不淫戒故。”

《佛說梵網經》

若佛子。自淫教人淫。乃至一切女人不得故淫。淫因淫緣淫法淫業。乃至畜生女諸天鬼神女。及非道行淫。而菩薩應生孝順心。救度一切眾生。淨法與人。而反更起一切人淫不擇畜生乃至母女姊妹六親行淫無慈悲心者。是菩薩波羅夷罪。

《佛說大方廣十輪經》

復次，善男子，菩薩摩訶薩終身遠離邪淫，一切眾生皆為欲流之所沉沒，而能施於無畏無嫉無熱惱害，於己妻色恆生知足，無非法欲。以是善根果報力故，若有宿世邪淫果報，六趣生死流轉諸有，自作教他見作隨喜，而令悉離諸邪淫輪，輾斷惡業令無有余，乃至成菩提道，生於淨國無女人處，第一清淨，彼諸眾生皆悉化生，不從父母和合受身。善男子，是名菩薩摩訶薩第三輪也。菩薩摩訶薩成就此輪，乃至不捨一切願行。

《增壹阿含經》

聞如是：一時，佛在捨衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：“有四事行跡。雲何為四？有樂行跡所行愚惑，此名初行跡；復有樂行跡所行速疾；復有苦行跡所行愚惑；復有苦行跡所行速疾。

“彼雲何名為樂行跡所行愚惑？或有一人貪欲熾盛，瞋恚、愚癡熾盛，所行甚苦，不與行本相應，彼人五根愚暗，亦不捷疾。雲何為五？所謂信根、精進根、念根、定根、慧根。若以愚意求三昧盡有漏者，是謂名為樂行跡鈍根得道者也。

“彼雲何名為樂行跡速疾？或有一人無欲，無淫；然於貪欲恆自偏少不殷勤，為瞋恚、愚癡極為減少，五根捷疾，無有放逸。雲何為五？所謂信根、精進根、念根、定根、慧根，是謂五根。然得五根，成於三昧，盡有漏，成無漏，是謂名為利根行於道跡也。

“彼雲何名為苦行跡行於愚惑？或有一人淫意偏多，瞋恚、愚癡熾盛。彼以此法而自娛樂，盡有漏，成無漏，是謂名為苦行跡鈍根者也。

“雲何苦行跡行於速疾？於是，或一有人少欲、少淫，無有瞋恚，亦不起想行此三法。爾時，有此五根，無有缺漏。雲何為五？所謂信根、精進根、念根、定根、慧根，是謂為五。彼以此法得三昧，盡有漏，成無漏，是謂苦行跡利根者也。

“是謂比丘有此四行跡，當求方便，捨前三行跡，後一行者當共奉行。所以然者？苦行跡三昧者難得，以得便成道，久存於世。所以然者？不可以樂求樂，由苦然後成道。是故，諸比丘，恆以方便，成此行跡。如是，諸比丘，當作是學！”

爾時，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

《增壹阿含經卷第十一》

“雲何智者成就身三行？於是，智者思惟身行，無所觸犯。然復智者自不殺生，亦不教人殺生，見人殺者心不喜樂。自不偷竊，不教人盜，見人盜者心不喜樂。亦不淫泆，見他女色，心不起想，亦不教人使行淫泆；設見老母，視之如己親，中者如姊，小者如妹，意無高下。如是，智者身成就三行。是謂智者所行。如是，比丘，有此三有為之相。是故，諸比丘，愚者三相常當捨離。此三智者所行，不廢斯須。如是，諸比丘，當作是學！”

《大般涅槃經》

“復有說言：‘無四波羅夷、十三僧殘、二不定法、三十捨墮、九十一墮、四忤悔法、眾多學法、七減淨等，無偷蘭遮、五逆等罪及一闡提。若有比丘犯如是等墮地獄者，外道之人悉應生天。何以故？諸外道等無戒可犯。是故如來示現怖人故說斯戒。’若言佛說：‘我諸比丘若欲行淫，應捨法服，著俗衣裳，然後行淫。復應生念，淫欲因緣，非我過咎。如來在世，亦有比丘習行淫欲得正解脫，或命終後生於天上。古今有之，非獨我作。或犯四重，或犯五戒，或行一切不淨律儀，猶故而得真正解脫。如來雖說犯突吉羅，如忤利天日月歲數八百萬歲墮在地獄，亦是如來示現怖人。’言波羅夷至突吉羅輕重無差，是諸律師妄作此言，言是佛制，畢定當知非佛所說，如是言說是魔經律。

《佛般泥洹經》端心莫念惡。莫思淫。有淫心者。不成阿羅漢道。夜臥淫欲態欲來者。當念女人惡露。淫意即解。恨怒心來。當念生在地上不久。法可久。

佛告諸比丘。依止毗捨離比丘皆悉令集以十利故為諸比丘制戒乃至已聞者當重聞。若比丘手自斷人命根。是比丘波羅夷不應共住。

《佛說方等泥洹經》又比丘有七覺意，則法不衰，當善念行：一志念覺，倚淨無淫，寂分散意；二法解覺，倚淨無淫，捨分散意；三精進覺，倚淨無淫，捨分散意；四愛喜覺，倚淨無淫，捨分散意；五一向覺，倚淨無淫，捨分散意；六惟定覺，倚淨無淫，捨分散意；七行護覺，倚淨無淫，捨分散意。如是七法，可得久住。

經藏毫無疑問的表明：贊歎淫欲、說邪淫無罪的是魔說，佛子當謹記，並應該以報佛恩的心去勸化眾生遠離淫欲。

其實，在佛陀時代就有些人用自欺欺人的手段，想當然的認為邪淫無罪，這是掩耳盜鈴。

我們看看佛陀是什麼態度。

《增壹阿含經卷第四十七 @禮三寶品第五十》

聞如是：一時，佛在捨衛國祇樹給孤獨園。

爾時，茂羅破群比丘與諸比丘尼共相游處，然諸比丘尼亦復好樂共相游處。其有人民稱譏茂羅破群比丘者，是時諸比丘尼極懷瞋恚，愁憂不悅。若復有人毀訾諸比丘尼者，是時破群比丘亦復愁憂不悅。是時，眾多比丘告破群比丘曰：“汝今雲何親近諸比丘尼？諸比丘尼亦復與汝交接？”

破群報曰：“我今解如來所說教誡，其有犯淫者，罪不足言。”

眾多比丘復告曰：“止！止！比丘，勿作斯言，莫誹謗如來言教！其誹謗如來言教者，罪咎不少。又復世尊無數方便說淫之穢，其有習淫，使無罪者，終無此理。汝今可捨此惡見，備於長夜受苦無量。”然此破群比丘故與交通，而不改其行。

爾時，眾多比丘往至世尊所，頭面禮足，而白世尊言：“捨衛城中有一比丘，名曰破群，與諸比丘尼共相交接，然諸比丘尼亦與破群比丘交接往來。我等往彼勸喻，使改其行，然彼二人遂更增益，不捨此顛倒之見，亦不順正法之業。”

爾時，世尊告一比丘：“汝往至彼破群比丘所，雲：‘如來喚卿。’”

爾時，比丘受如來教，即往到破群比丘所：“汝當知之：‘如來喚卿。’”

破群比丘聞彼比丘語，即往到世尊所，頭面禮足，在一面坐。爾時，世尊問彼比丘曰：“汝審親近諸比丘尼耶？”

彼比丘對曰：“如是，世尊。”

佛告比丘：“汝為比丘，雲何與比丘尼共相交接？汝今是族姓子，剃除須發，著三法衣，以信堅固，出家學道。”

破群比丘白佛言：“唯然，世尊，我是族姓子，以信堅固，出家學道。”

佛告比丘：“非汝之法，雲何與比丘尼共相交接？”

破群比丘白佛言：“我聞如來所說，其習淫者，其罪蓋不足言。”

佛告比丘：“汝愚人！雲何說如來習淫無罪？我無數方便說淫之穢污。汝今雲何作是語：‘如來說淫無罪？’汝好守護口過，無令長夜恆受其罪。”

佛告之曰：“汝今且止！須吾更問諸比丘。”

爾時，世尊告諸比丘曰：“汝等頗聞吾與諸比丘說淫無罪乎？”

諸比丘對曰：“唯然，世尊，不聞如來說淫無罪。所以然者？如來無數方便說淫之穢污。設言無罪，此義不然。”

佛告諸比丘：“善哉！善哉！諸比丘，如汝所言，我無數方便說淫之穢污。”

爾時，世尊重告諸比丘曰：“汝等當知：若有愚人習於法行，所謂契經、祇夜、偈、授決、因緣、本末、譬喻、生、方等、未曾有、說、廣普；雖誦斯法，不解其義；以不觀察其義，亦不順從其法，所應順法終不從其行。所以誦斯法者，從欲與人共競爭，意計勝負，亦不自為己有所濟及，彼誦法已，則犯制限。猶如有人出彼村落，欲求惡蛇。彼若見極大之蛇，到已，以左手摩扞其尾，然彼蛇回頭螫蜇其手，由此緣報，便致命終。此亦如是，若有愚人玩習其法，十二部經靡不斟酌，亦不觀察其義。所以然者？由不究竟正法義故。

“於是，若有善男子將護玩習其法：契經、祇夜、偈、授決、因緣、本末、譬喻、生、方等、未曾有、說、廣普。彼人誦此法已，深解其義；以解彼深義之法，順從其教，無所違失。所以誦法者，不以勝負之心，與彼競爭。所以誦習法者，欲自纂修有察及。所以誦法者，果有所願，由此因緣，漸至涅槃。猶如有人出彼村落，求覓惡蛇。彼見蛇已，手執鐵鉗，先鑷其頭，後便捉項，不令動搖；設彼惡蛇回尾欲，害彼人，終無所至。所以然者？諸比丘，由其捉項故。此善男子亦復如是，誦習、誦讀，靡不周遍，觀察其義，順從其法，終無違失，漸漸由此因緣，得至涅槃。所以然者？由其執正法故。是故，諸比丘，其有解吾義者，當念奉行；其不解者，重來問我，如來方今現在，後悔無益！”

爾時，佛告諸比丘：“設有比丘在大眾中而作是說：‘如來說禁戒，我悉解了。其習淫者，罪蓋不足言。’彼比丘當語斯比丘：‘止！止！莫作斯言！莫誹謗如來說斯語，如來終不說此言。’若此比丘改其所犯者善；若不改其行者，復當再三諫之。設當改者善，設不改者墮。若復比丘隱匿其事，不使露現者，諸人皆墮。是謂，比丘，我之禁戒。”

爾時，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。



Dharani Inti Segel Kotak Relik Berharga Dari Tubuh Rahasia Semua Buddha

一切如來心秘密全身舍利寶篋印陀羅尼

Sarva Tathagata Adhithana Hrdaya Guhya Dhatu Karanda Mudra Dharani Sutra

Demikianlah yang telah kudengar. Sang Buddha sedang berdiam di Kolam Kegemilangan Berharga di Taman Tanpa Kekotoran, Negeri Magadha. Ia dikelilingi oleh kumpulan tak terhitung para Bodhisattva serta Pratyeka Buddha tingkat tinggi, dewa, naga, yaksha, gandharva, asura, garuda, kinnara, mahoraga, manusia, dan bukan manusia. Pada saat itu hadirilah seorang Brahmana mulia dalam kumpulan itu yang bernama Tanpa Kekotoran dan Cahaya Mendalam. Ia merupakan seorang bijaksana dengan pengetahuan mendalam. Semua orang senang berjumpa dengannya. Ia telah berlandung pada Tiga Permata dan senantiasa melaksanakan sepuluh tindakan baik. Hatinya selalu diliputi belas kasih dan bijaksana. Ia selalu berharap agar semua makhluk berada dalam keadaan sejahtera serta berkelimpahan. Brahmana yang bernama Tanpa Kekotoran dan Cahaya Mendalam itu bangkit dari tempat duduknya. Ia berjalan mendekati Sang Buddha serta mengelilingi-Nya sebanyak tujuh kali (Pradaksina). Dipersembhkannya banyak bunga serta dupa pada Sang Buddha. Ia meletakkan jubah-jubah dan perhiasan sangat berharga di hadapan Sang Buddha. Ditundukkannya kepalanya sebagai tanda hormat ke Kaki Sang Buddha, lalu berdiri pada satu sisi seraya berkata, “Kami mengundang Yang Dijunjung Dunia dan siapa saja yang hadir di tempat ini untuk menerima persembahan di tempat kediamanku besok pagi”.

Sang Buddha menerima undangan itu. Sang brahmana memahami bahwa Sang Buddha menerima undangannya. Dengan segera ia kembali ke tempat kediamannya serta mempersiapkan seratus makanan dan minuman lezat malam itu. Dibersihkannya seluruh gedung dan ruangan, serta digantungkannya banyak panji-panji. Pagi berikutnya, ia membawa serta keluarganya sambil membawa dupa dan bunga. Para pemain musik turut serta dalam rombongan tersebut. Mereka menghadap Sang Buddha dan berkata, “Telah tiba waktunya, silakan datang ke tempat kediamanku.” Sang Buddha menyetujui apa yang dikatakan Brahmana Tanpa Kekotoran dan Suara Mendalam itu. Beliau mengumumkan pada semua yang hadir di tempat itu, Kalian semua hendaknya pergi ke rumah Brahmana ini guna menerima persembahan sehingga ia dapat memperoleh pahala Kebajikan Besar. Kemudian Buddha berdiri dari tempat duduk-Nya dan bersamaan dengan itu memancarkan cahaya aneka warna. Semua orang yang menyaksikannya ikut dan mulai berjalan. Selanjutnya, sang Brahmana beserta keluarganya berjalan sambil membawa dupa serta bunga dengan penuh hormat. Demikian pula dengan naga surgawi, delapan kelompok makhluk dan Empat Maharaja Langit. Mereka berjalan di depan guna menjadi pembuka serta penunjuk jalan bagi Sang Buddha.

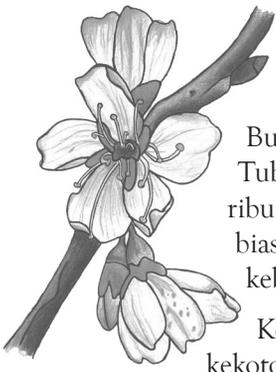
Tidak berapa lama Sang Buddha berjalan, tibalah Ia di sebuah taman yang bernama Kaya. Di sana terdapatlah Stupa tua yang rusak dan ditumbuhi oleh alang-alang dan rumput. Stupa itu terkubur dalam tumpukan ubin serta bebatuan. Ia nampak bagaikan seonggok lumpur. Sang Buddha berjalan menuju stupa tersebut, yang memancarkan sinar gemilang. Terdengarlah suara pujian dari gundukan lumpur itu: “Bagus sekali, bagus sekali, Sakyamuni. Perjalanan-Mu hari ini merupakan saat yang sangat menguntungkan, dan engkau, wahai Brahmana, akan menerima pahala kebajikan luar biasa.”

