

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

**Pendiri**

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

**Pelindung**

Direktur Urusan dan Pendidikan Agama Buddha  
Departemen Agama Republik Indonesia

**Penasehat**

Sangha Mahayana Buddhist Internasional

**Penerbit**

Majelis Mahayana Buddhist Indonesia

**Penanggung Jawab**

YM. Bhiksu Tadisana Paramita Mahasthavira

**Pemimpin Redaksi**

Irwan Saputra, S.E.

**Bendahara**

YM. Bhiksu Samantha Kusala Sthavira

**Staf Redaksi**

Agus Triono, S.T  
Daniel  
Variansi

**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  
Edo Renaldo

**Korespondensi**

Seluruh Dewan Pengurus Daerah  
Majelis Mahayana Buddhist Indonesia  
dan Lembaga Keagamaan Anggota  
Majelis Mahayana Buddhist 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](http://www.majalahharmoni.com)  
email: [majalahharmoni@yahoo.com](mailto: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



**January 2016...**

## Salam Harmoni

Seluruh tim Majalah Harmoni mengucapkan "Xin Nian Kuai Le, Gong Xi Fat Cai" kepada para Dermawan, Penggemar dan seluruh Pembaca Setia dimana saja berada. Semoga di tahun 2016 ini kita semua senantiasa diberkahi keselamatan, kesehatan prima, usia panjang, keberuntungan, kebijaksanaan dan kebahagiaan oleh Hyang Buddha, Dharma dan Sangha, svaha.

Pada kesempatan kali Majalah Harmoni mengupas artikel 8 festival penting dalam tradisi Tionghua, sekaligus 3 falsafah & tujuh rahasia sukses pengusaha Tionghua. Ditambah pujian, penjelasan dan manfaatnya mempraktikkan ajaran Tanah Suci. Lagi disemarakkan oleh artikel hubungan harmoni antara orang tua dan anak. Selain itu kita harus mengetahui dan peduli dengan kondisi penyakit yang melanda orang tua. Dan artikel yang utama adalah Sutra Bhaisajyaguru Buddha dan juga Ikrar Agung dari Tujuh Buddha di bagian timur untuk mengentaskan kemiskinan dan perolehi kemakmuran. Selain itu, masih banyak lagi artikel-artikel yang menarik untuk kita simak dan baca.

Saat perayaan Tahun Baru Imlek 2016 ini, dalam kesempatan yang baik ini seluruh tim Majalah Harmoni mengucapkan rasa terima kasih kepada semua pihak yang turut andil dan berperan aktif memberikan bantuan moral maupun materil untuk rutinnya penerbitan Majalah Harmoni secara berkala, tentu kebajikan ini dapat memperindah Tanah Suci para Buddha dan memberikan manfaat besar bagi seluruh umat Buddha pada khususnya dan masyarakat luas pada umumnya.

Kami seluruh tim Majalah Harmoni menyadari Majalah Harmoni masih banyak kekurangan yang berupa minimnya dana, kurangnya tenaga profesional, dan masalah distribusi yang masih ada kendala yang harus diperjuangkan dan diperbaiki terus. Juga bilamana setiap penerbitan Majalah Harmoni isinya ada artikel kurang menarik, ada tulisan atau kata-kata yang kurang berkenan di hati pembaca, mohon kiranya dapat dimaafkan. Harapannya semoga ada info balik bagaimana mutu dan kualitas isi Majalah Harmoni. Harapan kita semoga para pembaca dapat mendukung penerbitan dan sirkulasi Majalah Harmoni secara rutin agar dapat dicintai dan digemari oleh seluruh umat Buddha dan masyarakat luas.

Akhir kata, Enjoy Reading, Selamat Membaca!

Bagi yang belum mendapatkan atau belum mendapatkan distribusi Majalah Harmoni setiap penerbitan, silakan melihat di Website: [www.majalahharmoni.com](http://www.majalahharmoni.com)



## DAFTAR ISI / CONTENT

### 8 Festival Penting Dalam Tradisi Tionghoa

Shurangama Sutra 楞嚴經

3 Falsafah & Tujuh Rahasia Sukses  
Pengusaha Tionghoa

Sutra Pujian Akan Tanah Suci dan Perlindungan

什麼是淨土

TANAH MURNI PARA SESEPUH

BAGAIMANA SANG BUDDHA WAFAT?

### HUBUNGAN ORANG TUA DAN ANAK DALAM BUDDHISME

Kondisi & Penyakit Yang Melanda Orang Tua

藥師琉璃光如來本願功德經  
BHAISAJYA GURU VAIDURYA  
PRABHA RAJA SUTRA

窮人想致富, 都來念藥師七佛

Ini Alasan Ilmiah Puasa Buddhist Tetap Minum Air  
KOSONG DARI APA?

### Konsep Mukjizat Menurut Ajaran Buddha

ILMU PENGETAHUAN & TEKNOLOGI  
DALAM PANDANGAN BUDDHIS

Semua Hanya Akan Menjadi Penyesalan

Masih Terpenjarakah Kita?

8 TIP SUKSES PEBISNIS SOSIAL

MENCINTAI & DICINTAI DALAM BUDAYA  
VALENTINE'S DAY..!



# 8 FESTIVAL PENTING DALAM TRADISI TIONGHOA

(Posted on by Dinaviriya)

Hari Raya atau Festival merupakan bagian dari suatu kebudayaan, terbentuk mulai dari ribuan tahun hingga kini. Hari Raya atau Festival dalam tradisi Tionghoa kebanyakan berasal dari astronomi, kalender dan Matematika serta adanya pengaruh karakter sejarah didalamnya. Berikut ini merupakan 8 (delapan) Hari Raya maupun Festival Penting dalam Tradisi Tionghoa yang masih dirayakan sampai saat ini berdasarkan urutan bulannya dalam setahun.



## Festival Tahun Baru Imlek (“Chun Jie[春节]”)

Tahun Baru Imlek atau juga disebut dengan Istilah Festival Musim Semi (“Chun Jie [春节]”) merupakan hari raya yang berkaitan dengan pergantian musim dari Musim Dingin ke Musim Semi. Karena Musim Semi dihitung sebagai Musim Pertama dari Empat musim yang ada (4 Musim = Musim Semi, Musim Panas, Musim Gugur dan Musim Dingin) maka berdasarkan penanggalan Imlek, Hari pertama Mulainya

Musim Semi merupakan hari pertama daripada Satu Tahun. Oleh karena itu, Festival Musim Semi juga dikenal sebagai Tahun Baru Imlek yang dirayakan oleh Masyarakat Tionghoa hingga kini.



## Festival Yuan Xiao (“Yuan Xiao Jie[元宵节]”)

Hari Raya Yuan Xiao jatuh pada tanggal 15 bulan Pertama penanggalan Imlek yang adalah bulan Purnama pertama pada Tahun Baru yang juga merupakan hari terakhir dari Perayaan Tahun Baru Imlek. Pada hari ke-16 Bulan pertama Imlek, semua kegiatan dan aktifitas sehari-hari sudah berjalan seperti biasanya. Di Indonesia, perayaan Hari Raya Yuan Xiao juga sering disebut dengan istilah “Cap Go Meh” yang artinya Malam hari ke-15.

## Festival Qing Ming (“Qing Ming Jie[清明节]”)

Hari Raya Qing Ming atau juga dikenal dengan istilah “Ceng Beng” dalam dialek Hokkian adalah hari dimana masyarakat Tionghoa melakukan sembahyang dan ziarah ke tempat pemakaman para leluhurnya. Kegiatan yang sering dilakukan pada hari Qing Ming adalah melakukan pembersihan kuburan dan melakukan penghormatan kepada leluhur atau keluarga yang telah meninggal dunia.



## Festival Duan Wu (“Duan Wu Jie[端午节]”)

Festival Duan Wu biasanya dirayakan dengan mengadakan perlombaan Perahu Naga dan Makan Bak Cang. Tujuan dari Festival Duan Wu ini adalah untuk memperingati seorang Patriot yang bernama “Qu Yuan” dari Negeri Chu di daratan China yang meninggal dunia akibat bunuh diri karena cemas akan masa depan negerinya. Festival Duan Wu jatuh pada tanggal 5 bulan 5 penanggalan Imlek.

## Festival Qi Xi (“Qi Xi Jie [七夕节]”)

Festival Qi Xi merupakan festival yang romantis dalam tradisi dan kebudayaan Tionghoa. Festival Qi Xi ini memperingati kisah romantis antara Pemuda Pengembala Kerbau “Niu Lang” dan Wanita Penenun “Zhi Nv” yang menurut ceritanya hanya setahun sekali pertemuan. Festival Qi Xi juga sering dijuluki Hari Valentine-nya Orang Tionghoa. Istilah lain untuk Festival Qi Xi antara lain Ji Qiao Jie dan Nv Er Jie. Festival Qi Xi jatuh pada tanggal 7 bulan 7 penanggalan Imlek.



## Festival Mid Autumn (“Zhong Qiu Jie[中秋节]”)

Festival Mid Autumn merupakan salah satu festival tradisi Tionghoa yang paling banyak dan ramai dirayakan oleh Masyarakat Tionghoa. Kata Zhong Qiu jika diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia adalah Pertengahan Musim Gugur.

Bentuk bulan Purnama pada malam Zhong Qiu akan kelihatannya lebih besar dan lebih terang daripada bulan-bulan lainnya. Bentuk perayaan Festival Zhong Qiu adalah makan kue bulan, pesta lentera dan berkumpul bersama keluarga untuk menikmati pemandangan bulan yang indah. Festival Zhong Qiu jatuh pada tanggal 15 bulan 8 penanggalan Imlek.



### Festival Chong Yang (“Chong Yang Jie[ 重阳节 ]”)

Festival Chong Yang Jatuh pada tanggal 9 bulan 9 penanggalan Imlek, Kata “Chong Yang” artinya nomor “Yang” yang double (2 kali), menurut “I Ching” (Kitab kuno China) angka 9 memiliki sifat “Yang”. 9 (Sembilan) juga merupakan angka tertinggi dari angka-angka lainnya dan mempunyai bunyi yang sama dengan “Jiu Jiu” yang artinya lama-lama. Jadi sering diartikan sebagai panjang umur. Festival Chong Yang banyak dirayakan di Hongkong dan Daratan China. Sedangkan bagi Masyarakat Tionghoa di Asia Tenggara, Festival Chong Yang jarang dirayakan.