Kemudian Sang Bhagava Buddha menghaturkan penghormatan pada Stupa itu dan berjalan mengelilingi-Nya searah jarum jam (Pradaksina). Sang Buddha mengambil jubah-Nya dan meletakkannya di atas gundukan lumpur tersebut. Ia menitikkan air mata dengan derasnya. Setelah menangis, Buddha tersenyum kembali. Pada saat itu, para Buddha dari sepuluh penjuru menyaksikan peristiwa tersebut dan meneteskan air mata pula. Mereka memancarkan sinar terang pada Stupa ini. Semua orang yang melihatnya menjadi gemetar dan bingung.

Pada saat itu, Bodhisattva Vajrapani menitikkan air mata. Ia berjalan ke hadapan Sang Buddha dengan sikap hormat sambil membawa Vajranya dan bertanya: “Mengapakah cahaya yang dipancarkannya begitu gemilang? Mengapakah Engkau menangis? Para Buddha dari sepuluh penjuru menampakkan diri dengan kecemerlangan yang sama. Kami berharap agar Tathagata menjawab pertanyaan-Ku di hadapan semua yang hadir di tempat ini.”

Sang Bhagava memberitahu Vajrapani, “Tak terhingga Dharma Meterai Rahasia Dharani Hati terdapat dalam Stupa Kumpulan Sarira Seluruh Tubuh Buddha ini. Stupa ini benar-benar dipenuhi tanpa celah sedikitpun, sebanyak biji wijen; dengan ratusan dan ribuan kotil Tubuh





Buddha, yang banyak-Nya juga bagaikan biji wijen. Ratusan dan ribuan kоти kumpulan Sarira seluruh Tubuh Buddha, bahkan 84.000 Dharma bersemayam dalam stupa ini. Sembilan juta sembilan ratus ribu kоти tak terhingga Sarira kepala Buddha juga terdapat di dalam-Nya. Karena musabab yang luar biasa inilah, tidak peduli di manapun Stupa ini berada, Ia memiliki daya batin yang manjur. Pahala kebajikannya sanggup mengabulkan seluruh dambaan duniawi”.

Ketika hadirin mendengar apa yang dibabarkan Buddha tersebut. Mereka menghapuskan segenap kekotoran batin dan begitu pula dengan seluruh kekhawatiran dalam diri masing-masing. Mereka memperoleh mata Dharma yang murni. Mereka memperoleh buah hasil sesuai dengan kondisi batin dan timbunan pahala kebajikan mereka yang beraneka ragam. Beberapa orang mencapai tingkatan Sakadagamin, Shrotapanna, Anagamin, Arhat, Pratyeka Buddha, Bodhisattva, Avaivartas, serta kebijaksanaan Sarvajnana.

Selanjutnya ada pula yang mencapai tingkatan Bodhisattva pertama, kedua, hingga kesepuluh. Beberapa di antara mereka menyempurnakan enam paramita. Sang brahmana sendiri menghapuskan kekotoran batinnya dan merealisasi lima penembusan batin. Ketika Bodhisattva Vajrapani menyaksikan hal yang ajaib ini, ia bertanya pada Sang Buddha, Bagus sekali, sungguh ajaib. Kami memperoleh manfaat pahala kebajikan luar biasa setelah mendengarnya. Jika kami mendengarkan Ajaran Kebenaran dan dengan segenap hati meyakini, berapa besarkah jasa serta pahala kebajikan yang akan kami peroleh?

Buddha berkata, “Dengarlah wahai Vajrapani. Jika ada pria atau wanita serta empat kelompok siswa-Ku yang memiliki keyakinan di masa mendatang menuliskan Sutra ini, maka tindakan itu dapat disamakan dengan menyalin seluruh Sutra yang dibabarkan sembilan juta sembilan ratus ribu kotti Buddha. Semua Buddha akan menjaganya laksana melindungi mata-Nya sendiri, atau bagaikan seorang ibu yang penuh belas kasih merawat anaknya. Apabila seseorang membaca Sutra ini, maka tindakan itu dapat disamakan dengan membaca semua Sutra yang dibabarkan para Buddha di masa lampau, sekarang, dan mendatang. Oleh karena itulah, sembilan juta sembilan ratus ribu kotti Buddha, Yang Tercerahi, sebanyak biji wijen hadir semua-Nya tanpa celah sedikitpun. Mereka menampakkan diri guna melimpahkan berkah baik siang maupun malam pada orang ini. Semua Buddha yang jumlah-Nya bagaikan butiran pasir di sungai Gangga akan hadir, kendati para Buddha yang telah hadir sebelumnya masih belum meninggalkan tempat tersebut. Mereka datang bergiliran bagaikan pasir yang bergerak memutar dalam pusaran air. Mereka datang dan pergi tanpa henti.

Jika seseorang mempersembahkan dupa, bunga, jubah indah, serta perhiasan yang elok dipandang pada Sutra ini, maka seluruh persembahan itu akan berubah menjadi bunga-bunga surgawi, jubah serta perhiasannya akan berubah menjadi benda-benda yang terbuat dari tujuh jenis permata di hadapan sembilan juta sembilan ratus ribu kotti Buddha dari sepuluh penjuru alam semesta. Benda-benda ini akan berlipat ganda bagaikan Gunung Sumeru untuk dipersembahkan. Benih kebajikan yang mereka tanam juga sungguhlah besar.”

Pada saat itu, para dewa, naga, delapan kelompok makhluk (Asta-Gatyah), manusia dan bukan manusia mendengar mengenai hal ini. Mereka merasa keheranan dan berkata satu sama lain, Begitu anehnya gundukan lumpur terbengekali ini. Ia telah berubah wujud secara batin karena berkah para Buddha.

Vajrapani bertanya pada Buddha kembali, “Yang Dijunjunginya Dunia, mengapa Stupa Tujuh Permata itu menjadi gundukan lumpur sekarang?”

Buddha berkata pada Vajrapani, “Ini bukanlah gundukan lumpur sama sekali. Ia merupakan Stupa Agung Yang Sangat Indah. Stupa itu tidak muncul karena pengaruh karma buruk orang yang melihatnya. Stupa itu tak terlihat tetapi keseluruhan tubuh Buddha yang tersimpan di dalamnya tidak dapat rusak. Bagaimana mungkin Tubuh Vajra seorang Buddha dapat dihancurkan? Setelah Aku parinirvana, pada masa kemerosotan dan kekacauan; jika umat manusia melakukan tindakan-tindakan jahat, mereka akan terjerumus ke neraka. Mereka tidak meyakini Tiga Permata. Mereka tidak menanam akar kebajikan. Buddhadharmma akan hilang karena hal ini. Tetapi Stupa yang kuat dan kokoh ini tidak akan hancur karena berkah kekuatan batin semua Buddha. Para makhluk yang diliputi pandangan salah diselubungi oleh karma buruk. Mereka menyalahgunakan permata berharga dan tidak tahu bagaimana memanfaatkannya. Itulah yang menyebabkan Aku menngis hari ini dan begitu pula dengan semua Buddha lainnya.”

Buddha memberitahu lebih jauh pada Vajrapani, “Jika ada orang yang menyalin sutra ini dan meletakkannya ke dalam sebuah stupa, maka stupa itu akan menjadi Stupa Gudang Vajra semua Buddha. Ia juga merupakan Stupa Berkah Rahasia Hati Dharani Semua Buddha. Ia merupakan Stupa sembilan juta sembilan ratus ribu kotti Buddha. Ia juga merupakan stupa puncak mahkota (usnisha) dan Mata Semua Buddha. Stupa ini akan dilindungi oleh kekuatan batin semua Buddha.





Apabila ada orang yang meletakkan Sutra ini ke dalam suatu stupa atau patung Buddha, patung itu akan menjadi terbuat dari tujuh permata, serta memiliki daya kekuatan sehingga dapat mengabulkan semua dambaan. Payung, tirai, jala, roda, piring, genta, alas, dan anak tangga akan tercipta dengan kekuatan. Benda-benda yang terbuat dari lumpur, kayu, batu, atau bata akan berubah menjadi Tujuh Permata berharga karena kekuatan Sutra ini. Semua Buddha akan menambahkan daya kekuatannya yang tak terhingga dan tanpa henti memberkahi Sutra ini dengan sabda-sabda murni.

Jika ada orang yang menghaturkan hormat di hadapan Stupa ini lalu mempersembahkan dupa dan bunga pada Stupa ini, kesalahan berat selama delapan juta kalpa akan dihapuskan. Ia akan terhindar dari semua bencana dalam kehidupannya. Ia akan terlahir kembali dalam keluarga yang beragama Buddha setelah akhir hidupnya. Apabila ada orang yang seharusnya terjerumus ke dalam neraka Avici, namun menghaturkan penghormatan pada Stupa ini satu kali saja atau berjalan mengelilinginya searah jarum jam, maka gerbang neraka akan tertutup baginya dan jalan menuju Bodhi akan terbuka. Semua Buddha akan memberkahi dengan kekuatan batin-Nya pada tempat-tempat di mana terdapat stupa-stupa atau gambar Buddha. Tidak ada angin topan, badai, dan halilintar yang membahayakan akan menimpa. Tidak ada ular berbisa, cacing berbahaya, serta hewan beracun lainnya akan dapat melukai. Tidak ada singa, gajah gila, harimau, serigala, dan lebah liar akan melukai. Tidak ada kepanikan yang disebabkan oleh makhluk halus yaksha, raksasa, putana, kritiya, khumbandas, preta, pisacasa, makhluk mengerikan, atau penyakit ayan. Tidak akan ada penyakit baik karena serangan hawa dingin atau panas, tidak pula berjangkit penyakit lilou, tanzhu, borok, atau skabies. Seseorang akan terhindar dari bencana hanya dengan semata-mata memandang pada Stupa ini. Tidak ada wabah penyakit yang akan menimpa manusia, kuda, hewan, anak laki-laki dan perempuan. Mereka tak akan mengalami kematian tak wajar. Mereka tak akan terluka oleh senjata tajam, air, dan api. Mereka tidak akan dicelakai oleh para perampok, pencuri, ataupun musuh. Mereka tak akan menderita karena kelaparan atau kemiskinan. Tidak ada serangan gaib dan makhluk halus jahat serta mengerikan yang sanggup mencelakakan mereka. Empat Maharaja Langit beserta pengikutnya akan melindungi mereka sehabian dan malam. Para Jenderal yaksha dari kedua puluh delapan bagian beserta matahari, rembulan, panji lima bintang, dan bintang-bintang berekor akan melindungi mereka sehabian dan malam. Seluruh raja naga akan mengumpulkan uap air untuk membuat hujan turun pada waktunya. Seluruh makhluk surgawi, termasuk dari Surga Tavatimsa akan datang tiga kali guna menghaturkan persembahan.”

“Seluruh makhluk surgawi akan hadir tiga kali demi melantunkan pujian, mengelilingi serta menghaturkan sembah sujud bagi tempat ini. Maharaja Sakradevanam Indra beserta dewi-dewi surgawi akan turun menghaturkan persembahan tiga kali sehabian dan malam. Tempat ini diberkati oleh semua Buddha. Stupa ini memiliki kemuliaan seperti itu karena terdapat Sutra di dalamnya.

Jika ada orang yang mendirikan sebuah stupa dengan tanah liat, batu, kayu, emas, perak, tembaga, atau timah hitam, lalu menuliskan dharani ini serta meletakkan di dalamnya, stupa tersebut akan berubah menjadi tujuh permata mulia begitu Dharani ini diletakkan di dalamnya. Anak tangga, piring, payung, tirai, genta, dan roda semuanya berubah menjadi tujuh pertama mulia. Tubuh-tubuh Buddha yang berada di empat penjuru Stupa ini akan melimpahkan perlindungannya sehabian dan maupun malam karena Dharma ini.”

“Stupa Tujuh Permata dengan dengan Sarira Seluruh Tubuh Buddha yang ajaib dan berharga akan bertumbuh dengan kekuatan Dharani ini hingga mencapai Surga Akanistha. Seluruh makhluk surgawi akan menghaturkan penghormatannya, melindungi, serta memberikan persembahan pada Stupa ini, baik sehabian maupun malam, saat tingginya mencapai alam surga.

Vajrapani bertanya, Mengapakah Dharma ini begitu luar biasanya?

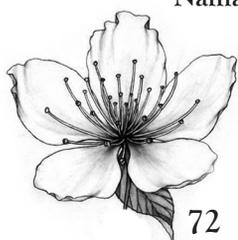
Sang Buddha menjawab, Dikarenakan kekuatan batin Dharani Meterai Peti tersebut.”

Vajrapani berkata, “Kami berharap agar Buddha berbelas kasih pada kami dan sudi mengucapkan Dharani tersebut.”

Buddha berkata, “Dengarlah dan hafalkan, jangan sampai lupa. Perwujudan gemilang Tubuh semua Buddha dari zaman sekarang dan akan datang beserta Sarira Seluruh Tubuh Buddha masa lampau terdapat dalam Dharani Meterai Peti ini. Selain itu, ketiga tubuh Buddha juga berada di dalamnya.”

Kemudian Buddha melafalkan dharani itu:

Namah Sdeliyah Divikanam Sarva Tathagatanam. Om Bhuvibha Vadhavari Vachari Vachathai Suru Suru Dhara Dhara Sarva Tathagata Dhatu Dhari Padma Bhavati Jayavari Mudri Smara Tathagata Dharma Cakra Pravartama Vajri Bodhi Bama Rumkare Rumkirti Sarva Tathagata Dhistite Bodhaya Bodhaya Bodhi Bodhi Buddhya Buddhya Sambodhami Sambodhaya Chala Chala





Chalamtu Sarva Varanami Sarva Papavigate Huru Huru Sarva Sukhavigati Sarva Tathagata Hridaya Vajrani Sambhara Sambahara Sarva Tathagata Guhya Dharani Mudri Buddhi Subuddhi Sarva Tathagata Dhistite Dhatu Garbhe Svaha; Samaya Dhistite Svaha; Sarva Tathagata Hridaya Dhatu Mudri Svaha; Supra Tisi Tita Stubhe Tathagata Dhistite Huru Huru Hum Hum Svaha. Om Sarva Tathagata Usnisa Dhatu Mudrani Sarva Tathagatam Sadha Tuvibhusita Dhistite Hum Hum Svaha. (dilafalkan Sebanyak 7x atau 21x).