### Festival Dong Zhi (“Dong Zhi Jie [ 冬至节 ]”)

Festival Dong Zhi merupakan salah satu Festival yang terpenting dalam tradisi Tionghoa. Di Bagian Utara belahan bumi ini, Siang hari (terang) di Dong Zhi merupakan siang hari yang terpendek sepanjang tahun dan malam hari (gelap) pada hari Dong Zhi adalah malam yang paling panjang dalam satu tahun. Karena kondisi hari yang begitu spesial maka Masyarakat Tionghoa pada saat itu menganggap kondisi ini adalah pemberian Tuhan yang sempurna. Makanan Tradisi yang harus dipersiapkan untuk merayakan Festival Dong Zhi adalah “Tang Yuan” yaitu sejenis makanan yang terbuat dari tepung beras ketan kemudian dibentuk bulat kecil. Hal ini memiliki arti Reuni (“Tuan Yuan [ 团圆 ]”) atau penuh/sempurna (“Yuan Man [ 圆满 ]”). Ada versi yang mengatakan bahwa umur akan bertambah satu tahun setelah makan Tang Yuan.



## GEMAPUTRA

Konsultan Manajemen & Perpajakan

**Jalan Keamanan Raya(d/h Kancil) No. 51 A, Jakarta Barat**  
**Telp.: (021) 6301181 • Fax.: (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**







# SHURANGGAMA 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)



## SUATU UJIAN TERHADAP PENGERTIAN MURID-MURID TENTANG NOMENA DAN FENOMENA UNTUK MENGUNGKAPKAN KEBANGKITAN DARI ILUSI

Sang Buddha bertanya : 'Sewaktu anda berkata tentang Bodhi dan Penerangan, apakah yang anda maksudkan bahwa karena alamiah penerangan tersebut, anda menyebutkannya Bodhi, ataukah karena sifat (dasar) alamiah tanpa penerangan, yang (sekarang) anda sebut sebagai Bodhi penerangan?'<sup>1</sup>

## KEBENARAN SALAH DITANGGAPI OLEH PENGERTIAN TENTANG KESALAHAN

Purnamaitrayaniputra berkata 'Jika apa yang disebut tidak senantiasa menerangi disebut sebagai Bodhi, hal ini menunjukkan bahwa ia tidak sadar akan sesuatu.'<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Dua ujian terpisah ini adalah untuk mengungkapkan penyebab kebangkitan dari ilusi. Di sini Master Ch'an akan memberikan bentakan atau hentakan kepada anggotanya untuk menyingkirkan semua sisa-sisa keraguan di dalam pikiran murid-muridnya. Tetapi di sekolah Pengajaran, Sang Buddha diharuskan untuk menelusuri semua ilusi kembali ke asalnya dengan tujuan untuk menerangkan bahwa kesalahan tersebut timbul dari Kebenaran; maka Beliau menggunakan alam Dharma dari Kebenaran Tunggal yang merupakan sumber yang lazim dari delusi dan penerangan. Dan juga Beliau mengulang pernyataan-Nya sebelumnya tentang 'Bodhi (diri) alamiah yang bersifat sempurna dan senantiasa menerangi dan Bodhi dasar yang senantiasa menerangi dan sempurna,' untuk menguji kemampuan murid-murid-Nya. Beliau bermaksud: 'Apakah anda berpikir bahwa Bodhi alamiah tersebut secara mendasar senantiasa menerangi dan tidak memerlukan penerangan lebih lanjut supaya bias disebut sebagai Bodhi? (Inilah yang disebut sebagai Sempurna.) Atau anda berpikir bahwa Bodhi alamiah tidak senantiasa menerangi dan memerlukan penerangan supaya menjadi Bodhi penerangan? (Inilah yang disebut Samsara.)' Hal ini untuk melihat apakah murid-Nya memberikan jawaban yang objektif dengan menyangkal penyebab dari delusinya.

Kesadaran tentang Buddha alamiah itu diakibatkan oleh tiga penyebab: *langsung, serentak, dan kesadaran*. Sifat alamiah sempurna secara mendasar sempurna dan muncul sendiri dan tidak memerlukan latihan; inilah yang disebut sebagai *penyebab langsung*. Ia bersifat dapat dicapai karena ajaran oleh guru penerangan maka dikatakan bahwa bibit Buddha berkembang dalam keadaan yang sesuai; hal ini disebut dengan *penyebab serentak*. Ia bersifat mudah dicapai dengan cara latihan dan pendidikan; ini disebut sebagai *penyebab kesadaran*.

Kalimat: 'Bodhi diri alamiah adalah sempurna dan senantiasa menerangi' menunjukkan bahwa *penyebab langsung* dari *Buddha alamiah*, dan 'bodhi dasar senantiasa menerangi dan absolut' menunjukkan *penyebab kesadarannya*, karena hanya setelah penyadaran efektif dari *Bodhi awal* maka *Bodhi dasar* dapat dicapai. Maka dari itu, latihan dan pendidikan dibutuhkan untuk mencapai Penerangan.

<sup>2</sup>Sang murid menjawab dengan menyangkal bahwa asal delusinya adalah karena dia tergantung kepada objek yang mana Bodhi seharusnya sadar; hal ini merupakan kesadaran samsaranya yang menunjukkan dualitas dari subjek dan objek.

## TIGAKONDISISEMPURNA DARI YANG TIDAK SENANTIASA MENERANGI (KEBODOHAN DASAR : SUBJEK DAN OBJEK)

Sang Buddha berkata : 'Anda berkata bahwa "apa yang tidak menyadari akan sesuatu bukanlah Bodhi penerangan," tetapi yang menciptakan objek ilusi adalah bukan penerangan dan yang tidak melakukan apapun dari pekerjaan itu bebas dari kesadaran (subjektif). Yang bukan penerangan (tentunya) adalah alamiah murni dari Bodhi, oleh karena Bodhi alamiah (diri sendiri) pada dasarnya mencapai penerangan tetapi disalah artikan sebagai kesadaran penerangan. Bodhi bukanlah (bahwa) kesadaran akan benda-benda oleh karena kesadaran demikian menghasilkan objek-objek, dan penciptaan objek-objek ilusi menunjukkan subjek ilusi.'<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Hal ini menunjukkan asal dari kesalahan. Sang Buddha memulainya dengan mengulangi apa yang murid-Nya telah katakan tentang Bodhi yang bukan penerangan yang tidak menyadari akan objek-objek. Jika Bodhi bebas dari kesadaran ini, maka tentunya ia asli, oleh karena ia akan bebas dari semua dualitas. Beliau kemudian menghapuskan miskonsepsi murid-Nya dan menyatakan bahwa yang menghasilkan objek-objek bukanlah Bodhi sebenarnya dan yang bebas dari mereka semuanya tentulah bukan Bodhi yang salah, oleh karena yang secara mendasar yang bukan penerangan bukanlah Bodhi alamiah yang murni. Bodhi alamiah diri pada dasarnya menerangi dan tidak memerlukan penerangan lanjutan; ini merupakan ajaran-Nya tentang *Buddha alamiah yang muncul sendiri*. Akan tetapi, disalahartikan sebagai kesadaran penerangan, dan oleh karena pikiran ini, penerangan sempurna alamiah diri menjadi terlupakan; ini merupakan ajaran-Nya tentang *delusi*. Kesadaran akan objek adalah kesalahan dan berhubungan dengan kebodohan; ini merupakan ajaran-Nya tentang *tiga pembeda*.





*kejahatan dari karma* (kebodohan dasar, subjek dan objek).

Oleh karena kebodohan menyebabkan kesadaran yang salah ini, Pikiran Benar sempurna terselubungi dan digantikan oleh dualitas subjek dan *objek*. Objek ini adalah asal dari angkasa, dunia dan makhluk hidup. Maka di dalam paragraf dikatakan: 'Bodhi bukanlah merupakan kesadaran akan benda-benda oleh karena kesadaran (subjektif) demikian menciptakan objek-objek,' yakni manifestasi dari *bentuk*. Penciptaan bentuk menghasilkan dualitas dan menyebabkan Penerangan Nirvana mendasar, sempurna dan penuh sinar kebijaksanaan, mengubah penglihatan salah terhadap persepsi subjektif. Maka di dalam paragraf dikatakan: 'Penciptaan objek-objek ilusi menunjukkan subjek ilusi.' Hal ini merupakan perubahan dari Sempurna menjadi bentuk.

## ENAM KONDISI BURUK DARI YANG BUKAN PENERANGAN

'Maka bentuk yang di luar baik identitas maupun keanekaragaman menimbulkan semua perbedaan. Sewaktu objek pembeda berhadapan dengan objek yang dibedakan, hasilnya berupa keanekaragaman yang mengarah menuju identifikasi. Identitas dan pembeda berlanjut pada apa yang bukan sama maupun berbeda. Dua konsep yang bertolak belakang ini menghasilkan (persepsi) yang mengganggu yang mana dengan waktu menimbulkan bentuk-bentuk objektif. Kebingungan yang diciptakan diri sendiri, karena keterikatan pada nama, menyebabkan aktivitas karma dan sangatlah menderita. Jadi apa yang muncul menjadi dunia (yang berubah) dan yang masih tetap adalah angkasa. Maka angkasa mewakili identitas dan dunia sebagai pembeda, dan apa yang bukan sama maupun berbeda adalah makhluk hidup.'<sup>1</sup>

## HUKUM KEKEKALAN

### Kekekalan dari (fisik) alam semesta

'Perdebatan terus menerus antara kesadaran (subjektif) dengan kehampaan gelap (objektif) mengakibatkan getaran dan pergerakan; maka roda udara<sup>2</sup> berada dalam pergerakan yang tetap di alam semesta. Kesadaran demikian terganggu oleh kehampaan, dan menjadi kaku karenanya dan mengeras menjadi (elemen) logam; maka roda logam meliputi bumi ini. Sewaktu pergerakan ditimbulkan oleh kesadaran, menghasilkan angin dan mengeras menjadi logam, gesekan antara angin dan logam memercikkan api, alamiah yang terjadi bersifat perubahan. Api timbul dan melumerkan logam; maka roda air merembes ke seluruh dunia di sepuluh penjuru. Pertemuan antara api dengan air membentuk lautan basah dan benua kering. Inilah sebabnya mengapa api (kadang-kadang) timbul dari dasar laut, dan sungai kecil serta sungai mengalir ke seluruh benua. Kelebihan air dibandingkan api mengakibatkan (pembentukan) pegunungan tinggi; maka batu memercik sewaktu dihancurkan dan dilumerkan oleh karena menyerah akibat panas yang berlebihan. Kelebihan tanah daripada air mengakibatkan perkembangan dari tumbuh-tumbuhan; maka hutan yang terbakar mengurangi pohon-pohon dan menjadi abu (yakni tanah) dan tanaman berdarah apabila dipatahkan. Maka ilusi ini (empat roda) bercampur dan menjadi bibit yang saling tergantung untuk meyakinkan hukum kekekalan dunia ini.'

---

<sup>1</sup> Hal ini lebih lanjut menunjukkan asal dari kesalahan untuk mengungkapkan enam kondisi buruk dari yang bukan penerangan (yakni : pengetahuan, kasih sayang terus menerus, kemelekatan yang timbul dari masa lalu, penamaan objek, bibit karma, dan penderitaan yang diakibatkan setelahnya).

Pikiran Tunggal yang permanen di dalam alam Dharma dari Kebenaran Tunggal berada di antara identitas dan pembeda. Yang pertama berpikir bahwa dengan mengatur alamiah diri sendiri membangkitkan delusi, maka merubahnya menjadi kesadaran alaya yang bukan penerangan. Maka tiga kondisi sempurna dari yang bukan penerangan, akar dari keadaan buruk, menghasilkan berupa manifestasi dalam berbagai bentuk berbeda, seperti dunia dan makhluk hidup dalam gudang kesadaran.

Maka dari itu, semua jenis pembeda timbul dari apa yang berada di antara identitas dan pembeda. Maka kebodohan menjadi subjek pembeda dan dunia ini sebagai objek pembeda. Apa yang berbeda dari dunia pembeda ini adalah angkasa, oleh karena dunia selalu berubah sedangkan angkasa tidak. Maka Manjusri berkata di dalam gathanya : 'Maka di dalam delusi muncul satu sisi kekosongan.' Setelah pergerakan dan menetap telah diciptakan, makhluk hidup diciptakan untuk menunjukkan yang bukanlah sama maupun berbeda, oleh karena makhluk hidup memiliki bentuk dan kondisi tertentu dan sehingga berbeda dengan kehampaan, dan sadar sehingga berbeda dari benda-benda mati. Maka Manjusri berkata di dalam gathanya : 'Di dalam mana dunia maya sewenang-wenang diciptakan ...sementara yang mengenal khayalan menjadi makhluk hidup.'

Sang Buddha kemudian menjelaskan tentang enam keadaan buruk dari yang bukan penerangan. Beliau mengungkapkan kondisi pertama, *pengetahuan*, dalam kutipan berikut : 'Dua konsep yang berbeda ini menghasilkan persepsi yang mengganggu'; kondisi kedua, *kasih sayang*, dalam : '... yang mana dengan waktu, menimbulkan bentuk-bentuk objektif'; kondisi ketiga dan keempat, *kemelekatan dan penamaan*, dalam : 'Kebingungan yang diciptakan diri sendiri menyebabkan keterikatan pada nama'; kondisi kelima dan keenam, *bibit karma dan penderitaan*, dalam : '... menyebabkan aktivitas karma dan sangatlah menderita.' Apa yang bukanlah dunia yang berubah ataupun angkasa yang tidak berubah adalah makhluk

hidup yang merupakan subjek kelahiran dan kematian.

<sup>2</sup> Empat roda yang mana dunia menetap: angin, air, logam dan angkasa.

### ***Kekekalan makhluk hidup***

‘Lebih lanjut, Purnamaitrayaniputra, cacat dalam kesadaran diakibatkan oleh subjektivitas yang membentuk objek ilusi di antara kesadaran (yang terbatas) tidak dapat dicapai; maka pendengaran seseorang dibatasi oleh suara dan penglihatan seseorang dibatasi oleh bentuk-bentuk. Maka enam data indera ilusi, terbentuk, membagi (yang alamiah tidak terbagi) menjadi penglihatan, pendengaran, perasaan dan pengetahuan. Sebagai hasil dari aktivitas (yang bukan penerangan), kesamaan karma menimbulkan kemelekatan<sup>1</sup> sedangkan ketidakmelekatan mengarah baik kepada gabungan untuk pengejawantahan<sup>2</sup> ataupun terpisah untuk perubahan.’<sup>3</sup>

‘Sewaktu persepsi atas cahaya (yang menarik) mengungkapkan bentuk (ilusi), kejelasan yang terakhir merangsang suatu nafsu yang sangat terhadapnya. Pandangan yang bertolak belakang menyebabkan kebencian sedangkan keharmonisan membangkitkan rasa cinta, suatu aliran yang menjadi bibit-benih yang mana, bersatu dengan idamannya membentuk bayi. Maka hubungan seksual menarik mereka yang memiliki karma yang sama dan menyebabkan lima keadaan dari bayi.<sup>4</sup> Maka dari itu, empat bentuk dari kelahiran berasal dari penyebab tertentu; lahir dari telur akibat (keunggulan dalam) pikiran; yang dari rahim berasal dari rasa kasih sayang; yang dari kelembaban berasal dari gabungan harmoni; dan yang dari perubahan berasal dari pemisahan dan metamorfosa. Gabungan dan pemisahan pikiran dan kasih sayang menyebabkan perubahan lebih lanjut dan transformasi yang timbul dan lenyap, diikuti dengan cermat oleh makhluk hidup yang merupakan subjek dari akibat karma mereka. Maka dijumpai kekekalan dari (alam) makhluk hidup<sup>1</sup>.’

<sup>1</sup> Kelahiran dalam kandungan dan telur.

<sup>2</sup> Kelahiran dari kelembaban.

<sup>3</sup> Kelahiran melalui perubahan.

<sup>4</sup> Lima stadium dari pembentukan bayi adalah : kalala, atau penggumpalan yang licin, yakni embrio manusia selama minggu pertama; arbuda, atau massa selama minggu kedua; pesi, atau serpihan dari daging lembut selama minggu ketiga; ghana, atau benjolan keras selama minggu keempat; dan prasakha, atau bayi dengan organ-organnya selama minggu kelima. <sup>1</sup>Pada fase pertengahan setelah meninggal, kesadaran manusia berkeliaran di dalam mencari kasih sayang mereka sebelumnya. Ia tidaklah berbentuk, akan tetapi dapat melihat dalam jarak beberapa ratus mil, selalu mencari objek yang diharapkan. Maka dalam paragraph kita kemukakan kalimat sebagai berikut : ‘Sewaktu persepsi terhadap cahaya (yang menarik) mengungkapkan bentuk ...’ Setelah ia mendapatkan objeknya, ia segera bergegas ke sana dengan semua pikiran diarahkan untuk pengejawantahan atau melalui objek tersebut. Maka ‘pandangan terang dari bentuk menimbulkan nafsu yang sangat terhadapnya.’ Ia kemudian tertarik dalam hubungan seksual; jika ia seorang laki-laki, ia mencintai seorang wanita dan membenci laki-laki, dan jika ia seorang wanita, ia mencintai seorang laki-laki dan membenci wanita. Dan maka: ‘pandangan bertolak belakang menimbulkan kebencian sedangkan keharmonisan mengarah pada kasih sayang.’ Maka kemudian ia tertarik akan permainan sek ini dan tertarik akibat aliran rasa kasih sayang terhadap rahim wanita yang mana ia kemudian akan menjadi bibit dari bayi. Maka ‘aliran dari kasih sayang membentuk benih’. Bibit ini memasuki cairan generasi pasangan tersebut, dan dengan bersatu dengan idamannya, membentuk ilusi sebagai suatu ego. Maka : ‘bibit kemudian bersatu dengan bentuk rahim sebagai bayi.’ Ini merupakan kelahiran dari rahim. Empat bentuk kelahiran berhubungan dengan akibat dari karma pada setiap makhluk hidup.

*Bersambung ke edisi selanjutnya...*

Sumber: Shurangama Sutra, Pustaka Pundarika.

**Harmony  
Stationery**

◦ stationery ◦ copy paper  
◦ 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)**

# 3 FALSAFAH & TUJUH RAHASIA SUKSES PENGUSAHA TIONGHOA

## 3 Falsafah Sukses Pengusaha Tionghoa

Menurut pakar marketing Hermawan Kartajaya dari Mark Plus Inc, ada tiga nilai tradisi yang dipegang teguh oleh orang Tionghoa yang ikut mendukung kesuksesan mereka sebagai pebisnis. Berikut adalah jurus-jurus yang bisa dicontek:

### Quang-Shi

Yaitu hubungan yang sangat erat antar orang Tionghoa. Ketika yang satu terlintas masalah, maka yang lain akan ikut membantu. Misalnya, saat seorang pengusaha Tionghoa bangkrut dan tak punya modal lagi untuk memulai usaha baru, pasti akan ada yang bersedia membantu, sekalipun usaha itu berpotensi rugi. Selama orang yang diberi bantuan berlaku jujur dan tidak berbuat curang, maka teman atau saudaranya akan tetap membantu, meskipun dia sudah 2-3 kali bangkrut. Tapi jika sekali saja dia berbuat curang dan bohong, maka kerabatnya akan berhenti menolong.

### Wei-Chi

Yakni optimisme menghadapi krisis. 'Wei' artinya bahaya dan 'chi' artinya kesempatan. Jadi setiap kali terjadi krisis, ada dua tindakan yang harus dilakukan, yaitu melepaskan diri dari bahaya dan meraih kesempatan. Orang Tionghoa selalu berpikir positif dalam menghadapi krisis dengan mengedepankan peluang yang ada dibandingkan sibuk memikirkan kendalanya. Jadi mereka akan berusaha sekuat tenaga tanpa mengeluh untuk meraih kesempatan itu, sekecil apa pun.

### Mian-Zi

Arti harfiahnya 'muka'. Orang Tionghoa memegang prinsip, apa pun yang terjadi jangan sampai 'kehilangan muka' alias harga diri. Misalnya, ia punya utang dan sudah jatuh tempo. Jika tak punya uang tunai, ia rela menjual asetnya untuk melunasi utang tersebut daripada harus kehilangan harga diri.

## Tujuh Rahasia Sukses Pengusaha Tionghoa



Orang Tionghoa, khususnya yang hidup di perantauan, kerap dianggap bertangan dingin dalam berbisnis. Inilah 7 rahasia kaum Tionghoa menjadi pengusaha sukses!

### 1. Terlibat sejak dini

Di kalangan pebisnis Tionghoa, melibatkan keluarga sejak dini adalah hal biasa. Bila seorang ayah membuka rumah makan, maka anak-anaknya ditugaskan menjadi pelayan, sedangkan istri menjadi kasir. Begitu anak beranjak dewasa, mereka sudah menguasai seluk-beluk bisnis di luar kepala dan menjalankannya tanpa canggung.

### 2. Administrasi dan pembukuan yang baik

Sangat jarang toko yang dijalankan pengusaha Tionghoa kehabisan stok barang. Sebab mereka menerapkan sistem administrasi barang yang baik. Sedangkan pembukuan yang baik membuat arus kas berjalan lancar.

### 3. Dua puluh persen biaya hidup

Sebelum bisnis benar-benar sukses (dengan kata lain sudah kaya raya), orang Tionghoa terbiasa hidup sederhana, yaitu dengan cara menggunakan hanya 20 persen dari penghasilan mereka. Bila punya pendapatan Rp 10 juta, maka yang digunakan untuk biaya hidup hanya Rp 2 juta saja dan sisanya ditabung atau diinvestasikan.

### 4. Berani ambil risiko

Keyakinan bahwa selalu ada kesempatan di setiap rintangan, membuat pengusaha Tionghoa lebih berani mengambil risiko. Kata gagal sepertinya sudah dihapus dari kamus mereka.