Ketika Sang Buddha selesai mengucapkan Dharani ini, semua Buddha melantunkan pujian dari dalam gundukan itu, “Baik sekali! Baik sekali! Sakyamuni, Engkau hadir di tengah kekeruhan dunia serta memabarkan Dharma mendalam ini demi kepentingan para makhluk yang tak memiliki sandaran hidup. Dharma penting ini akan bertahan di dunia ini demi melimpahkan kebajikan, kedamaian, serta kebahagiaan bagi semua makhluk dalam kurun waktu yang lama.”

Pada saat itu, Sang Buddha memberitahu Vajrapani, “Dengarlah! Dengarlah! Dharma yang penting ini memiliki kekuatan batin dan manfaat yang tak terukur. Ini bagaikan mutiara berharga penghias pada sebuah panji. Ia laksana penyebar batu-batu permata berharga demi memenuhi semua dambaan. Yang Kubabarkan ini barulah sepersepuluh ribu bagian dari keseluruhan Dharma ini. Engkau hendaknya senantiasa mengingatnya demi keuntungan untuk semua makhluk.

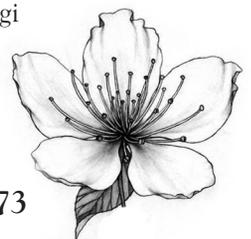
“Jika ada pelaku kejahatan berat yang terjatuh ke dalam neraka, dia menjadi sangat menderita dan tidak mengetahui kapan dia dapat dibebaskan. Bila putera atau cucu orang ini menyebutkan nama orang yang meninggal itu dan melafalkan Dharani ini sebanyak tujuh kali. Cairan tembaga serta besi yang panas dan membara dengan sekejap akan berubah menjadi kolam menyejukkan dengan air astaguna, yang airnya memiliki delapan sifat menyenangkan. Sebuah bunga teratai dengan tudung mulia di atasnya akan muncul melindungi kepalanya. Pintu neraka akan pecah berantakan dan jalan menuju Bodhi akan terbuka lebar. Bunga teratai itu akan terbang dan mengantarnya menuju ke Tanah Suci Buddha Sukhavatiloka. Seluruh kebijaksanaan akan muncul dengan sendirinya. Ia akan berbahagia karena memiliki kesempatan untuk mendengar Dharma serta berjumpa dengan seorang Buddha”.

“Jika ada orang yang menderita beraneka ragam penyakit dan diserang oleh rasa sakit yang dashyat karena telah melakukan kesalahan berat; Jika ia melafalkan Dharani ini sebanyak dua puluh satu kali, seluruh penyakit dan kekhawatirannya akan lenyap. Ia akan menikmati tak terhitung berkah kebajikan dan berusia panjang”.

“ Seseorang terlahir di keluarga miskin karena kekikirannya, dimana pakaiannya tidak sanggup menutup seluruh tubuhnya. Selalu kekurangan makanan yang tak cukup untuk mempertahankan hidup. Penampilannya menjadi lemah dan kurus. Orang lain tidak suka berjumpa dengannya. Apabila orang ini merasa malu dan pergi ke sebuah gunung guna memetik beberapa bunga liar, menggiling beberapa batang kayu guna dijadikan dupa. Setelah itu, ia pergi ke hadapan Stupa ini untuk menghaturkan hormat serta persembahan, berjalan mengelilinginya tujuh kali searah dengan jarum jam; meneteskan air mata dan menyesali kesalahannya. Kemiskinan orang itu akan sirna dengan segera dan kemakmuran akan diperoleh. Tujuh Permata Berharga akan tercurah bagaikan deras hujan. Tidak ada kekurangan lagi. Tetapi mulai saat itu, ia harus menghaturkan persembahan pada Buddha dan Dharma, serta beramal pada orang miskin. Jika ia menjadi kikir, kemakmuran yang telah diperoleh akan lenyap dengan seketika.

Jika seseorang mendirikan sebuah Stupa dengan tinggi empat jari tangan demi menanam benih kebajikan. Entah ia menggunakan tanah liat atau batu bata sesuai dengan kemampuannya, lalu menuliskan Dharani ini dan meletakkannya di dalam Stupa. Kemudian ia bernamaskara di hadapan Stupa itu sambil membawa bunga-bunga harum; maka awan harum akan memancar keluar dari stupa itu dikarenakan kekuatan dharani serta keyakinannya. Keharuman dan cahaya berwujud awan akan memancar menuju seluruh alam dharma (dharmadatu). Keharuman dan kegemilangan ini akan memanifestasikan aneka kebajikan. Pahala dan kebajikannya sama dengan yang telah disebutkan di atas. Terkatalah bahwa tidak ada harapan yang tak akan terpenuhi.”

“Pada zaman kemerosotan, jika ada pria atau wanita berbudi dari kalangan empat kelompok umat Buddha, berusaha keras untuk membangun stupa-stupa semacam ini dan meletakkan dharani ajaib ini di dalamnya, jasa dan pahala kebajikan yang diperolehnya sungguh tak terukur. Jika ada orang yang mengunjungi Stupa itu dengan harapan memperoleh berkah, ia mempersembahkan setangkai bunga atau sebatang dupa, bernamaskara di hadapan Stupa tersebut lalu menghaturkan persembahan serta





mengelilinginya searah jarum jam; dikarenakan kebajikan semacam itu, orang tersebut dengan sendirinya akan memperoleh kebahagiaan, kedudukan tinggi, dan kemakmuran tanpa perlu bersusah payah. Umur panjang dan kekayaan akan dimilikinya tanpa meminta; musuh dan pencuri dari berbagai penjuru akan dikalahkan tanpa perlu bertarung; kebencian dan kutukan akan sirna tanpa usaha apapun; terhindar dari penyakit dan wabah penyakit dengan sendirinya tanpa proses penyembuhan; suami yang mulia atau istri yang baik akan diperoleh tanpa mencari; putera cerdas serta puteri cantik akan diperoleh tanpa memohon dengan doa; dan seluruh dambaan akan terpenuhi.”

“Jika terdapat burung-burung, burung dara, anjing, serigala, nyamuk, dan semut, terkena bayangan Stupa ini atau menginjak rerumputan di sekitarnya, halangan karma mereka akan lenyap serta terbebas dari ketidak tahuan. Mereka akan memasuki Tempat Tinggal Buddha dan menerima kekayaan Dharma.

Jika ada orang melihat bentuk Stupa ini, atau dia mendengar suara dari genta-gentanya, atau mendengar nama Stupa ini, atau berada di bawah bayangan Stupa ini; seluruh hambatan akibat karma buruknya akan dilenyapkan. Dambaan-dambaan hatinya akan terpenuhi. Ia akan menikmati hidup yang tentram serta terlahir kembali di Tanah suci Buddha Sukhavati setelah kematiannya.

Apabila ada orang yang menggunakan sedikit tanah untuk memperbaiki dinding Stupa yang rusak atau menggunakan seongkah batu kecil untuk menyangga Stupa itu; berkah kebajikannya akan melimpah dan usianya akan bertambah panjang. Ia akan terlahir sebagai Raja Pemutar Roda Dharma setelah kehidupan ini.

Setelah Aku parinirvana, jika ada salah seorang di antara empat kelompok penganut AjaranKu mempersembahkan dupa dan bunga, dengan tulus berikrar melafalkan Dharani ini di depan Stupa demi membebaskan para makhluk yang berada di alam penderitaan yang jahat; maka setiap kalimat yang diucapkannya akan memancarkan cahaya gemilang hingga menyinari tiga alam sengsara. Seluruh penderitaan akan berakhir. Para makhluk akan terbebas dari penderitaan dan benih Buddha akan bertunas. Mereka akan terlahir di Tanah Buddha manapun sesuai kehendak mereka.

Jika ada orang yang berdiri di puncak gunung dan melantunkan Dharani ini dengan tulus, semua makhluk yang berada dalam jangkauan pandangan orang itu, baik yang berambut, berbulu, hidup di dalam tempurung, memiliki cangkang, yang hidup di gunung, hutan, sungai, dan lautan, akan terbebas dari belenggu karma buruk dan ketidak tahuan. Tiga hakekat alami Buddha akan muncul dalam dirinya. Mereka akan tinggal dalam kedamaian nirvana agung.

Jika ada orang yang berjalan dengan orang ini di jalan yang sama, atau siapapun yang menyentuh bajunya, menapaki jejak kaki orang ini, atau siapapun yang berjumpa dan berbicara dengan orang ini; kejahatan berat mereka akan dimusnahkan dan selain itu mereka akan mencapai kesuksesan.

Pada saat itu Buddha memberitahu Vajrapani, “Kini Aku menyerahkan Sutra Dharani yang penuh misteri ini pada-Mu. Engkau hendaknya menghormati dan melindungi-Nya. Semoga Sutra Dharani ini dapat tersebar ke seluruh penjuru dunia. Jangan biarkan para makhluk berhenti mempelajari-Nya.

Vajrapani berkata, “Sekarang Aku sangat beruntung dapat berjumpa dengan Bhagawan Buddha. Kami berikrar untuk melindungi dan menyebarkan Sutra ini seharian dan malam di dunia demi membalas budi kami pada Sang Buddha. Jika ada orang yang menyalin, mempertahankan, dan merenungkan terus menerus Sutra ini, kami akan meminta Mahadewa Sakra, Dewa Brahma, Empat Maharaja Langit (Catur Maharajika), seluruh naga, dan delapan kelompok makhluk surgawi untuk melindungi orang ini seharian dan malam tanpa pernah meninggalkannya barang sekejap-pun.”

Buddha berkata, “Baik sekali, Vajrapani. Engkau melindungi Dharma ini dan jangan biarkan itu berhenti demi keuntungan semua makhluk di masa mendatang.” Pada saat itu, Yang Dijunjung Dunia telah selesai mengucapkan Dharani Meterai Peti dan membabarkan Dharma. Kemudian mereka pergi mengunjungi rumah sang brahmana dan menerima persembahannya. Seluruh makhluk surgawi dan umat manusia memperoleh Manfaat yang sungguh besar. Mereka lalu pulang ke tempat kediamannya masing-masing. Pada saat itu, seluruh bhikshu, bhikshuni, umat awam pria serta wanita (upasaka dan upasika), dewa, naga, yaksha, gandharva, asura, garuda, kinnara, mahoraga; manusia dan makhluk bukan manusia bersuka cita karena pembabaran Dharma ini. Mereka meyakini, menerima, mempertahankan, dan mempraktekkan apa yang baru saja dibabarkan oleh Sang Buddha tersebut.



一切如来心秘密全身舍利宝篋印陀罗尼经

特进试鸿胪卿大兴善寺三藏沙门大广智不空奉 诏译



如是我闻。一时，佛在摩伽陀国，无垢园中宝光明池，与大菩萨及大声闻、天龙、药叉、犍闍婆、诃苏罗、迦楼罗、紧那罗、摩睺罗伽、人非人等，无量百千，前后围绕。

尔时，众中有一大婆罗门，名无垢妙光，多闻聪慧，人所乐见，常行十善，归信三宝，善心殷重，智慧微细，常恒欲令一切众生，圆满善利，大富丰饶。时婆罗门无垢妙光从座而起，往诣佛所，绕佛七匝，以众香华奉献世尊，无价妙衣、璎珞、珠鬘，持覆佛上，顶礼双足，却住一面，作是请言：“唯愿世尊与诸大众，明日晨朝，至我宅中，受我供养。”尔时世尊，默然许之。

时婆罗门知佛受请，遽还所住，即于夜间，广办肴膳，百味饮食，洒扫殿宇，张施幡盖。至明旦已，与诸眷属，持众香华及诸伎乐，至如来所，白言：“时至，愿垂降临。”

尔时，世尊软语安慰彼婆罗门无垢妙光，遍告大众宣言：“汝等皆应往彼婆罗门家摄受供养，为欲令彼获大利故。”于时世尊即从座起，才起座已，从佛身出种种光明，间错妙色，照触十方，悉皆警觉，然后趣道。时婆罗门以恭敬心，持妙香华，与诸眷属及天龙八部、释梵四王，先行治道，奉引如来。

尔时世尊前路不远，中至一园，名曰丰财。于彼园中有古朽塔，摧坏崩倒，荆棘掩庭，蔓草封户，瓦砾埋隐，状若土堆。尔时世尊迳往塔所，于时塔上放大光明，照耀炽盛，于土聚中出声赞言：“善哉！善哉！释迦牟尼，今日所行极善境界。又婆罗门，汝于今日获大善利。”

尔时世尊礼彼朽塔，右绕三匝，脱身上衣，用覆其上，泫然垂泪，涕血交流，泣已微笑。当尔之时，十方诸佛，皆同观视，亦皆流泪，各所放光来照是塔。于时大众惊愕变色，互欲决疑。尔时，金刚手菩萨等，亦皆流泪，威焰炽盛，执杵旋转，往诣佛所，白言：“世尊！此何因缘，现是光相？何如来眼流泪如是？亦彼十方诸佛大瑞光相现前？唯愿如来于此大众解释我疑。”

时薄伽梵告金刚手：“此大全身舍利积聚如来宝塔，一切如来无量俱胝心陀罗尼密印法要，今在其中。金刚手！有此法要在是中故，塔即变为重叠无隙，如胡麻子，俱胝百千如来之身；当知亦是，如胡麻子，百千俱胝如来全身舍利之聚，乃至八万四千法蕴亦在其中；九十九百千万俱胝如来顶相亦在其中；由是妙事，是塔所在之处，有大神验，殊胜威德，能满一切世间吉庆。”

尔时大众闻佛是说，远尘离垢，断诸烦恼，得法眼净。时众机异，利益亦别。须陀洹果、斯陀含果、阿那含果、阿罗汉果、辟支佛道，及菩萨道、阿鞞跋致、萨婆若智，于如是事，各得其一；或有证得初地、二地，乃至十地；或有满足六波罗蜜。其婆罗门远尘离垢，得五神通。时金刚手见此奇特希有之事，白言：“世尊！妙哉奇异，但闻此事，尚获如是殊胜功德，况闻深理，至心起信，得几功德？”

佛言：“谛听！汝金刚手，后世若有信男、信女，及复我等四部弟子，发心书写此一经典，即准书写九十九百千万俱胝如来所说一切经典；即过于彼九十九百千万俱胝如来之前，久植善根；即亦彼诸一切如来，加持护念，犹如爱眼，亦如慈母，爱护幼子。若人读诵此一卷经，即为读诵过去、现在、未来诸佛所说经典。由如是故，九十九百千万俱胝一切如来、应、正等觉，侧塞无隙，犹如胡麻，重叠赴来，昼夜现身，加持其人。如是一切诸佛如来，无数恒沙，前聚未去，后群重来，须臾推迁，回转更赴，譬如细沙，在水旋急，不得停滞，回去复来。若有人以香华涂香、华鬘衣服，微妙严具，供养此经，即成于彼十方九十九百千万俱胝如来之前，以天香华，衣服严具，七宝所成，积如须弥，尽以供养，种植善根，亦复如是。”