### 5. Survei dan belajar

Pengusaha Tionghoa yang akan memulai usaha tak segan bertanya dan belajar kepada siapa pun untuk mendapatkan informasi sebanyak mungkin mengenai usaha yang akan dimulainya. Mempelajari dengan



benar-benar tentang usaha yang akan dijalankan membuat usaha mereka cepat meroket, karena sudah tahu seluk beluknya.

#### 6. Pelayanan terbaik

Ada pepatah Tionghoa yang mengatakan, 'Jika tak pandai tersenyum, jangan membuat toko.' Maksudnya, Anda harus memberikan pelayanan terbaik kepada pelanggan. Tanpa pelayanan yang memuaskan, dijamin pelanggan akan pindah ke toko sebelah.

#### 7. Memelihara relasi

Pengusaha Tionghoa terkenal pandai menjaga hubungan dengan pelanggannya. Hal sederhana yang acap dilakukan adalah memberikan hadiah kepada pelanggan. Meski tak selalu berharga mahal, namun tetap akan meninggalkan kesan baik bagi pelanggannya, sehingga mereka ingin selalu kembali ke toko tersebut.

Sumber referensi:

<http://www.pesona.co.id/3.falsafah.sukses.pengusaha.tionghoa>

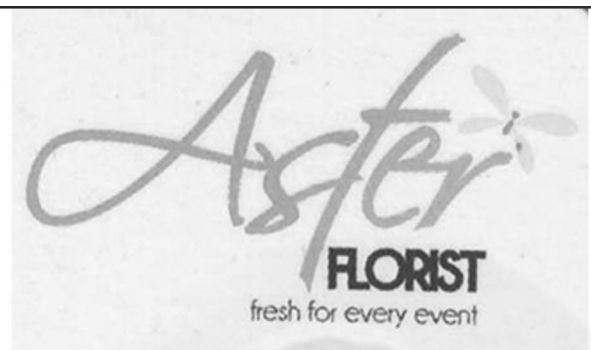
<http://www.pesona.co.id/tujuh.rahasia.sukses.pengusaha.tionghoa>

Pikiran-pikiran intelek memiliki keterbatasan ketika menempuh jalan spiritual, tapi akan cukup berguna kalau pikiran tersebut bila dimanfaatkan dalam usaha kita. Pikiran intelek adalah kecerdasan yang melekat sedangkan 'Kearifan Prajna' adalah kecerdasan intuitif yang tidak melekat.



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

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



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





## Sutra Pujian Akan Tanah Suci dan Perlindungan Oleh Buddha Sakhyamuni

(Diterjemahkan ke dalam bahasa Mandarin Oleh Guru Besar Tripitaka Hsuan Tsang)

(Diterjemahkan dari bahasa Mandarin Oleh Hisao Inagaki)

Seperti itulah yang kudengar:

[1] Pada saat itu Sang Bhagavan menetap di wihara Kebun Jeta, di taman Anathapindada di Sharasvati, dengan perkumpulan besar yang terdiri dari seribu dua ratus lima puluh bhikku, semua nya adalah sravaka yang terhormat dan arahat yang terkenal. Mereka dipimpin oleh sravaka yang bijaksana dan terkenal seperti Shariputra dan Mahamaudgalyayana, Mahakashyapa dan Aniruddha. Sang Bhagavan juga ditemani oleh banyak Bodhisattva-Mahasattva yang tak terhitung jumlah nya, berada di tingkat tertinggi, tidak akan mundur lagi dan dihias oleh pahala dan nilai-nilai suci yang tak terhingga, dipimpin oleh Bodhisattva yang agung seperti Manjushri, Ajita, Nityodyukta dan Aniksipta-Dhura. Hadir di perkumpulan itu pula, ratusan ribu koti dan nayuta dewa yang dipimpin oleh Shakra dan Raja Surga Mahabrahma, Tuan dunia Saha, Empat Raja Penjaga dan yang lain. Banyak makhluk yang setengah dewa, makhluk surga dan manusia, ashura dan yang lain berkumpul dan duduk untuk mendengarkan Dharma.

[2] Sang Bhagavan berkata kepada Shariputra, :”Tahukah engkau bila engkau berjalan ke sebelah barat dari sini melewati ratusan ribu koti dan nayuta tanah Buddha, engkau akan tiba di sebuah tempat bernama “Kebahagiaan Tertinggi” (Sukhavati) dimana ada Bhagavan bernama “Amitayus” atau “Amitabha” dengan sepuluh gelar, termasuk Tathagata, Arhat dan Samyaksambuddha. Ia tinggal disana saat ini juga, mengajarkan Dharma yang menakjubkan kepada banyak makhluk untuk memberikan mereka kebahagiaan dan manfaat yang tak terbanding.

[3] “Kenapa Shariputra, tempat ini dipanggil “Sukhavati”? Shariputra, semua yang berada di tempat itu tidak merasakan berbagai macam penderitaan dan rasa sakit, tapi hanya merasakan kegembiraan dan kebahagiaan yang tak terhingga. Inilah mengapa tempat itu disebut sebagai “Sukhavati”.

“Terlebih Shariputra, di tanah Buddha ini yang disebut Sukhavati, ada tujuh baris pegangan tangan yang terhias, tujuh baris pohon tala yang terhias, dan tujuh kali lipat jala-jala terhias yang berada dimana-mana dan terhias dengan empat perhiasan yaitu: emas, perak, batu mulia beryl dan kristal. Shariputra, tanah Buddha itu

penuh dengan perhiasan berkualitas tinggi yang sangat menyentuh pikiran kita. Untuk alasan ini, tanah itu disebut “Sukhavati”.



“Dan lagi Shariputra, di tanah Buddha yang bernama Sukhavati ini ada banyak kolam tujuh perhiasan yang berisi air yang mempunyai delapan kualitas bagus, yaitu: (1) murni, (2) dingin, (3) manis, (4) lembut, (5) melembabkan, (6) menyamankan, (7) melegakan haus, lapar dan kebutuhan lain dan (8) memperkaya indera kita, meningkatkan aktivitas empat elemen dan memproduksi kebaikan yang tinggi. Makhluk hidup yang telah banyak melakukan perbuatan baik selalui menikmati saat

memakai air ini. Dasar kolam ini dibatasi oleh pasir emas, dan di empat sisi kolam itu terdapat tangga yang terbuat dari empat perhiasan yang sangat indah, menyenangkan hati ketika kita melihat nya. Pohon-pohon berhias mengelilingi kolam itu, terpisah dari yang lain dengan jarak yang sama, rasa harum yang menakjubkan, dihias dengan tujuh perhiasan berharga yaitu: emas, perak, batu beryl, kristal, mutiara berwarna merah, batu karnelia dan safir.

“Di dalam kolam, setiap saat, bunga teratai dengan berbagai warna dan besar bagaikan roda kereta akan berkembang. Bunga biru mengeluarkan cahaya biru, terang dan indah; yang kuning mengeluarkan cahaya kuning, terang dan indah, yang merah mengeluarkan cahaya merah, terang dan indah, yang putih mengeluarkan cahaya putih, terang dan indah, yang memiliki empat warna mengeluarkan cahaya empat warna, terang dan indah. Shariputra, tanah Buddha itu penuh dengan berbagai hiasan indah dengan kualitas yang bagus, yang sangat menyenangkan hati orang-orang yang melihat nya. Untuk alasan ini, tanah itu disebut “Sukhavati”.

“Dan lagi Shariputra, di tanah Buddha suci itu terdapat musik indah yang dimainkan seketika setiap saat. Suara nya harmonis dan enak didengar. Ketika para makhluk mendengar suara yang menakjubkan itu, keinginan jahat mereka akan hilang semua, kelakuan baik mereka akan berlipat ganda, dan mereka akan segera mencapai Penerangan Sempurna. Shariputra, tanah Buddha itu penuh dengan hiasan indah yang mempunyai kualitas tak terbandingi, menyenangkan hati yang melihat. Untuk alasan ini, tanah itu disebut “Sukhavati”.

“Terlebih Shariputra, di tanah Buddha suci yang disebut Sukhavati itu banyak burung langka dengan berbagai warna seperti angsa, bebek, heron, bangau dan kakak tua, kastuari, cendrawasih, kalavinka dan jivamjivaka. Enam kali di pagi dan malam hari, burung-burung itu akan berkumpul dan bernyanyi dengan suara dan melodi yang indah, menghasilkan berbagai macam suara untuk meninggikan ajaran-ajaran yang menakjubkan, seperti empat kelakuan yang patut ditaati, empat cara untuk menghentikan pikiran jahat, empat kekuatan ajaib, lima akar kebaikan, lima kekuatan dan tujuh faktor kebijaksanaan, dan delapan jalan mulia. Setelah mendengar mereka bernyanyi, semua makhluk yang berada di tempat itu akan mendapatkan hasil tak terhingga melalui kesadaran akan Buddha, Dharma dan Sangha, dan tubuh mereka akan menyimpan kebaikan ini bagaikan wewangian. Shariputra, apakah engkau berpikir bahwa binatang-binatang itu ada di alam binatang yang jahat? Jangan berpikir seperti itu! Alasan nya adalah karena tiada dari alam-alam jahat itu, bahkan tidak nama nya, berada di tanah suci Sang Buddha; bagaimana bisa lebih kurang daripada binatang-binatang yang berada di alam binatang karena retribusi akan karma jahat mereka?

Engkau harus mengetahui bahwa mereka adalah manifestasi yang diciptakan oleh Amitayus, supaya mereka bisa menyatakan suara Dharma yang berbagai macam untuk memberikan manfaat dan kebahagiaan kepada seluruh makhluk hidup. Shariputra, tanah Buddha itu penuh dengan hiasan yang indah sekali dan menyenangkan hati orang-orang yang melihat nya. Untuk alasan ini, tanah itu disebut “Sukhavati”.

“Shariputra, di tanah Buddha itu banyak manifestasi indah yang tidak terhitung dan tidak bisa dibayangkan.



Walaupun ratusan ribu kоти dan nayuta lidah akan memuji kualitas indah mereka, setiap lidah mengeluarkan suara yang tidak bisa dihitung (diukur), mereka tidak akan bisa memuji sampai sepenuh nya. Untuk alasan ini, tanah itu disebut “Sukhavati”.

[4] “Terlebih Shariputra, tahukah engkau mengapa Buddha tanah suci itu dipanggil “Amitayus”? Karena Shariputra, jangka hidup Tathagata itu dan semua makhluk hidup yang berada disana berlangsung selama kalpa yang tak terhitung dan tidak terukur jumlah nya, oleh karena itu Tathagata di tempat itu disebut “Amitayus”. Shariputra, kenapa Buddha di Sukhavati juga dipanggil “Amitabha”? Shariputra, Sang Tathagata di tempat ini selalu mengeluarkan sinar cahaya yang indah dan tak terhitung jumlah nya, menerangi seluruh tanah Buddha di sepuluh penjuru tanpa halangan, untuk menunjukkan kegiatan para umat Buddha. Untuk alasan ini, Tathagata tempat itu dipanggil sebagai “Amitabha”.