尔时，天龙八部，人非人等，闻是说已，各怀希奇，互相谓言：“奇哉威德！是朽土聚，如来神力所加持故，有是神变。”

金刚手复白佛言：“世尊！何因缘故，是七宝塔现为土聚？”

佛告金刚手：“此非土聚，乃是殊妙大宝塔耳！由诸众生业果劣故，隐蔽不现。由塔隐故，如来全身非可毁坏，岂有如来金刚藏身而可坏哉！我若灭度，后世末法逼迫之时，若有众生习行非法，应堕地狱，不信三宝，不植善根，为是因缘，佛法当隐，然犹是塔坚固不灭，一切如来神力所持。无智众生惑障覆蔽，徒朽珍宝，不知采用，以是事故，我今流泪，彼诸如来，亦皆流泪。”

复次，佛告金刚手言：“若有众生书写此经置塔中者，是塔即为一切如来金刚藏宰都婆，亦为一切如来陀罗尼心秘密加持宰都婆，即为九十九百千万俱胝如来宰都婆，亦为一切如来佛顶佛眼宰都婆，即为一切如来神力所护。若佛像中、宰都婆中安置此经，其像即为七宝所成，灵验应心，无愿不满。其宰都婆，伞盖罗网，轮櫟露盘，德字铃铎，楹础基阶，随力所办，或土或木，若石若砖，由经威力，自为七宝。一切如来于此经典加其威力，以诚实言不断加持。若有有情能于此塔，一香一华礼拜供养，八十亿劫生死重罪一时消灭，生免灾殃，死生佛家。若有应堕阿鼻地狱，若于此塔或一礼拜，或一右绕，塞地狱门，开菩提路。塔及形像所在之处，一切如来神力所护，其处不为暴风、雷电、霹雳所害，不为毒蛇、蜈蚣、毒虫、毒兽所伤；不为狮子、狂象、虎狼、野干、蜂虻之所伤害；亦无药叉、罗刹、部多那、毗舍遮、魑魅、魍魉、癩痢之怖；亦复不为一切寒热诸病，痲痿、痲疽、疮疖、疥癩所染。若人暂见是塔，能除一切灾难。其处亦无人马六畜、童子童女疫疠之患，不为横死非命所夭，不为刀杖、水火所伤，不为盗贼怨仇所侵，亦无饥馑贫乏之忧。厌魅咒诅，不能得便。四大天王与诸眷属，昼夜卫护；二十八部大药叉将，日月五星，幢云彗星，昼夜护持。一切龙王加其精气，顺时降雨。一切诸天与忉利天，三时下来亦为供养。一切诸仙三时来集，赞咏旋绕，礼谢瞻仰。释提桓因与诸天女，昼夜三时来下供养。其处即为一切如来护念加持，由纳经故，塔即如是。若人作塔，以土石木、金银铜铅书此神咒安置其中，才安置已，其塔即为七宝所成；上下阶级、露盘、伞盖、铃铎、轮櫟，纯为七宝。其塔四方如来形相，由法要故，一切如来坚住护持，昼夜不去。其七宝塔全身舍利之妙宝藏，以咒威力，擢竦高至阿迦尼吒天宫之中。塔所串峙，一切诸天，昼夜瞻仰，守卫供养。”

金刚手言：“何因缘故，此法如是殊胜功德？”

佛言：“当知以此宝篋印陀罗尼威神力故。”

金刚手言：“唯愿如来哀愍我等，说是陀罗尼。”

佛言：“谛听！思念莫忘！现在、未来一切如来分身光仪，过去诸佛全身舍利，皆在宝篋印陀罗尼。是诸如来所有三身，亦在是中。”尔时世尊即说陀罗尼曰：

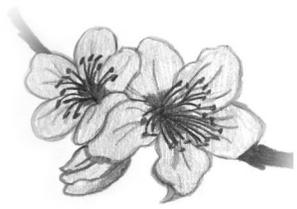
Namah sdeliya divi kanam sarva tathagatanam om bhuvibha vadha vari vachari vachatai
拿莫悉地哩呀地尾噶南 萨瓦 达他噶达南 奥母部尾吧瓦达瓦利瓦者利瓦者泰

suru suru dhara dhara sarva tathagata dhatu dhari padma bhavati jayavari
苏鲁苏鲁达拉达拉 萨瓦达他噶达 达睹达利巴得吗巴瓦地 者呀瓦利

mudri smara tathagata dharma chakra pravartana vajri bodhi bana rumkara
母得利思吗拉 达他噶达达吗扎卡拉 波拉瓦达那 巴者利包地班那 楞卡拉

rumkirti sarva tathagata dhistite bodhaya bodhaya bodhi bodhi buddhya buddhya
楞给哩地 萨瓦达他噶达地思提地 包达呀包达呀 包地 包地 布达呀布达呀

samboddhani samboddhaya chala chala chalamtu sarva varanani sarva papavigate
三布达你 三布达呀 者拉者拉 者懒都 萨瓦瓦拉那你 萨瓦巴巴尾噶地





huru huru sarva sukhavigati sarva tathagata hridaya vajrani sambhara sambhara
户鲁户鲁 萨瓦戍迦尾噶地 萨瓦达他噶达 和利达呀巴者拉你 三巴拉三巴拉

sarva tathagata suhaya dharani mudri buddhi subuddhi sarva tathagata dhistita
萨瓦达他噶达 苏哈呀达拉你母得利 布地苏布地 萨瓦达他噶达地思提达
dhatu garbhe svaha samaya dhistite svaha sarva tathagata hridaya dhatu
达睹噶比斯瓦哈 三吗呀地思提地斯瓦哈萨瓦达他噶达和利达呀达睹

mudri svaha supra tisthita stubhe tathagata dhistite huru huru hum hum svaha
母得利斯瓦哈 苏布拉 地思提达 思度比达他噶达地思提地户鲁户鲁轰轰斯瓦哈

om sarva tathagata usnisa dhatu mudrani sarva tathagatam sadha tuvi bhusita
奥母萨瓦达他噶达 乌思你沙达睹母得拉你萨瓦达他噶单萨达睹尾部西达地

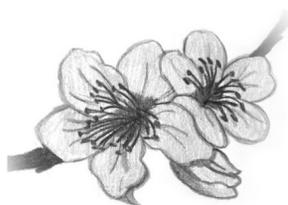
dhistite hum hum svaha
思提地 轰轰斯瓦哈

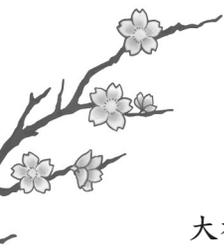
尔时，佛说是神咒已，诸佛如来自土聚中出声赞言：“善哉！善哉！释迦世尊，出浊恶世，为利无依无怙众生，演说深法。如是法要，久住世间，利益广多，安稳快乐。”

于时佛告金刚手言：“谛听！谛听！如是法要，神力无穷，利益无边，譬如幢上如意宝珠，常雨珍宝，满一切愿。我今略说万分之一，汝宜忆持，利益一切。若有恶人死堕地狱，受苦无间，免脱无期，有其子孙，称亡者名，诵上神咒，才至七遍，洋铜热铁忽然变为八功德池；莲生承足，宝盖驻顶，地狱门破，菩提道开，其莲如飞至极乐界，一切种智自然显发，乐说无穷，位在补处。复有众生重罪报故，百病集身，苦痛逼心，诵此神咒二十一遍，百病万恼一时消灭，寿命延长，福德无尽。若复有人慳贪业故，生贫穷家，衣不隐身，食不续命，[(禾*尤)/里]瘦衰蔽，人所恶贱；是人惭愧，入山折采无主搗华，若磨朽木，持以号香，往至塔前礼拜供养，旋绕七匝，流泪悔过；由神咒力及塔威德，灭贫穷报，富贵忽至，七宝如雨，无所缺乏；但当此时，弥饰佛法，施与贫乏，若有吝惜，财宝忽灭。若复有人为种善根，随分造塔，或泥或砖，随力所办，大如庵罗，高四指许，书写神咒，安置其中，持以香华，礼拜供养，以其咒力及信心故，自小塔中出大香云，香气云光周遍法界，薰馥晃曜，广作佛事，所得功德，如上所说；取要言之，无愿不满。若有末世四辈弟子、善男善女，为无上道，尽力造塔，安置神咒，所得功德，说不可尽。若人求福至其塔所，一华一香礼拜供养，右旋行道，由是功德，官位荣耀，不求自至；寿命富饶，不祈自增；怨家盗贼，不讨自败；怨念咒诅，不厌归本；疫疠邪气，不拔自避；善夫良妇，不求自得；贤男美女，不祷自生；一切所愿，任意满足。若有乌雀、鸱枭、鸠鸽、鸛鹑、狗狼、野干、蚊虻、蚁蝼之类，暂来塔影及踏场草，摧破惑障，觉悟无明，忽入佛家，恣领法财。况有众人，或见塔形，或闻铎声，或闻其名，或当其影，罪障悉灭，所求如意，现世安稳，后生极乐。或人随力，以一丸泥涂塔坏壁，运一拳石扶塔磧倾，由此功德，增福延寿，命终之后成转轮王。若我灭后，四部弟子，于是塔前济苦界故，供养香华，至心发愿，诵念神咒，文文句句放大光明，照触三途，苦具皆辟，众生脱苦，佛种芽萌，随意往生十方净土。若人往在高山峰上，至心诵咒，眼根所及，远近世界，山谷林野，江湖河海，其中所有毛羽鳞甲一切生类，碎破惑障，觉悟无明，显现本有三种佛性，毕竟安处大涅槃中。若与此人往过道路，或触衣风，或踏其迹，或唯见面，或暂交语，如是等人重罪咸灭，悉地圆满。”

尔时，佛告金刚手言：“今此秘密神咒经典付嘱汝等，尊重护持，流布世间，不令众生传受断绝。”

金刚手言：“我今幸蒙世尊付嘱，唯愿我等为报世尊深重恩德，昼夜护持，流布宣扬一切世间。若有众生书写受持、忆念不断，我等麾催释梵四王、龙神八部，昼夜守护，不暂舍离。”





佛言：“善哉！金刚手，汝为未来世一切众生大利益故，护持此法，令不断绝。”
尔时世尊，说此宝篋印陀罗尼，广作佛事，然后往彼婆罗门家，受诸供养，令时人天获大福利，却还所住。

尔时大众，比丘、比丘尼、优婆塞、优婆夷，天龙、夜叉、犍闍婆、阿修罗、迦楼罗、紧那罗、摩睺罗伽、人非人等，皆大欢喜，信受奉行。

一切如来心秘密全身舍利宝篋印陀罗尼经

Sebelum Melafalkan mantra Relik, lakukan namaskara dan pujian kepada Guru Agung Sakyamuni Buddha (sebanyak 3 X), setelah itu judul Sutra (sebanyak 3 X), dan dilanjutkan dengan Mantra Relik (minimal 7 X, terbaik sebanyak 21 X), diakhiri dengan pujian gatha Relik Buddha (Fo Tho Se Li Li Can).

Namo Bhagavate Sakyamunaye Tathagataya Arhate Samyaksambuddhaya

一切如来心秘密全身舍利宝篋印陀罗尼经

Sarva Tathagata Dhisthana Hrdaya Guhya Dhatu Karannda Mudra Dharani Sutra

Namo Sdeliya Divikanam Sarva Tathagatanam Om Bhuvibha Vadhavari Vachari Vachathai Suru Suru Dhara Dhara Sarva Tathagata Dhatu Dhari Padma Bhavati Jayavari Mudri Smara Tathagata Dharma Cakra Pravartama Vajri Bodhi Bama Rumkara Rumkirti Sarva Tathagata Dhistite Bodhaya Bodhaya Bodhi Bodhi Buddhya Buddhya Sambodhami Sambodhaya Chala Chala Chalamtu Sarva Varanami Sarva Papavigate Huru Huru Sarva Sukhavigati Sarva Tathagata Hridaya Vajrani Sambhara Sambahara Sarva Tathagata Guhya Dharani Mudri Buddhi Subuddhi Sarva Tathagata Dhistite Dhatu Garbe Svaha Samaya Dhistite Svaha Sarva Tathagata Hridaya Dhatu Mudri Svaha Supra Tisi Tita Stubhe Tathagata Dhistite Huru Huru Hum Hum Svaha Om Sarva Tathagata Usnisa Dhatu Mudrani Sarva Tathagatam Sadha Tuvibhusita Dhistite Hum Hum Svaha. (7 or 21 times)

佛 陀 舍 利 礼 讚

Fo Tho Se Li Li Can

志 心 頂 礼 佛 陀 耶

Ce Hsin Ting Li Fo Tho Ye

相 好 圓 滿 萬 德 尊

Xiang Hao Yen Man Wan Te Cuen

慈 悲 普 化 無 量 界

Che Pei Pu Hua Uh Liang Cie

十 方 三 世 現 金 身

Se Fang San Se Sien Cing Sen;

稽 首 皈 依 我 世 尊

Chi Sou Kui Yi Wo Se Cuen

今 日 得 見 佛 真 身

Cing Je Te Cien Fo Cen Sen

至 誠 稱 讚 大 導 師

Ce Chen Chen Can Ta Tau Se

唯 願 慈 悲 垂 加 護

Wei Yen Che Pei Chui Cia Fu;

佛 在 世 時 我 沈 論

Fo Cai She Se Wo Chen Luen

佛 滅 度 後 我 出 生

Fo Mie Tu Hou Wo Chu Sen

懺 悔 此 身 多 業 障

Chan Hui Che Sen Tuo Ye Cang

今 日 始 見 佛 真 身

Cing Je Se Cien Fo Cen Sen;

我 佛 聖 德 稱 無 上

Wo Fo Sen Te Chen Uh Sang

庇 祐 群 生 降 吉 祥

Pi Yu Chuin Sen Ciang Ci Xiang

閻 浮 提 中 舍 利 現

Yen Fou Thi Cung Se Li Sien

靈 鷲 重 光 妙 法 揚

Ling Ciu Chung Kuang Miao Fa Yang;

大 覺 世 尊 日 月 光

Ta Cie Se Cuen Je Ye Kuang

圓 滿 自 在 真 身 相

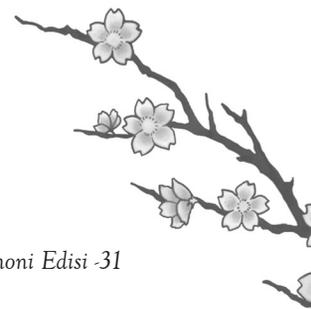
Yen Man Ce Cai Cen Sen Siang

讚 歎 舍 利 勝 功 德

Can Than Se Li Sen Kung Te

迴 向 衆 生 成 正 覺

Hui Siang Cung Sen Chen Cen Cie



Bagaimana Mendeteksi Ajaran Menyimpang



1. Pemimpin selalu benar

Kepemimpinan karismatik ini dilengkapi dengan gelar kehormatan dan berbagai julukan diciptakan tanpa pembuktian dari mana berasal. Ketika ditanyakan dimana, bagaimana dan kapan terjadinya gelar tersebut diraih, maka biasanya jawaban mereka mengelak dan berputar-putar sehingga mengaburkan jawaban sebenarnya.