Shariputra, tanah suci Buddha itu penuh dengan perhiasan yang indah sekali, menyenangkan hati dan pikiran siapapun yang melihat nya. Untuk alasan ini, tanah itu disebut “Sukhavati”. “Dan lagi Shariputra, Buddha Amitayus yang berada di tanah Buddha itu selalui mempunyai murid-murid sravaka, semua nya arahat, yang mempunyai pahala yang berbagai macam dan tak terhitung jumlah nya. Shariputra, tanah suci Buddha itu penuh dengan perhiasan yang indah sekali, menyenangkan hati dan pikiran siapapun yang melihat nya. Untuk alasan ini, tanah itu disebut “Sukhavati”.

“Shariputra, Buddha Amitayus dari Sukhavati selalu mempunyai banyak murid Bodhisattva yang tak terhitung jumlah nya, semua berada di tingkat Menjadi Buddha setelah Satu Kehidupan Lagi. Mereka mempunyai banyak pahala yang yang bagus sekali, jumlah mereka tak bisa dihitung. Walaupun seseorang memuji pahala mereka untuk kalpa yang lama, mereka tidak akan bisa memuji mereka sepenuh nya. Shariputra, tanah Buddha itu penuh dengan perhiasan yang indah sekali, menyenangkan hati dan pikiran siapapun yang melihat nya. Untuk alasan ini, tanah itu disebut “Sukhavati”.

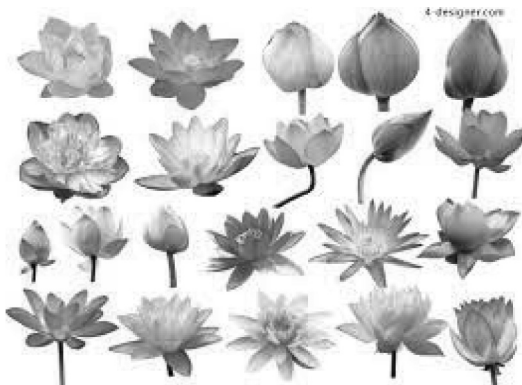


[5] “Shariputra, makhluk yang lahir di tempat itu berada di tingkat tiada jalan mundur dan tidak akan jatuh ke alam yang jahat lagi, terlahir di perbatasan atau di antara orang-orang yang rendah dan kotor (mlecchas). Mereka selalu menikmati perasaan mengunjungi Tanah Buddha yang lain. Dengan sumpah dan praktek yang baik, maju



dan berkembang setiap saat, mereka mendapatkan Penerangan Sempurna Tertinggi. Shariputra, tanah Buddha itu penuh dengan pahala-pahala yang bermanfaat sekali, menyenangkan hati dan pikiran orang-orang yang melihat nya.

Untuk alasan ini, tanah itu disebut “Sukhavati”.



“Dan lagi Shariputra, bila para makhluk hidup mendengar tentang manifestasi indah tentang pahala yang tak terhitung ini di tanah suci Amitayus, mereka akan mendapatkan aspirasi untuk terlahirkan disana. Alasan nya adalah: pertama, yang lahir disana akan bertemu banyak makhluk suci yang terhias dengan pahala tak terhitung; kedua, mereka akan merasakan kenikmatan Dharma Mahayana yang merupakan ciri khas Tanah Buddha suci itu; dan ketiga, dengan sumpah dan praktek mereka yang tak bisa diukur, disertai usaha untuk maju setiap saat, mereka akan dengan cepat mencapai Penerangan Tertinggi Sempurna. Shariputra, mereka yang terlahir di tanah Buddha ini mempunyai bukan beberapa tetapi banyak hasil dan pahala yang tak terhitung

jumlah nya, sehingga makhluk-makhluk ini bisa mendapatkan kelahiran di tanah Sukhavati Buddha Amitayus.

“Terlebih Shariputra, bila pria dan wanita yang berbudi dengan kepercayaan yang teguh, setelah mendengarkan nama Buddha Amitayus yang mempunyai pahala tak terhitung dan tak terhingga dan juga mendengar pujian-pujian indah mengenai Sukhavati, mengkonsentrasikan pikiran mereka dan tidak bisa digoyahkan, bahkan untuk satu, dua, tiga, empat, lima, enam atau tujuh hari, maka pada saat mereka akan meninggalkan dunia, Amitayus, dikelilingi murid-murid sravaka dan Bodhisattva-Nya yang tak terhitung jumlah nya akan muncul di hadapan mereka dan memberikan perlindungan dengan rasa kasih untuk menjaga pikiran mereka supaya tidak terjatuh kedalam kebingungan. Maka setelah kematian, mengikuti Buddha Amitabha dan pengikut-Nya, mereka akan dilahirkan di Sukhavati. “Shariputra, seperti apa yang Aku ketahui bahwa keuntungan yang menyenangkan ini sangat penting, Aku umumkan kata-kata kebenaran ini: Pria dan wanita berbudi dengan kepercayaan yang besar, setelah mendengar nama Buddha Amitayus dengan pahala yang tak terhitung, dan juga mengetahui tentang tanah suci Buddha di Sukhavati, semua nya akan menerima ajaran-ajaran ini dengan penuh kepercayaan, memunculkan aspirasi, mempraktek-kan metode seperti yang diajarkan, dan mencapai kelahiran di Tanah Buddha itu.

[6] “Shariputra, seperti Aku yang memuji pahala yang tak terhitung, tak terhingga dan tak bisa dibayangkan akan tanah suci Amitayus, begitu pula para Buddha yang berada di sebelah timur sebanyak pasir di sungai Gangga, seperti Aksobhya Tathagata, Meru-Dhvaja Tathagata, Mahameru Tathagata, Meru-Prabhava Tathagata, dan Manju-Dhvaja Tathagata. Sementara berdiam di tanah suci mereka sendiri di sebelah timur, mereka akan menjulurkan lidah mereka yang lebar dan panjang, dan mencangkup alam semesta dengan ribuan juta dunia di dalam nya, mengatakan kebenaran ini: Semua makhluk hidup seharusnya menerima ajaran Dharma ini dengan rasa penuh kepercayaan, mengenai pujian akan pahala tak terhingga Tanah Buddha suci ini berikut dengan perlindungan yang diberikan oleh semua Buddha.

[7] “Terlebih Shariputra, di sebelah selatan terdapat banyak Buddha sebanyak pasir di sungai Gangga, seperti Candra-Surya-Pradipa Tathagata, Yashah-Pprabha Tathagata, Maharci-Skandha Tathagata, Meru-Pradipa Tathagata, dan Ananta-Virya Tathagata. Sementara berdiam di tanah suci mereka sendiri di sebelah selatan, mereka akan menjulurkan lidah mereka yang lebar dan panjang, dan mencangkup alam semesta dengan ribuan juta dunia di dalam nya, mengatakan kebenaran ini: Semua makhluk hidup seharusnya menerima ajaran Dharma ini dengan rasa penuh kepercayaan, mengenai pujian akan pahala tak terhingga tanah Buddha suci ini berikut dengan perlindungan yang diberikan oleh semua Buddha.

[8] “Terlebih Shariputra, di sebelah barat terdapat banyak Buddha sebanyak pasir di sungai Gangga, seperti Amitayus Tathagata, Amita-Skandha Tathagata, Amita-Prabha Tathagata, Amita-Dhvaja Tathagata, Mahesvara Tathagata, Mahaprabha Tathagata, Jvalana Tathagata, Maharatna-Ketu Tathagata dan Sphuta-Rashmi Tathagata. Sementara berdiam di tanah suci mereka sendiri di sebelah barat, mereka akan menjulurkan lidah mereka yang lebar dan panjang, dan mencangkup alam semesta dengan ribuan juta dunia di dalam nya, mengatakan kebenaran ini: Semua makhluk hidup seharusnya menerima ajaran Dharma ini dengan rasa penuh kepercayaan, mengenai pujian akan pahala tak terhingga tanah Buddha suci ini berikut dengan perlindungan yang diberikan oleh semua Buddha.

[9] “Terlebih Shariputra, di sebelah utara terdapat banyak Buddha sebanyak pasir di sungai Gangga, seperti Amita-Prabha-Vyuha-Abhiijna-Buddhi Tathagata, Mahaskandha Tathagata, Amita-Divya-Dundubhi-Vaishvanara-Nnirghosa Tathagata, Jalen-Prabha Tathagata, Salendra-Raja Tathagata. Sementara berdiam di tanah suci mereka sendiri di



sebelah utara, mereka akan menjulurkan lidah mereka yang lebar dan panjang, dan mencangkup alam semesta dengan ribuan juta dunia di dalam nya, mengatakan kebenaran ini: Semua makhluk hidup seharusnya menerima ajaran Dharma ini dengan rasa penuh kepercayaan, mengenai pujian akan pahala tak terhingga tanah Buddha suci ini berikut dengan perlindungan yang diberikan oleh semua Buddha.

[10] “Dan lagi Shariputra, di nadir terdapat banyak Buddha sebanyak pasir di sungai Gangga, seperti Sarva-Saddharma-Darshana-Yukti-Sada-Jvalana-Rajottama-Shri-Prabha Tathagata, Simha Tathagata, Yashas Tathagata, Yashah-prabhasa Tathagata, Dharma Tathagata, Saddharma Tathagata, Dharma-Dhvaja Tathagata, Guna-Mitra Tathagata dan Guna-Nama Tathagata. Sementara berdiam di tanah suci mereka sendiri di nadir, mereka akan menjulurkan lidah mereka yang lebar dan panjang, dan mencangkup alam semesta dengan ribuan juta dunia di dalam nya, mengatakan kebenaran ini: Semua makhluk hidup seharusnya menerima ajaran Dharma ini dengan rasa penuh kepercayaan, mengenai pujian akan pahala tak terhingga tanah Buddha suci ini berikut dengan perlindungan yang diberikan oleh semua Buddha.

[11] “Dan lagi Shariputra, di zenith terdapat banyak Buddha sebanyak pasir di sungai Gangga, seperti Brahma-Ghosa Tathagata, Naksatra-Raja Tathagata, Gandha-Prabhasa Tathagata, Utpala-Shri-Kalpa Tathagata dan Sarvartha-Darsha Tathagata. Sementara berdiam di tanah suci mereka sendiri di zenith, mereka akan menjulurkan lidah mereka yang lebar dan panjang, dan mencangkup alam semesta dengan ribuan juta dunia di dalam nya, mengatakan kebenaran ini: Semua makhluk hidup seharusnya menerima ajaran Dharma ini dengan rasa penuh kepercayaan, mengenai pujian akan pahala tak terhingga tanah Buddha suci ini berikut dengan perlindungan yang diberikan oleh semua Buddha.