Pemimpin akan mengklaim pengetahuan tertinggi berasal dari sutta, meditasi dan ayat-ayat tertentu dalam kitab untuk membenarkan pemikiran dan tindakan mereka. Dengan pola pikir tersebut, pemimpin itu merasa memiliki wewenang ilahi untuk mengajarkan orang bagaimana untuk hidup dan berperilaku, seperti pemimpin bermata dalam kerajaan orang buta.

2. Tidak boleh ada pertanyaan

Pengikut ajaran menyimpang biasanya mengutip perkataan pemimpin mereka tanpa pernah menanyai. Jikapun ada pertanyaan kepada pemimpin mungkin dapat mengakibatkan sanksi atau ditinggalkan oleh pemimpin dan anggota lainnya. Bahkan "Kalama Sutta" bisa diputar sesuai interpretasi mereka. Salah satu ayat favoritnya adalah "...bila kamu sendiri tahu hal-hal ini yang baik, hal-hal ini tidak disalahkan, hal-hal ini dipuji oleh para bijaksana, dilakukan dan diamati, hal-hal ini membawa manfaat dan kebahagiaan, maka masuk dan bergabunglah di dalamnya."

Masalahnya adalah para pengikutnya dari waktu ke waktu diberi label bahwa status mereka adalah "Pelajar Dhamma" berhubung karena ketidaktahuan mereka, maka perlu berlatih lebih tekun sebelum mereka dapat memutuskan untuk diri sendiri. Sehingga ini merupakan salah satu bentuk perintah persahabatan spiritual kalyana mitra (hubungan khusus antara pengajar dan muridnya). Namun disayangkan para pengikut ajaran menyimpang cenderung memanfaatkan hubungan ini untuk tujuan mereka sendiri, bahkan mengarahkan pada sistem parasit terus menerus atau ketergantungan berlanjut. Ini merupakan anti-thesis dari hubungan simbolik yang terdapat pada Sangha dan pengikut awam yang diperlihatkan pada aliran utama.

3. Seluruh dunia melawan kita

Kritikan publik dan teguran dari orang-orang yang terlihat lebih berpengetahuan atau terkemuka biasanya membuat pemimpin ajaran menyimpang menciptakan kondisi mereka sebagai kelompok yang tertindas. Pengikutnya secara terus menerus diingatkan bahwa mereka sedang diganggu oleh tangan yang tidak terlihat, oleh orang yang berwenang dan oleh orang-orang yang merasa iri terhadap aliran mereka. Cara mereka satu-satunya untuk menghadapi kekuatan ini adalah berkumpul bersama karena seluruh dunia sedang melawan mereka.

4. Tidak ada orang lain yang benar

Pemimpin ajaran menyimpang percaya mereka memegang kekuasaan dari kebenaran pada metode pengajaran dan cara berlatih. Siapapun yang berkeinginan untuk menghadiri atau berkunjung ke kelompok Dhamma lain akan dijauhi oleh pengikut lainnya dan dianggap sebagai pengkhianat

5. Eksploitasi keuangan

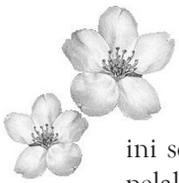
Ajaran menyimpang biasanya sibuk untuk mengumpulkan uang, baik dengan alasan untuk tujuan amal ataupun untuk membangun pusat perkumpulan mereka. Salah satu metodenya adalah menekankan pada ajaran "tanpa pribadi", "tanpa ego", "keserakahan", "kehampaan" dan kemudian menghubungkan dengan bagaimana kekayaan seseorang tidak begitu berarti terhadap kebaikan jika dibandingkan dengan orang yang mendermakan kekayaannya terhadap komunitas untuk penyebaran Dhamma. Kelompok ajaran menyimpang ini mengajarkan bahwa pengorbanan diperlukan untuk kebaikan organisasi lebih baik dibandingkan meletakkan keuangan seseorang di tempat lain.

6. Menggunakan ketakutan dan intimidasi

Ajaran menyimpang bergantung pada intimidasi pribadi dan publik untuk menjaga anggota mereka dalam jalurnya. Dalam ajaran Buddha, khususnya lebih menekankan pada pelatihan pikiran melalui meditasi yang merupakan bagian integral untuk pelatihan. Untuk individu yang masih lemah/menghadapi masalah pribadi untuk bisa bermeditasi, maka para pemimpin karismatik ajaran menyimpang mahir berempati dengan masalah ini.

Ketika pemimpin mereka marah dan menggunakan kata-kata kasar, mereka dijelaskan bahwa hal tersebut sebagai ekspresi "cinta dan kasih sayang". Beberapa pembenaran ini dengan memberi label pada respon agresif





ini sebagai "persahabatan yang sangat akrab". Dan ketika anggota yang tadinya menjadi sasaran juga menjadi pelaku yang mengintai untuk berbuat yang sama, maka intimidasi menjadi lengkap. Ini merupakan psikologi hukum rimba yang berlaku.

Sebagai hasilnya, anggota dari kelompok ajaran menyimpang ini secara berkesinambungan menghadapi pertempuran dalam kelompok itu sendiri untuk mempertahankan keinginan mereka agar diterima dan status mereka dapat meningkat bergantung pada apa yang mereka lakukan. Dengan cara ini pemimpin ajaran menyimpang dapat menjaga kekokohan keanggotaan wajib dan ikatan pada organisasi mereka.

7. Indoktrinasi

Hampir semua ajaran menyimpang dari ajaran Buddha menggunakan suatu teknik mengubah pikiran seperti meditasi, ketakutan pada guru, ketakutan pada karma jahat dan manipulasi emosional untuk mencuci otak para anggotanya untuk tetap tinggal.

Pemimpin tersebut mahir menyusut hati nurani yang bersalah, sering bermain dengan pikiran yang bingung, dan memberikan konseling pribadi tentang pengamatan pembentukan mental setelah satu pertemuan.

Daripada mengarahkan pengikutnya memperkokoh pribadinya untuk menghadapi musuh internal di dalam pribadi, ajaran menyimpang malah menumbuhkan ide-ide pembebasan melalui dukungan komunitas, sehingga dengan demikian mengabdikan ketergantungan pada kekuatan eksternal.

sumber : *How to spot a Buddhist cult*

Diposkan oleh chandadhammo <http://chandadhammo.blogspot.com/2011/05/bagaimana-mendeteksi-ajaran-menyimpang.html>



Portal InfoBuddhis.com

merupakan Media Informasi dan Komunikasi Umat Buddha yang didirikan oleh Forum Komunikasi Umat Buddha - FKUB DKI Jakarta dan online pada tanggal 1 Juni 2007 (bertepatan dengan Hari Trisuci Waisak 2551)

Content :

BERITA BUDDHIS	- Berita Kegiatan Umat Buddha Indonesia
AGENDA KEGIATAN	- Agenda Kegiatan Buddhis Yang Akan Dilaksanakan
LOWONGAN BUDDHIS	- Lowongan Kerja Perusahaan Dan Pencari Kerja Buddhis
USAHA BUDDHIS	- Usaha Umat Buddha
PROPERTI UMAT	- Properti Umat Buddha (Jual - Beli - Sewa)
DIREKTORI BUDDHIS	- Tempat Ibadah dan Links Website Buddhis
ARTIKEL DHARMA	- Artikel Buddha Dharma
TOKOH BUDDHIS	- Tokoh Agama Buddha Indonesia
INFO UMAT	- Kegiatan Umat (Peresmian Kantor / Usaha / Kelahiran / Perkawinan dll)
INFO PARAMITA	- Umat Buddha Yang Membutuhkan Bantuan Dari Umat Buddha
INFO DUKACITA	- Info Umat Buddha Yang Meninggal dan Memoriam
PELAYANAN SEMBAHYANG	- Pelayanan Sembahyang Bagi Umat Buddha
PERATURAN	- Peraturan Keagamaan Dan Peraturan Lainnya
DIREKTORI IKLAN	- Iklan Gratis Bagi Umat Buddha Maupun Lainnya
FORUM DISKUSI	- Forum Diskusi Bagi Umat Buddha
NEWSLETTER	- Berita-Berita Infobuddhis.Com Ke Umat Buddha

Bagi Umat Buddha yang ingin memberikan informasi/ berita dapat langsung mengunjungi website www.infobuddhis.com, E-mail: info@infobuddhis.com

www.InfoBuddhis.com Dari Umat Buddha Untuk Umat Buddha

JJ88

**Pusat Grosir
Pasar Pagi Mangga Dua
Lt. IV Blok A - BA No. 33
Exclusive Boutique Center
Jl. Mangga Dua Raya
Jakarta 14430**

**Telp. (+62 21) 6252302
email: jj88_ng@yahoo.com**



Ilmuwan Temukan Tubuh Manusia Memancarkan Cahaya

Di saat kita memikirkan organisme bercahaya, hanya sedikit yang terlintas dalam benak kita. Contohnya makhluk hidup bercahaya seperti kunang-kunang dan ubur-ubur florescent, tetapi baru-baru ini ilmuwan mengetahui bahwa ternyata tubuh manusia juga memancarkan cahaya.

Melalui usaha gabungan dari para ilmuwan di Tohoku Institute of Technology dan Kyoto University di Jepang, peneliti menemukan bahwa manusia sebenarnya adalah organisme hidup bercahaya.

Secara alami, cahaya yang dipancarkan tubuh manusia tidak terlalu terang. Bahkan cahaya yang dipancarkan tubuh manusia ribuan kali lebih redup dari apa yang bisa ditangkap mata manusia. Tetapi, ilmuwan menemukan bahwa dim cahaya redup florescence ini bisa ditangkap oleh peralatan ultrasensitif seperti kamera CCD (cryogenic charge-coupled-device).

Mengambil Gambar

Untuk bisa menangkap cahaya redup yang dipancarkan tubuh manusia ini, ilmuwan harus terlebih dulu mendinginkan CCD hingga 184 derajat Fahrenheit dan memotret subyek dalam ruang gelap. Cahaya tubuh manusia ditemukan pada tingkat satu foton.

Dalam kamar gelap, lima pria berumur sekitar 20 tahun, berdiri telanjang dada di depan kamera dan diambil gambarnya selama 20 menit tiap tiga jam dari pukul 10:00 - 22:00.

Peneliti dapat mendeteksi emisi ringan dari subyek dengan panjang gelombang 500-700 nanometer, mata manusia dapat menangkapnya dalam bentuk spektrum warna hijau dan merah.

Cahaya apapun, meskipun lemah, namun merupakan suatu fitur menarik dari suatu organisme. Tetapi manusia mungkin tidak spesial dalam hal ini, karena pendaran cahaya ada pada semua organisme hidup apapun.

Tetapi, sebuah studi lain yang dilakukan di Institut Internasional Biofisika di Jerman menemukan bahwa emanasi cahaya meningkat ketika subyek melakukan meditasi. Di sana mereka menemukan perubahan biokimia setelah subyek melakukan meditasi, peneliti mengetahui bahwa latihan meditasi menambah emisi foton manusiawi.

Wajah Terang

Emisi cahaya ultra lemah ini tidak berhubungan dengan temperatur. Namun berhubungan dengan rangkaian reaksi energi kimia yang rumit dalam proses metabolisme, yang memindahkan energi ke fluorophores - komponen molekul yang bertanggung jawab untuk fluorescence.

Tergantung dari jumlah fluorophores dan lingkungan mereka, fluorescence berbeda dalam intensitas dan panjang gelombangnya. Karena itulah mengapa peneliti mengamati bahwa emisi pada wajah lebih kuat dibanding tubuh. Dari pencahayaan seluruh tubuh, wajah adalah yang paling terang, sejumlah fluorophores yang lebih banyak ditemukan di bagian wajah dibanding pada kulit bagian lain.

Peneliti juga menemukan bahwa emisi ringan ini berfluktuasi sepanjang hari, dengan cahaya paling lemah terjadi pada pukul 10:00 dan yang paling kuat pada pukul 16:00 Mereka percaya ini mungkin berhubungan dengan ritme keseharian tubuh manusia - biokimia jam internal kita bertanggung jawab mengatur proses fisik seluruh tubuh.

Menurut peneliti Hitoshi Okamura, ahli biologi sirkulasi keseharian di Kyoto University, penemuan ini menyarankan bahwa emisi cahaya redup ini bisa menolong kondisi medis tertentu.

Sumber : (Leonardo Vintini/ The Epoch Times/ rob); Hitoshi Okamura - Kyoto University





Tahukah Anda Microwave Dapat Menyebabkan Penyakit Jantung dan Kanker?

by dedy m kholik

Sekilas, memang tampak praktis dan efisien. Akan tetapi, microwave juga efek samping yang harus diwaspadai. Seperti dilansir Boldsky, gelombang mikro atau radiasi yang dihasilkan microwave ternyata dapat berdampak buruk bagi kesehatan. Hal yang paling jelas adalah bahwa makanan yang dimasak atau dipanaskan dalam microwave dapat mengurangi kandungan nutrisi penting pada makanan.

Gelombang mikro adalah energi elektromagnetik yang bergerak dalam kecepatan cahaya. Magnetron dalam oven microwave menghasilkan energi gelombang. Energi gelombang ini mengubah polaritas molekul dari positif ke negatif. Polaritas ini berubah jutaan kali setiap detik di dalam microwave. Oven microwave meresonansi molekul makanan dan membuat terpolarisasi ini untuk beresonansi mengikuti frekuensi gelombang elektromagnetik jutaan kali setiap detik. Gesekan ini memanaskan makanan dan juga menyebabkan isomer struktural, yaitu kerusakan struktur dari molekul makanan.

Untuk lebih detailnya, berikut adalah dampak negatif microwave lainnya:

Menghilangkan nutrisi. Beberapa penelitian membuktikan, mengolah atau menghangatkan makanan dalam microwave perlahan dapat menghilangkan asupan vitamin dan mineral pada makanan.

Menciptakan radikal bebas. Microwave memang sangat berguna untuk membantu memudahkan pekerjaan dapur Anda. Namun disaat Anda memanaskan makanan beku di dalam microwave ini sama dengan menciptakan radikal bebas dalam makanan.

Karsinogen. Merupakan salah satu zat yang menyebabkan penyakit kanker. Sebuah penelitian telah membuktikan bahwa radiasi dalam microwave dapat mengkonversi kimia organik dalam makanan menjadi senyawa penyebab kanker.