[12] “Terlebih Shariputra, di sebelah tenggara terdapat banyak Buddha sebanyak pasir di sungai Gangga, seperti Uttama-Vipula-Megha-Ghosa-Raja Tathagata. Sementara berdiam di tanah suci mereka sendiri di sebelah tenggara, mereka akan menjulurkan lidah mereka yang lebar dan panjang, dan mencangkup alam semesta dengan ribuan juta dunia di dalam nya, mengatakan kebenaran ini: Semua makhluk hidup seharusnya menerima ajaran Dharma ini dengan rasa penuh kepercayaan, mengenai pujian akan pahala tak terhingga tanah Buddha suci ini berikut dengan perlindungan yang diberikan oleh semua Buddha.

[13] “Terlebih Shariputra, di sebelah barat daya terdapat banyak Buddha sebanyak pasir di sungai Gangga, seperti Uttama-Surya-Prabha-Yasho-Guna Tathagata. Sementara berdiam di tanah suci mereka sendiri di sebelah barat daya, mereka akan menjulurkan lidah mereka yang lebar dan panjang, dan mencangkup alam semesta dengan ribuan juta dunia di dalam nya, mengatakan kebenaran ini: Semua makhluk hidup seharusnya menerima ajaran Dharma ini dengan rasa penuh kepercayaan, mengenai pujian akan pahala tak terhingga tanah Buddha suci ini berikut dengan perlindungan yang diberikan oleh semua Buddha.

[14] “Terlebih Shariputra, di sebelah barat laut terdapat banyak Buddha sebanyak pasir di sungai Gangga, seperti Amita-Guna-Jvalanadhipati- Prabhasa Tathagata. Sementara berdiam di tanah suci mereka sendiri di sebelah barat laut, mereka akan menjulurkan lidah mereka yang lebar dan panjang, dan mencangkup alam semesta dengan ribuan juta dunia di dalam nya, mengatakan kebenaran ini: Semua makhluk hidup seharusnya menerima ajaran Dharma ini dengan rasa penuh kepercayaan, mengenai pujian akan pahala tak terhingga tanah Buddha suci ini berikut dengan perlindungan yang diberikan oleh semua Buddha.

[15] “Terlebih Shariputra, di sebelah timur laut terdapat banyak Buddha sebanyak pasir di sungai Gangga, seperti Asamkhya-Shata-Sahasra-Koti- Nayuta-Vipula-Buddhi Tathagata. Sementara berdiam di tanah suci mereka sendiri di sebelah timur laut, mereka akan menjulurkan lidah mereka yang lebar dan panjang, dan mencangkup alam semesta dengan ribuan juta dunia di dalam nya, mengatakan kebenaran ini: Semua makhluk hidup seharusnya menerima ajaran Dharma ini dengan rasa penuh kepercayaan, mengenai pujian akan pahala tak terhingga tanah Buddha suci ini berikut dengan perlindungan yang diberikan oleh semua Buddha.

[16] “Shariputra, kenapa sutra ini dinamakan “Gerbang Dharma” merincikan pujian dan pahala tak terhingga akan tanah Buddha dan perlindungan oleh para Buddha. Shariputra, di dalam sutra ini dikatakan bahwa pahala tak terhingga dari Sukhavati dipuji dan dibanggakan oleh para Buddha dan Bhagavan di

sepuluh penjuru, sementara berdiam di tanah suci mereka, menunjukkan manifestasi yang menakjubkan dan mengatakan kebenaran, menganjurkan para makhluk untuk menerima ajaran ini dengan penuh kepercayaan, supaya bisa menuntun dan menguntungkan mereka, serta memberikan kedamaian dan kebahagiaan. Oleh karena alasan ini, sutra ini disebut “Gerbang Dharma Mengenai Pujian Tentang Pahala Tak Terhingga di Tanah Buddha Beserta Perlindungan Yang Diberikan Para Buddha.”

“Shariputra, bila pria dan wanita berbudi yang sudah mendengar, sedang mendengar atau akan mendengar, telah membangunkan atau akan membangunkan kepercayaan yang dalam, mereka akan diterima oleh para Buddha dan Bhagavan dari sepuluh penjuru sebanyak sepuluh kali lipat pasir di sungai Gangga. Semua yang mempraktekkan ajaran tidak akan mundur tetapi akan dengan pasti mencapai Penerangan Sempurna dan akan lahir di Tanah Suci Sukhavati Amitayus. Oleh karena alasan ini Shariputra, semua makhluk hidup dianjurkan untuk menerima dengan rasa penuh kepercayaan dan mengerti perkataan-Ku dan perkataan para Buddha, Bhagavan, dari sepuluh penjuru, dan seharusnya berusaha sebaik mungkin untuk mempraktekkan seperti yang diajarkan dengan rajin. Jangan biarkan keraguan untuk muncul sedikitpun.



“Dan lagi Shariputra, pria dan wanita berbudi yang telah beraspirasi, akan beraspirasi atau sedang beraspirasi mengenai perhiasan-perhiasan indah yang berada di Sukhavati Amitayus, mereka akan diterima oleh para Buddha dan Bhagavan dari sepuluh penjuru sebanyak pasir di sungai Gangga, bahkan sepuluh kali lipat dari jumlah itu. Semua yang mempraktekkan seperti yang diajarkan tidak akan mundur tetapi akan pasti mencapai Penerangan Tertinggi Sempurna dan akan dilahirkan di Sukhavati Amitayus. Oleh karena alasan ini Shariputra, pria dan wanita berbudi harus mempercayai sedalam-dalam nya, akan tanah suci Buddha Amitayus yang bernama Sukhavati, dan harus beraspirasi untuk dilahirkan disana. Jangan menjadi malas sedikit pun.



[17] “Shariputra seperti sekarang Aku memuji dan memuliakan pahala tak terhingga akan Sukhavati milik Buddha Amitayus, para Buddha dan Bhagavan lain dari sepuluh penjuru pun juga memuja pahala tak terhingga ini sambil mengatakan:”Betapa menakjubkan bahwa Buddha Sakhyamuni, Dharma-Raja, Tathagata, Arhat, Samyaksambuddha, Pemilik Kebijaksanaan dan Praktek, Sugata, Pengetahu Dunia, Tak Terbanding, Penakluk Manusia, Guru Dewa dan Manusia, Buddha dan Bhagavan, telah muncul di dunia Saha ini pada jaman lima keburukan: terutama waktu, makhluk hidup, nafsu, pendapat dan jangka hidup, dan setelah mendapatkan Penerangan Sempurna mengantarkan ajaran ini, sangat susah diterima, untuk memandu dan menguntungkan seluruh makhluk hidup dan memberikan damai dan kebahagiaan.

“Maka Shariputra, ketahuilah bahwa Aku telah datang ke dunia Saha yang tercemar ini pada saat lima keburukan tengah merajalela dan setelah mendapatkan Penerangan Sempurna Tertinggi, menyampaikan ajaran ini, yang sangat susah untuk diterima oleh dunia, untuk memandu dan menguntungkan seluruh makhluk hidup dan memberikan damai dan kebahagiaan. Ini memang tugas yang langka dan berat, yang tidak bisa dimengerti dengan mudah. Bila, Shariputra, ada pria dan wanita berbudi yang setelah mendengar ajaran ini, yang susah diterima oleh dunia, menerima dengan penuh kepercayaan, mendirikan dan mengajarkan kepada yang lain, dan mempraktekkan seperti yang diajarkan, ketahuilah bahwa orang-orang seperti ini sangatlah jarang. Pada jaman dulu mereka telah menanam akar kebaikan di hadapan banyak Buddha yang tak terhitung. Setelah mereka meninggalkan dunia ini mereka pasti akan dilahirkan di Sukhavati di langit barat dimana mereka akan merasakan kenikmatan Dharma Mahayana yang menjadi nyata di Tanah Suci Buddha. Mereka akan menghampiri Buddha Amitayus dan memberikan persembahan sebanyak enam kali di pagi hari dan malam hari. Mereka juga akan bisa terbang ke tanah Buddha yang berada di sepuluh penjuru untuk memberikan persembahan kepada para Buddha yang berada disana, dimana mereka bisa mendengarkan Dharma yang diajarkan oleh para Buddha tersebut dan menerima maklumat akan pencapaian Ke-Buddha-an mereka. Maka mereka akan dengan cepat menyempurnakan pahala dan kebijaksanaan mereka untuk menyadari dan mencapai Penerangan Sempurna Tertinggi.”

[18] Ketika Sang Bhagavan selesai mengajarkan sutra ini, para sravaka agung seperti Shariputra dan Bodhisattva-mahasattva, dengan makhluk lain termasuk para dewa dan ashura bergembira dan menerima ajaran Sang Bhagavan dengan penuh kepercayaan.

*Gate Gate Paragate Parasamgate Bodhi-svaha*



# 什麼是淨土

作者：聖嚴法師



## （一）淨土的定義：

淨土的意思就是佛、菩薩等聖人所住的國土。是佛的功德所成的世界，也可能是佛的願力所成的世界。其和我們的世界不一樣的地方是無病、無惱、無苦的環境。但因為修行的成果不同，所建造的淨土也不一樣；同樣地，在淨土裏佛所建造的和凡夫建造的不同。因此淨土分為四種等級。

## （二）淨土的等級：

1. 法身土：法身所居住，永遠且普遍存在的。是無形，也可說沒有一個形相不是在此淨土中。
2. 報身土：報身即佛的功德身，佛的功德能和聖位菩薩的人共同分享，能使聖位菩薩在佛的淨土中，繼續成就佛和菩薩的道業。
3. 化身土：化身佛的淨土，化身佛乃是度凡夫。我們這世界也是淨土，若學佛、接觸佛法，就會感到淨土就在面前。當然也有死後往生的世界是在佛國裏，而凡夫所居佛國的淨土也是化身土。
4. 凡聖同居土：即使我們到西方、東方或任何一個佛國淨土，我們自己仍是凡夫，雖然可以看到許多菩薩、羅漢和佛，但在同一個地方，菩薩所能感覺的淨土和凡夫所感覺的淨土是不同的，此稱凡聖同居土。

## （三）淨土的種類：由經典可分四類。

1. 唯心淨土：《維摩經》雲：‘隨其心淨則佛土淨。’ 是說心清淨的話，所見的世界亦是清淨的。此‘心淨’系指心無煩惱，心中只有智慧的光明、無煩惱的黑暗。此時所見的世界也就是淨土，即使在地獄，心無煩惱，地獄亦成淨土。所以，因意念的轉變，世界也完全不同，如心非常煩惱，則所見的世界亦成地獄。若能看開、想通，所見的就是淨土。有句話說‘化火焰為紅蓮，化紅蓮為火焰’，便是指只要意念轉變，世界便為之而轉變。
2. 他方淨土：十方諸佛的淨土，和我們這世界最有緣、感覺最親切的是阿彌陀佛的極樂世界。
3. 天國淨土：是在欲界天裏的兜率天，分內院和外院，外院是凡夫所居，內院是彌勒佛教化眾生的地方。
4. 人間淨土：可從幾個地方看到，一是在彌勒佛到人間成佛時會出現。二可到須彌山北方的北俱盧洲看到。目前那兒是人間淨土，可惜還沒有交通工具可以讓人去參觀，因此，我們最好努力在這個世界建設人間淨土。

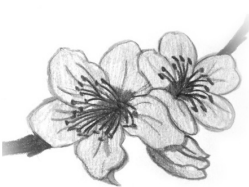
## 極樂世界的四土生因

作者：大安法師

往生西方極樂世界悉以發菩提心，一向專念阿彌陀佛為正因，而由念佛功夫的淺深、斷惑的程度決定往生極樂世界的境界，為何土所攝。天臺家將十方佛國類分為四土，即凡聖同居土（凡夫與三乘聖人共居）、方便有余土（聲聞、緣覺及地前菩薩所居）、實報莊嚴土（圓教四十一位、別教地上菩薩所居）、常寂光土（諸佛所居）。四土的差別只是就往生者的根機而論。在西方淨土本身並無此分別。極樂世界乃是阿彌陀佛依無漏善根所成的唯一清淨的淨土，而四土的差別乃是往生者唯識所變。

### 一、凡聖同居土生因

淨業行人信願持名，未斷見思惑，以一向專念之力，得蒙阿彌陀佛願力加持，臨命終時，舍娑婆世界同居穢，生極樂世界同居淨。得生淨土，即截斷生死輪回之苦，故名為橫出三界。帶業往生的凡夫依念佛功夫的淺深分為三輩九品。而十方世界凡聖同居土的凡夫，須斷盡見思二惑，方得漏盡通，始截生死流，出凡聖同居土而升方便有余土，此名豎出三界，其事甚難。淨宗念佛帶業往生淨土，其事至易，故名易行





道。如是方便直截，殊勝稀有，乃十方世界之所無。故知極樂世界凡聖同居土，勝於十方佛土，良有以也。

## 二、方便有余土生因

若人念佛功深，以離雜亂之心專念一句名號，或系緣憶念阿彌陀佛相好光明，心口相應，字字分明，心不離佛，佛不離心，念念相續，無有間斷，如是念佛，名事一心。

若達此境界，雖不求斷惑，而見思煩惱自然斷落，則從娑婆凡聖同居穢土，橫生極樂世界方便有余土。此土以伏斷塵沙惑的程度分三輩九品。

## 三、實報莊嚴土生因

若憶佛念佛歷歷分明，行住坐臥唯此一念，無第二念，不為貪瞋煩惱諸念之所雜亂，是名事一心。事上即得，理上未徹，屬定門攝，未有慧故。若於百尺竿頭更進一步，於自本性忽然契合，了知能念所念唯是一心，不住有念，不落無念。誠如蓮池大師所雲：“若言其有，則能念之心本體自空，所念之佛了不可得；若言其無，則能念之心靈靈不昧，所念之佛歷歷分明。”（《彌陀疏鈔》）無念而念，念而無念，言思路絕，不可名狀，唯是一心，清淨本然之體，更有何法而得雜亂，是名理一心，屬慧門攝，兼得定故。念佛若達理一心，破一分無明，則生實報莊嚴土，同時分證常寂光土。

## 四、常寂光土生因

法身大士任運進道，四十二品無明，生住異滅四相，悉皆斷盡，即生實報莊嚴土上上品，而證究竟無上菩提，究竟無余涅槃，常寂光淨土。實報莊嚴土與常寂光土，以無明惑的多寡而區別。

一般來說，娑婆世界淨業行人，大多生在凡聖同居土。於中隨其功行淺深，分三輩九品（或無量品）。茲舉幾例以證。天臺智者大師，相傳釋迦之化身。臨終時，有弟子問：“未審大師證入何位？”

智者大師回答：“我不領眾，必淨六根（相似即、十信位——註）；損己利人，但登五品（即隨喜、讀誦、講說、兼行六度、正行六度五種。此位圓悟如來藏性，圓伏無明煩惱，而見惑尚未能斷——註）。 ”

智者大師的回答，表明自己還屬凡夫，只能生到凡聖同居土。蕩益大師臨終示偈，表明自己的修證位果，“名字位中真佛眼，未知畢竟付何人？”蕩益大師自稱尚居名字即位，圓悟如來藏性，見地與佛同儔，而見思惑尚未能伏，何況乎斷？如論往生品位，蕩益大師亦只能生凡聖同居土。此世間大徹大悟人，亦多多是此等身份。二位大師的本跡不可測度，然其末後示位，以身說法，杜塞後人以凡濫聖之弊，恩德弘深，誠末法淨業行人之頂門針。

## 念佛的人有三種，你是哪一種？

作者：聖嚴法師

第一種人，是為了要改變自己的命運，或是使家人開智慧得平安。此乃消災祈福，解怨釋結。

第二種人，是為了人間苦多樂少，生命危脆，所以求願往生西方極樂世界。待至位階不退，再入娑婆，廣度眾生，成就無上佛果。

第三種人，相信自性彌陀，唯心淨土，此如禪宗四祖道信大師所說：「若知心本來不生不滅，究竟清淨，即是淨佛國土，更不須向西方。」五祖弘忍門下諸師，則多用「齊速念佛名，令淨心」。他們念佛，都沒想到求生西方，但是每次念佛，都感到身心寧靜，煩惱減少，而且自己的心力越來越能與佛的慈悲願力相應。此正是□[無量壽經]所說的「是心是佛，是心作佛」的體現。這種人在日常生活中，不但自己能得到利益，其他有關的人亦能因

他而獲得利益。這就是因為念佛恒常不斷，最後必得念佛三昧，必發悲智願行。這一等人，雖不求生淨土，但亦不得往生。得到念佛三昧時，心外無佛，佛外無心，不一不二，那時，時時處處都能見佛在說法，時時處處無非極樂國土了。

依佛法來說，第一種人，仍屬於人天善法，所謂民間信仰的層次；第二種人是正信的佛子；第三種人則是上乘的利根。由於眾生的業深障重，在修行淨業時，一開始即以第三種人自居，是不安全的，也是不切實際的；然而僅以第一種人的立場來念佛，所求又太少了。以第二層次來修念佛法門，是最落實可靠的，既可深植善根而臻於上乘，又能兼得消災植福的現世利益。



# TANAH MURNI PARA SESEPUH

Master Zen Han-Shan membahas Buddhisme Tanah Murni

Oleh: Master Zen Han-Shan Te-Ching; Diterjemahkan ke Bahasa Indonesia oleh: Tonny

## Zen dan Tanah Murni

(Ceramah di Komunitas Teratai Pencerahan Agung)



Setelah Buddha Sakyamuni mencapai pencerahan, Beliau menyebarkan Dharma dan mengalihkan makhluk hidup. Keempat lapis kelompok [1] mendapatkan keuntungan dari Dharma. Beliau mengajar manusia berdasarkan kemampuan masing-masing, menggunakan bermacam-macam metode yang berguna sehingga semuanya bisa meraih kebahagiaan dan kebijaksanaan. Ibaratnya ketika hujan turun pada waktu yang tepat serta semua pohon dan rumput mendapatkan embun dan berkembang, demikian pula semua makhluk hidup mendapatkan keuntungan dan tumbuh dengan dirinya sendiri. Terdapat beragam metode, namun mereka semuanya bersemi dari sumber yang sama. Dikarenakan semua makhluk hidup diberkahi Sifat Kebuddhaan yang sama, mereka semua dapat diajari dan dirubah. Semuanya seharusnya berpraktik sesuai dengan kemampuannya. Namun, makhluk hidup tumbuh dengan kacau jika tidak ada yang menuntunnya. Tanpa tuntunan, mereka tenggelam dalam samudera penderitaan.

Ketika Hui-neng [Sesepuh Keenam Zen] datang menemui Sesepuh Kelima, beliau bertanya, “Darimana asalmu” Hui-Neng menjawab, “Saya berasal dari Ling-Nan (China Selatan).” Sesepuh Kelima bertanya, “Apakah orang barbar juga memiliki Sifat Kebuddhaan” Hui-Neng menjawab, “Manusia dibedakan antara Utara dan Selatan, namun Sifat Kebuddhaan tidak mengenali Utara dan Selatan.”

Sejak kata-kata ini diucapkan, seperti guntur membangunkan yang tertidur, mereka menyebar ke seluruh dunia. Namun tidak banyak orang yang memahami dan sangat sedikit yang tercerahkan. Lebih dari seribu tahun sejak Zen muncul dari belahan selatan China dan disebar di seluruh negeri oleh Sesepuh Keenam, namun banyak orang yang ... masih juga tidak bisa memahaminya. Oleh karena itu Samadhi Pelafalan Buddha (nien-fo), konsentrasi dengan tulus dan visualisasi Buddha Amitabha juga diajarkan.

Mempraktikkan Tanah Murni, seseorang harus menolak kondisi penderitaan [di Dunia Saha] dan memohon untuk dilahirkan kembali di Tanah Murni Barat. Seseorang harus mempraktikkan Pelafalan Buddha setiap hari, bersujud pada Buddha Amitabha dan melantunkan sutra-sutra pertobatan. Praktisi harus ketat dalam keyakinannya, mengikis karma buruk mereka dari hari ke hari dan membuat ikrar untuk dilahirkan kembali di Tanah Murni Barat. Siapapun yang benar-benar berpraktik dengan cara demikian, kendatipun ia mungkin hidup di dunia Saha Kelahiran dan Kematian, akan memiliki tujuan yang berarti untuk praktiknya.

Kata “Buddha” bermakna Yang Tercerahkan. Semua makhluk hidup memiliki Sifat Kebuddhaan yang sama. Semua orang bisa tercerahkan. Yang bingung mengenai Sifat Kebuddhaan-nya adalah makhluk hidup. Yang tercerahkan akan Sifat Kebuddhaan-nya disebut sebagai Buddha. Ketika seseorang melafalkan nama Buddha, Buddha Amitabha adalah Sifat-Aseli Diri seseorang, Tanah Murni adalah Tanah Murni pikirannya sendiri. Siapapun yang dengan tulus melafalkan nama Buddha dalam pikiran demi pikiran dan berkonsentrasi semakin dalam dan terus semakin dalam akan senantiasa menemukan Buddha Amitabha hadir dalam pikirannya. Tidakkah tepat mencari Tanah Murni ke tempat yang jauh, seratus ribu negeri jauhnya [2]. Oleh karena itu, jika pikiran murni maka tanah pun murni. Jika pikiran tercemar, maka tanah pun tercemar. Jika pikiran jahat muncul dalam pikiran, kemudian banyak rintangan muncul. Jika pikiran baik tumbuh, kedamaian ada di mana-mana. Dengan demikian, surga dan neraka semuanya berada dalam pikiran seseorang.