Mempengaruhi kesehatan jantung. Menurut studi yang dilakukan oleh Dr. Magda Havas dari Trent University menunjukkan bahwa gelombang atau radiasi yang dikeluarkan dapat langsung berpengaruh pada jantung. Faktor ini membuat denyut jantung meningkat atau berdetak lebih cepat dari ukuran normal.

Resiko anemia. Penelitian yang dilakukan oleh dr. Hans Swiss Hertel menunjukkan bahwa mengkonsumsi makanan yang diolah atau dipanaskan dalam microwave dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan penurunan jumlah hemoglobin. Hal ini dapat meningkatkan kemungkinan terkena anemia.

Radiasi microwave dapat menurunkan sistem kekebalan tubuh manusia dan memakan makanan yang dimasak dengan microwave secara teratur dapat menyebabkan hilangnya memori, masalah emosional, dan penurunan IQ. Penggunaan oven microwave telah dilarang di Rusia pada tahun 1976. Daripada menggunakan microwave, Anda dapat menggunakan oven konvensional untuk menghangatkan dan memasak makanan.

Sumber: <https://dedymanholik.wordpress.com>





10 Peralatan Rumah Tangga Pemicu Kanker

Berbagai peralatan rumah tangga seperti pembersih kaca, karpet, hingga oven microwave sangat berjasa membantu pekerjaan rumah tangga. Namun di balik manfaatnya, berbagai alat rumah tangga ini bisa menyimpan ancaman kesehatan.

Banyak di antaranya yang mengandung bahan kimia berbahaya pemicu kanker seperti formaldehida, nitrobenzena, metilen klorida, dan naphthelene, serta racun reproduksi dan pengganggu hormon. Ada juga bahan yang menyebabkan kerusakan hati, ginjal dan otak, alergi dan asma.

Buku 'Cancer: 101 Solutions to a Preventable Epidemic' karya Armstrong memuat daftar beberapa peralatan dan pembersih rumah tangga yang sarat racun karsinogen. Berikut 10 diantaranya, seperti dikutip *Shine*:

1. Penyegar udara

Penyegar udara semprot terbuat dari bahan naphthelene dan formaldehida. Coba ganti wewangian ruangan dengan zeolit atau pewangi alami dari minyak esensial.

2. Pajangan

Kebanyakan pajangan berupa lukisan menggunakan Epoxy dan lem karet semen, cat akrilik, pelarut (thinner), dan spidol permanen yang mengandung karsinogen. Jika ingin mempercantik ruangan, pilih pajangan yang mengandung lebih sedikit bahan kimia.

3. Suku cadang otomotif

Sebagian besar suku cadang otomotif mengandung racun. Jauhkan mereka dari rumah. Bila tak dipakai segera buang ke tempat pembuangan limbah berbahaya.

4. Lilin

Hindari lilin parafin artifisial beraroma yang menghasilkan jelaga. Lebih baik gunakan lilin lebah dengan sumbu kapas.

5. Pembersih karpet

Biasanya pembersih karpet digunakan dalam keadaan kering mengandung unsur karsinogen. Gunakan pembersih karpet cair dari bahan alami seperti cuka dan jeruk lemon dicampur sedikit sabun.

6. *Dry-cleaning*

Pilih pakaian yang tidak memerlukan pembersih perkloroetilena. Mintalah agar pencucian basah, bukan kering. Atau, gunakan pembersihan kering dengan pembersih cair karbon atau jeruk.

7. Pembasmi hama kutu dan serangga

Hindari penggunaan pestisida. Lebih baik simpan makanan lebih baik untuk menghindari berkembangnya serangga dan kutu.

8. Cat dan pernis

Bila mengecat rumah, pilih produk cat yang memiliki VOC rendah atau yang ramah lingkungan.

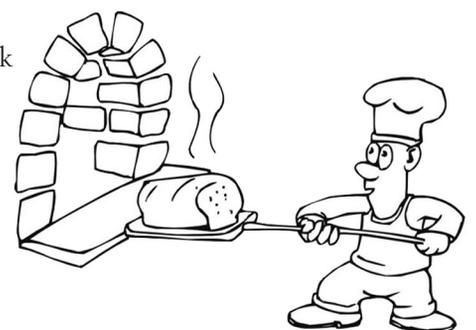
9. Pestisida rumah tangga

Gunakan pestisida alami, misalnya yang diolah dari bawang putih dan cabai atau dari daun pepaya.

10. Microwave

Jangan panaskan makanan dalam microwave di wadah plastik. Lebih baik gunakan wadah dari kaca khusus untuk microwave

Sumber : <http://jekethek.blogspot.com/2011/01/ini-dia-peralatan-rumah-tangga-pemicu.html>



Wadah Aluminium: Si Pembunuh Diam

Written By Kebajikan (De 德)



Peralatan aluminium adalah objek umum yang digunakan di banyak rumah tangga dan memasak makanan di wadah dengan bahan aluminium ini sangat berbahaya bagi kesehatan. Ketika makanan dimasak akan menyerap aluminium dan larut ke dalam makanan dan air selama proses memasak. Ketika makanan dikonsumsi aluminium masuk ke dalam aliran darah dan akan terakumulasi dalam organ sehingga menyebabkan efek buruk pada kesehatan seseorang.

Salah satu dari banyak alasan mengapa peralatan aluminium buruk bagi kesehatan karena mengandung partikel yang disebut ion. Ion ini berbahaya bagi otak dan jika terus-menerus menggunakan peralatan aluminium dapat menyebabkan penyakit Alzheimer.

Mengutip dari Boldsky.com, berikut beberapa alasan mengapa peralatan memasak dari bahan aluminium sangat buruk bagi kesehatan.

1. Sistem Saraf

Menggunakan peralatan berbahan Aluminium dapat memengaruhi sistem saraf pada otak Anda. Hal ini juga salah satu alasan untuk penyakit Alzheimer. Untuk menghindarinya gunakan peralatan dapur dari bahan stainless steel demi kesehatan tubuh Anda.

2. Demensia (pikun)

Peralatan aluminium berpengaruh tidak baik bagi kesehatan, karena memiliki efek buruk baik pada otak manusia. Terbiasa menggunakan peralatan aluminium, dapat menyebabkan terjadinya penyakit otak, gangguan memori bahkan demensia (pikun).

3. Kehilangan daya ingat

Ketika memasak dengan menggunakan peralatan Aluminium dan mengaduk makanan, dapat menyebabkan goresan dan terkelupasnya ion dari panci aluminium, sehingga dapat bercampur dengan bahan makanan tersebut. Ion kecil ini dapat menjadi alasan utama terjadinya kehilangan memori.

4. Kelesuan

Jika Anda biasa menggunakan peralatan Aluminium ketika memasak, perhatikan Apakah Anda memiliki tanda-tanda yang tidak biasa seperti kelelahan atau lesu. Jika demikian, segera lakukan tes medis untuk menemukan masalahnya. Gejala seperti itu bisa disebabkan oleh efek dari penggunaan peralatan aluminium.

5. Osteoporosis

Aluminium mengurangi pertumbuhan tulang, sehingga menjadi penyebab terjadinya osteoporosis. Ini adalah salah satu dari banyak alasan mengapa wanita menderita penyakit tulang keropos pada usia yang lebih muda dari umur yang biasanya.

6. Penyakit ginjal

Bila Anda menggunakan peralatan Aluminium selama periode waktu yang lama, itu dapat mempengaruhi usus besar, ginjal dan juga darah.

7. Penyakit kanker

Meskipun belum tepat pembuktian, bahwa aluminium dapat menyebabkan kanker, namun, diyakini bahwa dapat mengganggu keseimbangan dalam usus besar. Hal ini diyakini bahwa aluminium mengganggu keseimbangan usus besar sampai batas di mana di dalamnya menjadi rentan terhadap kanker. Salam kebajikan (Sumber)

<http://kebajikandalamkehidupan.blogspot.com.au/2015/08/wadah-aluminium-si-pembunuh-diam.html>





Bhiksu Tua dan Bhiksu Muda

by *sinarnurani*

Seorang bhiksu tua dan bhiksu muda sedang berpergian dengan berjalan kaki. Mereka berjalan bersama melewati hutan-hutan, pegunungan-pegunungan, dan lembah-lembah. Ke mana pun mereka pergi, bhiksu tua selalu berjalan mendahului, sementara bhiksu muda, memanggul barang mereka, membuntuti di belakang. Sepanjang perjalanan, mereka berdua merawat dan menjaga satu sama lain.

Sewaktu bhiksu muda berjalan-jalan, ia berpikir sendiri, “Kita bersyukur dilahirkan sebagai manusia, tapi dalam waktu hidup yang singkat kita harus melalui siklus kelahiran, usia tua, sakit, mati dan menahan penderitaan kelahiran kembali. Alangkah menderitanya hidup kita ini jadinya! Berhubung saya sudah memutuskan untuk menyerahkan hidup saya untuk pengembangan rohani, saya harus menjaga teguh janji saya untuk menjadi seorang Bodhisattva dan menolong orang yang menderita. Saya tidak boleh malas dan harus melakukan yang terbaik untuk melatih diri.”

Ketika bhiksu muda sedang berpikir tentang hal tersebut, tiba-tiba bhiksu tua berbalik dan sambil tersenyum berkata kepadanya, “Ayo, berikan barang bawaan itu kepada saya dan berjalanlah lebih dulu dari saya.” Meskipun bingung mendengar hal tersebut, bhiksu muda itu melakukan apa yang diperintahkan gurunya.

Tanpa barang bawaan, bhiksu muda tiba-tiba merasa tidak ada yang membebani dan santai. Pikirannya mulai melayang, “Kitab Buddha mengatakan bahwa para Bodhisattva harus membantu semua makhluk hidup yang sedang menderita sebaik yang dapat mereka lakukan. Betapa lelahnya menjadi Bodhisattva! Dunia dipenuhi oleh orang-orang yang menderita. Bagaimana mungkin kita dapat menolong mereka semua? Lebih baik saya menjaga diri sendiri daripada direpotkan oleh penderitaan orang lain.”

Begitu pikiran ini timbul, bhiksu tua memanggilnya dengan suara yang keras, “Berhenti!” Bhiksu muda segera menengok dan tercengang melihat mimik wajah gurunya yang marah. Bhiksu tua itu mengembalikan barang bawaan kepadanya dan berkata, “Ambillah ini dan berjalanlah di belakang saya.”

Bhiksu muda melakukan sesuai yang diminta gurunya. Segera ia berpikir lagi, “Bagaimana bisa kita makhluk hidup jadi menderita? Saya senang dan terbebas dari bawaan beberapa saat yang lalu, tapi saya menjadi tidak gembira dalam sekejap kedipan mata. Pikiran manusia berubah-ubah dan tidak dapat dipercaya.” Menyadari pada dasarnya pikiran manusia mudah berubah, ia sekali lagi bersumpah untuk mengembangkan jiwa Bodhisattvanya agar tetap tenang dan tenteram, serta tidak terpengaruh oleh lingkungan luar. “Lagipula, sebagai orang baru, saya dapat bertemu banyak orang dan menghibur mereka yang sedang menderita. Ini akan menjadikan hidup bermakna,” pikirnya.

Lalu bhiksu tua berpaling, mengambil barang bawaan dari bhiksu muda, dan menyuruhnya untuk berjalan kembali di di depannya.

Waktu terus berlalu, tapi bhiksu muda masih terus bimbang antara melakukan pelatihan diri atau berhenti. Untuk ketiga kalinya bhiksu tua memarahinya, akhirnya bhiksu muda menanyakan gurunya mengapa sikapnya terus berubah-ubah.

Bhiksu tua menjawab, “Meski kamu menunjukkan minat pada pelatihan diri, kamu belum cukup serius untuk menjalaninya. Kamu cepat untuk mengambil sumpah, tapi kamu juga cepat memungkirinya. Jika kamu terus mengubah pikiranmu seperti itu, bagaimana mungkin kamu dapat mencapai tujuan?”

Pada saat ia mendengar perkataan itu, tiba-tiba bhiksu muda merasa malu sendiri. Ia mengetahui gurunya benar. Setelah merenung beberapa saat, ia mengambil keputusan untuk mendedikasikan dirinya pada latihan diri lagi. Ketika bhiksu tua menyuruhnya untuk mendahuluinya, bhiksu muda tidak berani melakukannya. “Guru, kali ini saya benar-benar setia dengan janji saya. Saya akan memegang teguh janji itu dan tidak akan pernah keluar lagi.”

Merasakan keteguhan muridnya, bhiksu tua tersenyum. Kemudian, mereka berdua berjalan berdampingan, berbicara, dan tertawa riang bersama-sama.

<https://sinarnurani.wordpress.com/>





Kumpulan 100 Pepatah Tionghua Terbaik

Written By Kim Regina

Ketika kita melihat orang-orang dengan karakter yang bertentangan dengan kita, kita seharusnya melihat dan menilai karakter diri kita sendiri. ~ Confucius ~

“Kesederhanaan membawa kepuasan dan semua hal akan tumbuh dengan baik, dalam ketiadaan akan sesuatu yang berantakan dan rumit”. (Dr.Maoshing Ni)

Lestarikan sumber daya anda, dan jangan biarkan orang lain melakukan apa yang mampu anda lakukan sendiri ! (Dr.Maoshing Ni)

Men's natures are alike, it is their habits that carry them far apart. Kedewasaan manusia itu sama, adalah kebiasaan mereka yang membuat kedewasaan mereka berbeda. (Confucius).

What the superior man seeks is in himself and what the small man seeks is in others. Orang-orang yang kuat mencari sesuatu (potensi) di dalam dirinya sendiri. Sementara orang yang lemah mencari sesuatu (potensi) pada diri orang lain. (~ Confucius ~)

” The man who moved a mountain was the one who began carrying away small stones.” Orang yang mampu menggerakkan gunung adalah orang yang mulai mengangkut batu-batu kecil secara bertahap.

Kebanyakan orang hanya mencari status dan kekayaan, tetapi di dalam dunia ini berapa banyak yang bisa diperoleh ? Bintang-bintang, dan bulan, gunung-gunung dan air mengalir, setiap kuntum bunga dan setiap kelompok rumput, semua ada disana untuk kamu nikmati.

To be able under all circumstances to practice five things constitutes perfect virtue: these five things are gravity, generosity of soul, sincerity, earnestness, and kindness. Merupakan kebijaksanaan yang sempurna ketika kita mampu mempraktikkan lima hal dalam keadaan yang bagaimana pun. Kelima hal tersebut adalah: tidak bergeming (apa pun keadaannya), kemurahan jiwa, ketulusan, kesungguhan hati, dan kebaikan. (Confucius)

Setiap benda ada gunanya, betapapun rendahnya, setiap hal punya tempatnya di alam ini.

Bila ada cahaya dalam jiwa.maka akan hadir kecantikan dalam diri seseorang. Bila ada kecantikan dalam diri seseorang.akan hadir keharmonisan dalam rumah tangga.Bila ada keharmonisan dalam rumah tangga,akan hadir ketertiban dalam negara.Dan bila ada ketertiban di dalam negara,akan hadir kedamaian dunia.

Pada umumnya, orang hidup dalam dualisme, karenanya ada kalah dan menang. Jika pemandangan bagus, saya senang, jika pemandangan tidak bagus saya kecewa.

The superior man, when resting in safety, does not forget that danger may come. When in a state of security he does not forget the possibility of ruin. When all is orderly, he does not forget that disorder may come. Thus his person is not endangered, and his states and all their clans are preserved. Seorang pemimpin yang hebat, ketika dia dalam keadaan aman, dia tidak lupa bahwa bahaya mungkin datang. Saat dia berada di puncak, dia tidak lupa bahwa kemungkinan jatuh itu selalu mengintai. Ketika segalanya terasa damai, dia tidak lupa bahwa kekacauan bisa saja terjadi. Oleh karena itu, orang tersebut tidak pernah menimbulkan bahaya, dan negara serta semua orang yang ada di sekitarnya merasa aman. (Confucius)

Tidak memikirkan masa lalu dan masa depan, tetapi nikmati satu saat ke saat lainnya adalah keberuntungan sejati.

Sesuatu yang menakjubkan dan luar biasa tak tahan lama. Yang bertahan adalah sederhana dan biasa. Semua yang dibuat akan kehilangan rasa alaminya. Hanya yang alamiah yang sejati.

Respect yourself and others will respect you. Hargailah diri Anda sendiri, maka orang lain pun akan menghargai Anda. (Confucius)

He Who will not economize will have to agonize. Dia yang tidak bersikap ekonomis (pada akhirnya) pasti akan menderita. (Confucius)

Our greatest glory is not in never falling, but in getting up every time we do. Keberhasilan terbesar kita bukanlah karena tidak pernah gagal, tetapi bagaimana kita bangkit setiap kali kita mengalami kegagalan.(Confucius)

Sesaat kesabaran bisa menangkal bencana besar. Sesaat ketidaksabaran bisa menghancurkan kehidupan

Sepanjang engkau mengadakan hubungan langsung dengan setiap situasi engkau akan menjadi benda dan benda itu akan menjadi kamu.





Jika kamu memberikan uang saku kepada orang lain, mereka juga akan memberimu peluang.

I hear and I forget. I see and I remember. I do and I understand. Saya mendengar dan saya lupa. Saya melihat dan saya ingat Saya melakukan dan saya pun mengerti. (Confucius)

Berhati-hati di saat awal, bertindak dengan waspada, merupakan kunci menuju keberhasilan.

Seseorang yang belum pernah ditipu tidak dapat menjadi seorang pebisnis yang baik.

Satu kegembiraan menghancurkan seratus kedukaan.

Seseorang yang memperlakukan orang dengan kasih dan berkemanusiaan akan bertindak sesuai kebenaran. Ia tidak akan membiarkan orang lain mempengaruhinya tetapi ia membuat fondasi hidupnya sendiri. Mengapa membiarkan diri terjebak kemasyuran dan kekayaan ?

Forget injuries, never forget kindness. Lupakan kesalahan, tetapi jangan pernah lupakan kebaikan. (Confucius)

Jika seseorang bekerja hanya sebatas kebutuhannya, dia seorang budak. Jika seseorang bekerja melebihi kebutuhannya, dia seorang yang bebas.

Tujuan memperoleh pengetahuan adalah memelihara karakter seseorang. Tetapi orang yang hanya mengejar pengetahuan sebagai tujuan akhir, akan kehilangan makna pendidikan.

Everything has its beauty but not everyone sees it. Segala sesuatu memiliki keindahannya sendiri, tetapi tidak semua orang bisa melihat keindahannya. (Confucius)

Sifat manusia pada dasarnya baik tetapi sering di tutup keinginan-keinginan, sehingga mendadak kehilangan daya lihatnya.

A bird does not sing because it has an answer, but it sings because it has a song. Seekor burung bernyanyi bukan karena ia mempunyai sebuah jawaban, tetapi ia bernyanyi karena ia memang memiliki nyanyian.

Ditolong orang lain dan berbuat salah, tidak boleh dilupakan. Sebaliknya menolong orang dan diperlakukan tidak baik harus dilupakan. Inilah hukum hubungan yang harmonis.

Cinta sejati mekar bukan hanya di dalam hati, tetapi juga di dalam jiwa kita. (~ Hua Ching Ni ~)

Bila ada cahaya dalam jiwa, maka akan hadir kecantikan dalam diri seseorang. Bila ada kecantikan dalam diri seseorang akan hadir keharmonisan dalam rumah tangga.

Jika pengetahuan di gunakan dengan baik, akan bermanfaat. Tetapi orang jahat akan menggunakan pengetahuan pengetahuan untuk berbuat kejahatan.

Setiap kebenaran bermakna tetap dan nyata. Tujuan belajar adalah memahami semangatnya dan bukan hasilnya.

Orang yang berkata bahwa sesuatu tidak dapat dikerjakan tidak boleh mengganggu orang yang sedang mengerjakannya.

Bila seseorang merasa sedih, ia harus bangkit untuk tak kehilangan harapan. Bila masalah teratasi, akan ada damai di hati. Seseorang yang congkak lupa rintangan dan mengalami kemunduran.

Clear conscience never fears midnight knocking. Hati nurani yang bersih tidak pernah takut pada ketukan pintu di tengah malam.

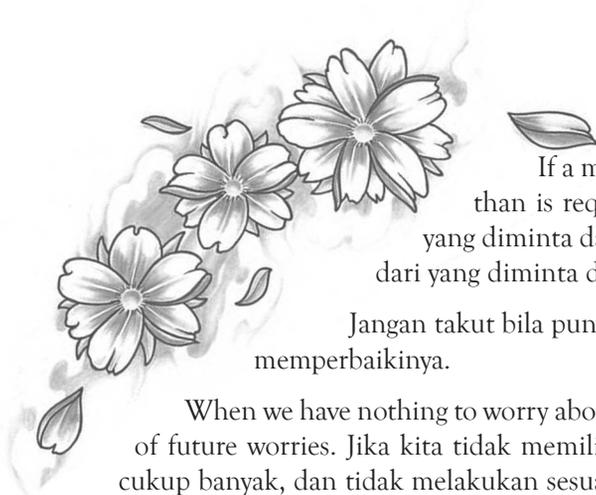
Bila ditarik, yang bungkuk tidak dapat di rentangkan lagi. Bila penuh, bulan tidak dapat lebih terang lagi. Orang yang tahu batas tahu rasa puas. Ia tidak jauh dari jalannya.

A great fortune depends on luck, a small fortune depending on the craft. Keberuntungan yang besar tergantung pada kemujuran, keberuntungan yang kecil tergantung pada kerajinan.

Baik buruknya segala sesuatu di dunia, tergantung pandangan seseorang.

Don't be afraid of advanced slowly, be afraid of nothing progress Jangan takut bila maju perlahan, takutlah bila tidak ada kemajuan.

Mereka yang berbuat buruk dan takut ketahuan hati nuraninya tertekan. Mereka harus diberi kesempatan bertobat dan kembali ke jalan yang benar. Mereka yang berjasa dengan berharap pujian, pada dasarnya busuk.



If a man does only what is required of him, he is a slave. If a man does more than is required of him, he is a free man. Jika seseorang hanya melakukan apa yang diminta darinya, maka ia adalah seorang budak. Jika seseorang melakukan lebih dari yang diminta darinya, ia adalah seorang yang bebas.

Jangan takut bila punya salah dan kekurangan. Lebih buruk lagi bila tahu salah tetapi tidak memperbaikinya.

When we have nothing to worry about we are not doing much, and not doing much supplies us with plenty of future worries. Jika kita tidak memiliki sesuatu untuk dikhawatirkan, kita tidak akan melakukan sesuatu cukup banyak, dan tidak melakukan sesuatu yang banyak akan memberikan kekhawatiran yang banyak kepada kita.

Belajarlh Untuk Tidak Menyalahkan Orang Lain, Belajarlh Untuk Lebih Menghargai Orang Lain, Karena Kita Butuh Orang Lain.

Give me a fish and I eat for a day. Teach me to fish and I eat for a lifetime. Berikan kepadaku seekor ikan dan aku makan selama satu hari. Ajari aku memancing dan saya akan makan seumur hidupku.

Kata-kata yang diucapkan sembarangan dapat mewujudkan perselisihan. Kata-kata yang kejam dapat menghancurkan suatu kehidupan. Kata-kata yang diucapkan pada tempatnya dapat meredakan ketegangan. Kata-kata yang penuh cinta dapat menyembuhkan dan memberkati.

In the midst of great joy, do not promise anyone anything. In the midst of great anger, do not answer anyone's letter. Di tengah-tengah kesenangan, jangan membuat janji kepada seseorang. Ditengah-tengah kemarahan, jangan menjawab surat seseorang.

"Siapa yang berbuat KEBAIKAN Walaupun KEBERUNTUNGAN belum datang Namun MALAPETAKA sudah menjauh." "Siapa yang berbuat KEJAHATAN. Walaupun MALAPETAKA belum datang Namun KEBERUNTUNGAN sudah menjauhinya."

Menyimpang seinci, rugi seribu batu

Bila ketamakan muncul, pengetahuan intuitif seseorang tentang yang baik ambruk. Maka ia tak dapat membedakan benar dan salah sehingga muncul ketidak-acuhan dan kebodohan.

With money you can buy a house but not a home. With money you can buy a clock but not time. With money you can buy a bed but not sleep. With money you can buy a book, but not knowledge. With money you can buy a doctor, but not good health. With money you can buy a position but not respect. With money you can buy blood but not life. With money you can buy sex but not love. Dengan uang anda dapat membeli rumah tetapi tidak dapat membeli kehidupan. Dengan uang anda dapat membeli jam tetapi tidak dapat membeli waktu. Dengan uang anda dapat membeli tempat tidur tetapi tidak dapat membeli tidur. Dengan uang anda dapat membeli buku tetapi tidak dapat membeli pengetahuan. Dengan uang anda dapat membeli dokter tetapi tidak dapat membeli hidup sehat. Dengan uang anda dapat membeli kedudukan tetapi tidak dapat membeli kehormatan. Dengan uang anda dapat membeli darah tetapi tidak dapat membeli hidup. Dengan uang anda dapat membeli seks tetapi tidak dapat membeli cinta.

Godaan dari luar membuat seseorang lupa daratan sedangkan ketamakan membuat orang bodoh. Orang harus waspada selalu agar kemurnian sifatnya terpelihara.

Berdoalah dengan motivasi hati yang murni bukan untuk kepuasan hawa nafsu

Surga dan neraka bukanlah tempat dimana orang akan pergi setelah mati, melainkan di sini dan sekarang. Baik dan jahat semuanya ada dalam pikiran, dan pintu kesurga atau neraka akan terbuka untukmu kapan saja.

Jika engkau menggunakan kata kata untuk menjelaskan, akan ada salah. Jawaban paling lengkap ada dalam pertanyaan itu sendiri.

Langit adalah adil, dan tidak ada orang yang dikecualikan. Yang bisa menolong dirimu adalah dirimu sendiri.

Mereka yang terburu buru mengharapkan hasil, cenderung tidak mendapatkan apapun pada akhirnya. Perhatian pada peristiwa sehari hari adalah jalan keluarnya.

Dimana ada pengetahuan dan perasaan kalah dan menang, kegembiraan dan kesedihan juga ada. Berhasil mengatasi baik dan buruk, kalah dan menang, adalah keberuntungan sejati.





Dimensi-dimensi religiusitas

Dimensi-dimensi religiusitas adalah bagian-bagian yang tidak terpisahkan dari sikap religius. Menurut Glock dan Stark (dalam Ancok), ada 5 dimensi religiusitas (keagamaan) yaitu:

Dimensi keyakinan/ideologik

Dimensi ini berisi pengharapan-pengharapan dimana orang religius berpegang teguh pada pandangan teologis tertentu dan mengakui kebenaran doktrin tersebut. Misalnya keyakinan akan adanya malaikat, surga dan neraka.

Dimensi praktik agama/peribadatan

Dimensi ini mencakup perilaku pemujaan, pelaksanaan ritus formal keagamaan, kataatan dan hal-hal yang dilakukan orang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya. Praktik-praktik agama ini terdiri atas dua kelas penting, yaitu:

1. Ritual, mengacu kepada seperangkat ritus, tindakan keagamaan formal dan praktik-praktik suci yang semua mengharapkan para pemeluk melaksanakannya.
2. Ketaatan, apabila aspek ritual dari komitmen sangat formal dan khas publik, semua agama yang dikenal juga mempunyai seperangkat tindakan persembahan dan kontemplasi personal yang relatif spontan, informal dan khas pribadi.

Dimensi Pengalaman

Dimensi ini berkaitan dengan pengalaman keagamaan, perasaan, persepsi dan sensasi yang dialami seseorang atau didefinisikan oleh suatu kelompok keagamaan (atau masyarakat) yang melihat komunikasi, walaupun kecil, dalam suatu esensi ketuhanan yaitu dengan Tuhan, kenyataan terakhir, dengan otoritas transedental.

Dimensi pengetahuan agama

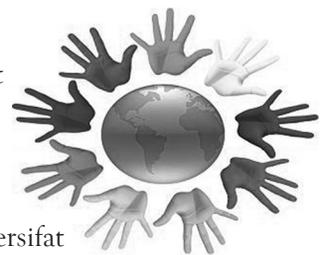
Dimensi ini mengacu pada harapan bagi orang-orang yang beragama paling tidak memiliki sejumlah minimal pengetahuan mengenai dasar-dasar keyakinan, ritus-ritus, kitab suci dan tradisi-tradisi.

Dimensi Konsekuensi

Dimensi ini mengacu pada identifikasi akibat-akibat keyakinan keagamaan, praktik, pengalaman dan pengetahuan seseorang dari hari ke hari. Dengan kata lain, sejauh mana implikasi ajaran agama mempengaruhi perilakunya.

Fungsi Agama Dalam Kehidupan

Fungsi agama dalam kehidupan merupakan sebuah arah dan pedoman. Menurut Jalaluddin (2004) agama memiliki beberapa fungsi dalam kehidupan manusia, yaitu sebagai berikut:



Fungsi Edukatif

Ajaran agama memberikan ajaran-ajaran yang harus dipatuhi. Dalam hal ini bersifat menyuruh dan melarang agar pribadi penganutnya menjadi baik dan terbiasa dengan yang baik.

Fungsi Penyelamat

Keselamatan yang diberikan oleh agama kepada penganutnya adalah keselamatan yang meliputi dua alam, yaitu dunia dan akhirat.

Fungsi Perdamaian

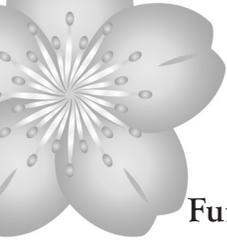
Melalui agama, seseorang yang bersalah atau berdosa dapat mencapai kedamaian batin melalui tuntunan agama.

Pengawasan Sosial

Ajaran agama oleh penganutnya dianggap sebagai norma, sehingga dalam hal ini agama dapat berfungsi sebagai pengawasan social secara individu maupun kelompok.

Fungsi Pemupuk Rasa Solidaritas

Para penganut agama yang sama secara psikologis akan merasa memiliki kesamaan dalam kesatuan; iman dan kepercayaan. Rasa kesatuan ini akan membina rasa solidaritas dalam kelompok maupun perorangan, bahkan kadang-kadang dapat membina rasa persaudaraan yang kokoh.



Fungsi Transformatif

Ajaran agama dapat mengubah kehidupan kepribadian seseorang atau kelompok menjadi kehidupan baru sesuai dengan ajaran agama yang dianutnya, kehidupan baru yang diterimanya berdasarkan ajaran agama yang dipeluk kadangkala mampu merubah kesetiannya kepada adapt atau norma kehidupan yang dianut sebelumnya.

Fungsi Kreatif

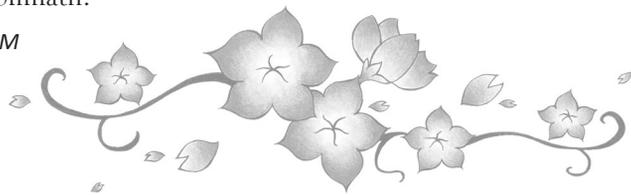
Ajaran agama mendorong dan mengajak para penganutnya untuk bekerja produktif bukan saja untuk kepentingan diri sendiri, tetapi juga untuk kepentingan orang lain. Penganut agama bukan saja disuruh bekerja secara rutin dalam pola hidup yang sama, akan tetapi juga dituntut untuk melakukan inovasi dan penemuan baru.

Fungsi Sublimatif

Ajaran agama mengkuduskan segala usaha manusia, bukan saja yang bersifat agama ukhrawi melainkan juga yang bersifat duniawi. Segala usaha manusia selama tidak bertentangan dengan norma-norma agama bila dilakukan atas niat yang tulus, karena dan untuk Allah merupakan ibadah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa fungsi agama bagi manusia yaitu fungsi edukatif, fungsi penyelamat, fungsi perdamaian, fungsi pengawasan sosial, fungsi pemupuk solidaritas, fungsi transformatif, fungsi kreatif dan fungsi sublimatif.

Sumber: *PSYCHOLOGYMANIA.COM*



Givenchy

**ITC Mangga Dua
Lt. IV Blok D No. 65
Jl. Mangga Dua Raya
Jakarta 14430**

Telp. (+62 21) 6126550



In Plus

**Lt. 3 Blok A/BA 12
Pasar Paksi Mangga Dua**

Telp. (+62 21) 6286442 - 6251776

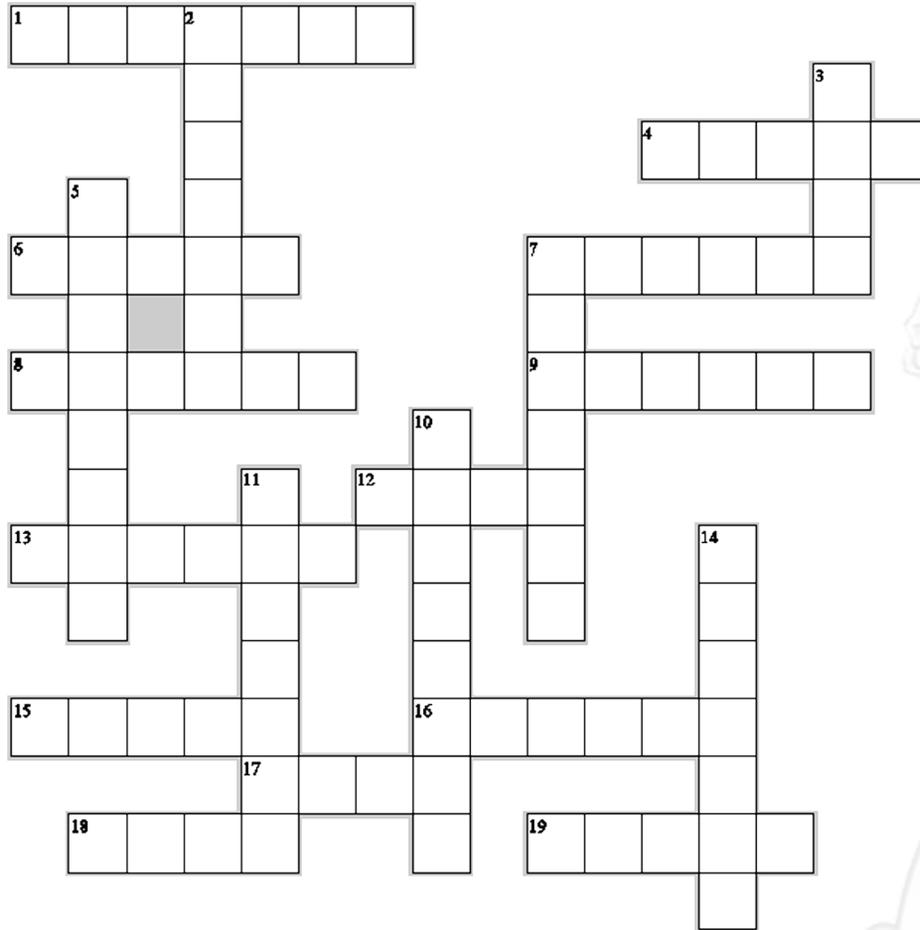
TTS Buddhis Harmoni edisi 31/15

Mendatar

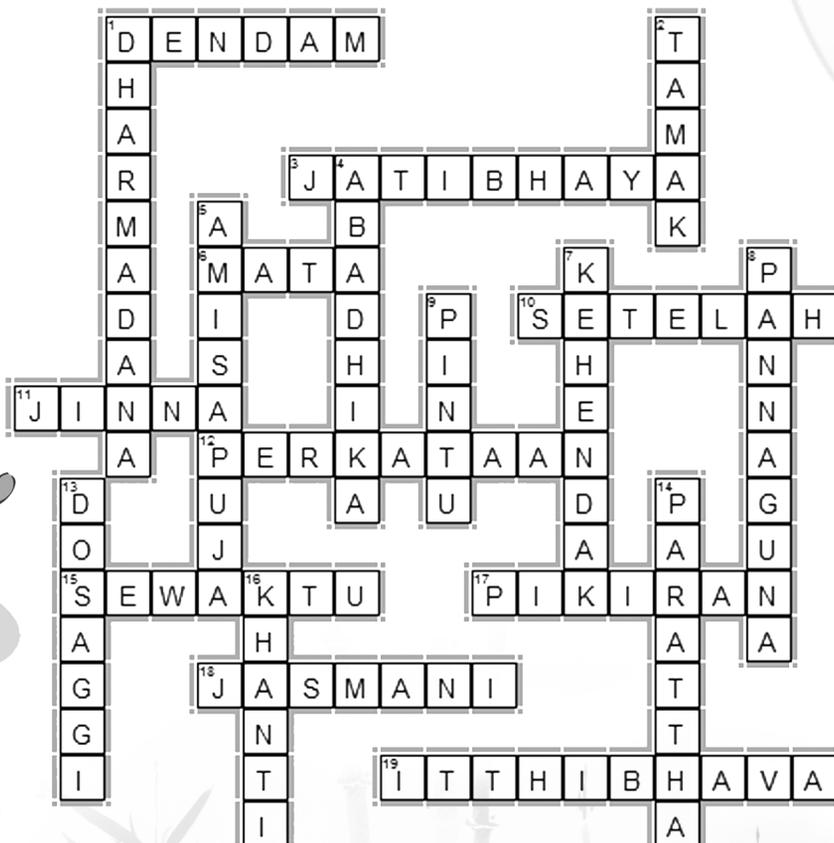
1. pembebasan
4. lohita
6. hetu
7. yang bangun
8. kebaikan
9. api hawa napsu
12. ninda
13. jyotis
15. unsur dasar
16. tidak terganggu
17. dhupa
18. kedunguan
19. garuka

Menurun

2. keputus-asaan
3. kesederhanaan
5. iddhi
7. sevana
10. puja
11. itikat jahat
14. attha



Jawaban TTS Buddhis Harmoni edisi 30/15





Nama Harum Pelindung Dharma

Anita Hasan	Sui Cin Lee
Charles Lie	Tio Lina
Grayson Lie	Y. T. Mac
Husein Alidjurnawan	Alm. Widjaja Simbara
Julimeina Lie	陈存福 (往生者)
Kevin Lie	陈忠斌 (往生者)
Paul Mac	关玉妹

Nama Harum Penyantun Dana

Adrian Wijaya	Josephine Shinta W. H
Amri Ngadiman	Juliani Citra
Angelia Wijaya	Jurianto Wirana
Anggraini Mashuri	Judo Erna Samudra
Benny Tjokro	Kel. Christiono Tjia
Benny Wibowo	Kel. David Widjaja
Binawan Tandanu	Kel. Hartono
Budi Santoso	Kel. Joni Lee
Budiman Kornelius	Kel. Lie Gek Tjoe
Carryn. N	Kel. Liem Vincent Wijaya
Dannie. S	Kel. Teddy Halim
Deling	Khoe Sioe Tin
Deny	Lilis Wijaya
Denny Setiawan	Lily Tanama
Dhamma Viriya	Lim Song Lung
Dheawanda Wijaya	Linda
Dharma Putra Nanda	Linawati
Djieky Tantono	Liana Dewi Lie
Eddy Iskandar	Lui Saw Kian
Effendi	Luyanto Setiawan
Eka Surya Kurniawan	Martin Hadianto Ali Warga
E. Setiawan	Medi Ruhyat Sujana
Enzie R	Melinda Indajang
Felianna	Mery
Ferry Diana	Mimie
Gunawan Ingkokusumo	Nanda
Giok Cin	Nelly Wu
Goei Lie Kaw Meng	Nurlela
Hasan Lim	
Herry	
Hendry Sofani	
Henny	
Heti Mulliyannah	
Ivany Angelia	
Janny. H	
Jeffre Wiraputra	
Jeni. H	

Peter Christian Tanusy
Pheng Chi Mei
Phie Vonni
Pijen Ramli
Sakyaputra. S
Setiawan
Silvi
Simananda. DA
Subur Hardjono
Sugianto
Sulman
Sumadi
Sunarto Gunawan
Sutifa Maulana
Susan Indrawati
Tammy Teesha
Tan Phek Wan
Teoh Friska
Then Ban Pin
Thinny Sumarto
Tio Kim Sing
Vihara Indraloka Semarang
Vihara Hok Tek Bio Salatiga
Welly Koeshadi Sutanto
Wenny
Widia
Winson Sutanto
Wiseli
Yuliana Dai

Nama Harum Donatur

Abidin Wongso	Kel. Watla Awi
Aida	Kiman Karel
Albert Gozali	Law Yok Cin
Alvin Aditya	Liem Akie
Amin Lomantoro	Lindawaty
Amri Ngadiman	Lydia Simbara
Andi Kwandi Nata	Maggy Tio
Andrian Wijaya	Michael
Ani Anita	Michelle Xiafu
Ardy Aditya	Morgan
Audrey Faustine Wu	Mujito Junus
Aurellia Gozali	Naomi Tannizar
Aurelia Faustine Wu	Ngo Guan Wie
Celine Wong	Ong Li Cien
Claudio Gozali	Pangodian Tio
Erlin Kwandinata	Roby, Dewi. M & Wanda. A
Felix Leo Tannizar	Steven Fuser
Goh Kim Sun	Subhawa
Goh Kim Yie	Suhardi
Goh Soe Giok	Sudarwi Tanujaya
Goh Soe Ngo	Surya Lautan
Goh Suk Lie	Susanto Ujang
Hasyim Ujang	Takwin Jono & Jenna
Ho Chiau Ken	Teng Se Na
Hokki Oloan Tio	Thiam Hok
Huang Cien Nan	Tinie Satio
Iskandar	Tjinla Awi
Jafar Ng & Emah	Tjoe Cin Mei
Jennifer Ng	Tjoe Cin Ni
Juliana Simbara	Tjoe Cin San
Karen Tan	Tjoe Kim Tjoe
Kel. Gunawan	Vanessa Gozali
Kel. Herman Tanton	Vincent Austine Wu
Kel. Hiangni Awi	William Simbara
Kel. Indra Lenggana	Almh. Melina
Kel. Kok Jin	Alm. Sugiatto
Kel. Kok Siang	Alm. Sukandar
Kel. Kok Wie	Alm. Suleman
Kel. Leo Chandra	

Majalah Harmoni dicetak sebanyak 10.000 eksemplar dan didistribusikan secara gratis ke segenap penjurur, untuk memberikan manfaat dan sukacita kepada seluruh umat Buddha pada khususnya, dan kepada masyarakat luas pada umumnya. Demi masa depan dan kelangsungan hidup serta tuntutan profesionalisme akan kualitas dan kuantitas Majalah Harmoni untuk edisi-edisi berikutnya, kami menghimbau dan menyetujui para dermawan, donatur serta para umat Buddha, agar dapat berdana secara rutin dan berkesinambungan ke rekening:
BCA KCP Fatmawati No. a/c.: 071-3022-249
a/n. "Majalah Harmoni".

Kami segenap pengurus Majalah Harmoni mengucapkan banyak terima kasih atas kebajikan dan dana yang telah diberikan. Semoga kita semua maju dalam Buddha Dharma, Svaha.

Mohon maaf apabila terdapat kesalahan dalam penulisan Nama Harum Pelindung Dharma, Nama Harum Penyantun Dana, dan Nama Harum Donatur.

Bagi para Donatur dan Dermawan yang ingin berdana silakan mentransfer:

1. Account SAMADHI

BCA (KCP Fatmawati) a/c 071-3022-206 a/n Sangha Mahayana Buddhis Internasional; email : samadhi_international@yahoo.com

2. Account MAHABUDHI

BCA (KCP Fatmawati) a/c 071-3022-273 a/n Majelis Mahayana Buddhis Indonesia; email : mahabudhi_org@yahoo.com

3. Account PADMADHI

BCA (KCP Fatmawati) a/c 071-3015-188 a/n Pemuda Mahayana Buddhis Indonesia; email : padmadhi_org@yahoo.com