Semua laki-laki dan perempuan yang baik seharusnya berpikir mengenai masa depan mereka dan persoalan besar tentang Kelahiran dan Kematian. Waktu berlalu dengan cepat dan sekali tubuh manusia hilang, tidak bisa dipulihkan bahkan sepuluh ribu kalpa. Laksana matahari dan bulan berjalan menyeberangi langit secepat jari penenun sedang bekerja. Waktu tidak bisa menunggumu. Jika kamu kehilangan kondisi sebagai manusia, kamu tidak bisa memperolehnya lagi [untuk kalpa yang lama] [3]. Ketika saat terakhir tiba, sudah terlambat untuk menyesali. Tak ada yang baik bagimu. Karena itu kamu seharusnya berjuang sekuat mungkin menghindari kondisi tak-menyenangkan ini.

Sutra-sutra mengajarkan bahwa orang biasa, orang bijak dan orang suci semuanya adalah setara. Tidak ada perbedaan [dalam sifat dasarnya]. Hanya ketercemaran atau kemurnian pikirannya yang berbeda. Karena alasan ini, dikatakan bahwa “Pikiran Buddha dan makhluk hidup tidak berbeda satu sama lainnya.” Pikiran yang murni adalah Buddha, pikiran yang tercemar adalah makhluk hidup. Buddha dan makhluk hidup berbeda hanya



dalam hal lahir dan tidak-lahirnya pikiran [jernih atau tersesat].

Pikiran pada dasarnya adalah bersih dan murni, namun ia dicemari oleh keserakahan, kebodohan, keangkuhan, lima hasrat-keinginan dan beragam pikiran khayal. Oleh sebab itu, mereka dengan pikiran demikian disebut sebagai makhluk hidup. Jika noda dibuang dan pikiran menjadi murni, itulah Kebuddhaan. Tidaklah tepat tergantung pada yang lain.

Meski demikian, semua makhluk hidup menanggung karma berat; sejak waktu yang tidak bisa diingat, mereka telah sulit membersihkan noda mereka. Kebanyakan dari mereka membutuhkan praktik, seperti misalnya meditasi, berlatih dengan 'hua-tou' atau Pelafalan Buddha, untuk melakukannya. Jadi anda lihat, terdapat banyak cara berguna untuk berpraktik, namun semuanya adalah obat untuk menyembuhkan penyakit pikiran. Sebagai contoh, sebilah cermin pada dasarnya cemerlang, tidak bisa memantulkan apapun jika tertutup debu. Untuk membersihkannya, sebuah obat (alat pembersih) dibutuhkan. Obat itu sendiri adalah debu juga, meski ia dapat mengangkat debu benda lain. Sekali cermin itu terang, tidak dibutuhkan pengobatan lanjut. Laksana emas di dalam lapisan bijih, diselimuti oleh kotoran dan debu pasir dan batu. Setelah ia dilebur dan emas murni muncul, tidak butuh meleburnya lagi.

Sungguh sulit membebaskan diri sendiri dari karakteristik pikiran tercemar makhluk. Meski demikian, hal ini bisa dilakukan melakukan melalui praktik dengan upaya sungguh-sungguh. Ketika hal ini terlaksana, pikiran yang terang dan tak-tercemar muncul. Oleh sebab itu dikatakan bahwa semua makhluk hidup adalah Buddha dalam sifatnya. Menyebut mereka yang penuh dengan noda sebagai Buddha tidaklah keliru.

Mempraktikkan Zen serta bermeditasi mengenai 'Hua-t'ou' adalah metode yang penting untuk mencapai pencerahan. Malangnya, pada masa kini sangat sedikit orang yang mempraktikkannya dengan cukup giat. Hal ini dikarenakan mereka memiliki akar yang dangkal dan tidak bisa berkonsentrasi dalam praktik. Lebih jauh lagi, tanpa seorang guru yang baik untuk mengarahkan, mereka dengan mudah menjadi tersesat.

Kita seharusnya, dengan demikian, mempraktikkan keduanya, Pelafalan Buddha dan Zen. Ini merupakan Dharma yang tepat dan aman. Seseorang yang mempraktikkan Pelafalan Buddha dan kemudian mengamati dari mana Buddha-nya berasal dan ke mana Buddha-nya akan pergi, sepanjang jangka waktu tertentu, akan memahami apakah Kebuddhaan itu. Ini akan membuka pikirannya, membiarkan kebijaksanaan terang mengalir keluar dari dasar-pikiran dirinya sendiri. Tidak ada perbedaan dari bermeditasi mengenai kungan (koan) atau hua-t'ou. Namun praktik yang tulus dan kerja keras dibutuhkan.

Jika seseorang dengan pikiran salah menolak kerja keras, mencari kesempatan bersantai siang dan malam dan tidak menganggap praktik itu penting, ia akan dibingungkan hingga Tahun Keledai. Siapa pun yang berpikir bahwa kemalasan dan pikiran salah adalah nikmat tidak hanya menipu dirinya sendiri dalam hidup ini saja; bahkan hingga akhir dari berkalpa-kalpa banyaknya ia masih dalam kebingungan.

Jika kamu memiliki kondisi yang sesuai untuk Pelafalan Buddha, cobalah mempraktikkannya. Meskipun kamu masih menjadi bagian dari dunia yang tercemar pada kekotoran masa ini, sekali kamu mempraktikkan Pelafalan Buddha, kau akan melepaskan penderitaanmu. Seperti yang disebutkan dalam sutra-sutra: jika kamu menyucikan air dengan membiarkan pasir dan lumpur mengendap di dasarnya sehingga air yang murni akan muncul. Ketika semua pasir dan lumpur diangkat dan hanya air murni yang tersisa, hal itu sama dengan menghancurkan semua ketidaktahuan dan kekotoran untuk selamanya. Kamu bisa kemudian mempraktikkan Pelafalan Buddha dengan sunyi tanpa dirimu takut akan kesalahan terkecil.

Jika kamu bisa benar-benar memisahkan diri dari noda atau, seperti yang dikatakan sutra-sutra, jika pikiran murni dan cemerlang dan kamu telah sampai pada tahapan di mana kamu tidak lagi menemui rintangan yang menghalangi jalanmu yang berasal dari penderitaan "debu tamu" [4], tidak hanya Buddha Amitabha yang akan menuntunmu terlahir kembali di Tanah Murni, namun seluruh Buddha dari sepuluh arah akan menghormatimu.



## Dharma Penting Tanah Murni

Dharma Pelafalan Buddha bertujuan untuk mencapai kelahiran kembali dalam Tanah Murni, sehingga dengan demikian mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian. Ini merupakan persoalan paling krusial. Oleh sebab itu, makhluk hidup disarankan untuk mempraktikkan Pelafalan Buddha. Malangnya, orang-orang sekarang hanya memahami bahwa Pelafalan Buddha dapat menuntun pada berakhirnya Kelahiran dan Kematian, tanpa

pemahaman di mana akar dari Kelahiran dan Kematian terletak. Bagaimana seharusnya kamu mempraktikkan Pelafalan Buddha sehingga dapat mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian? Jika kamu tidak memotong akar Kelahiran dan Kematian, bagaimana kamu berharap dapat mengakhiri lingkaran tersebut?

Apakah akar dari Kelahiran dan Kematian itu? Seorang master dari masa kuno berkata:

***“Jika karma jahat-mu tidak lah berat, kau tidak akan terlahirkan di dunia Saha. Jika pikiran cinta-kemelekatan (love-attachment) tidak dipotong, kau tidak akan bisa dilahirkan kembali dalam Tanah Murni”.***

Oleh sebab itu, kita tahu bahwa cinta-kemelekatan merupakan akar dari Kelahiran dan Kematian. Semua makhluk hidup menjadi korban penderitaan Kehidupan dan Kematian karena beban cinta-kemelekatan. Akar dari kemelekatan ini tidak berasal dari kehidupan ini saja, tidak juga dari dua, tiga atau empat kehidupan sebelumnya. Jauh dari itu ia berakar dari masa tanpa permulaan, kehidupan demi kehidupan, kematian demi kematian. Meninggalkan kehidupan yang satu hanya untuk muncul kembali dalam kehidupan lainnya, kita selalu diombang-ambing oleh cinta-kemelekatan, tergantung pada kehidupan kita yang sekarang. Pikirkan kembali, kapan saat kamu memiliki satu saja pikiran yang tidak terikat oleh akar cinta-kemelekatan ini?

Benih dari cinta-kemelekatan ini terkumpul lebih dari masa kalpa yang panjang dan tertanam sangat dalam. Oleh sebab itu, kelahiran demi kelahiran, kematian demi kematian, lingkaran tersebut tidak pernah berhenti. Sekarang, kamu seharusnya mengendalikan pikiranmu untuk Pelafalan Buddha, hanya mencari untuk dilahirkan kembali dalam Tanah Murni. Jika sebagian pikiranmu dilengkapi dengan Pelafalan Buddha sementara yang lain terikat pada Kelahiran dan Kematian, bahkan jika kamu terus menerus melafal hingga saat-saat terakhir, kamu akan hanya melihat bahwa kamu tetap terikat pada cinta-kemelekatan, tetap dalam lingkaran Kelahiran dan Kematian. Pada waktu itu, kamu akan melihat Pelafalan Buddha demikian tidak berguna. Kamu mungkin akan mengeluh bahwa Pelafalan Buddha tidak membawa hasil, namun telah terlampau terlambat untuk menyesalinya.

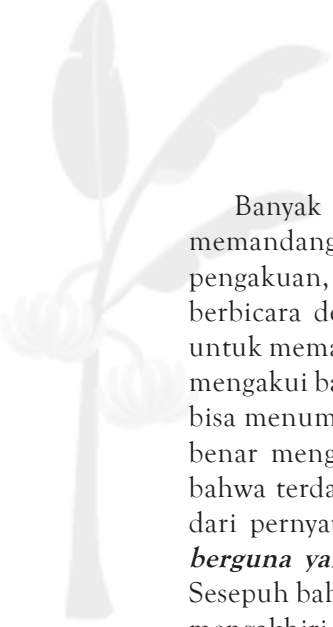
Saya menyarankan pada mereka yang mempraktikkan Pelafalan Buddha untuk memahami pertama-tama bahwa cinta-kemelekatan merupakan akar dari Kelahiran dan Kematian. Pelafalan Buddha mensyaratkan kamu memotong cinta-kemelakatan dari pikiran demi pikiran. Selama melafalkannya di rumah, ketika kamu melihat anak-anak atau cucu-cucumu atau benda kepemilikanmu, kamu terikat pada mereka semua. Namun ini adalah akar dari Kelahiran dan Kematian. Kamu mungkin melafalkan nama Buddha dengan mulutmu, namun jika akar cinta-kemelekatan di dalam pikiranmu dan kamu tidak pernah kehilangannya untuk sesaat pun, kamu tidak perlu heran mengapa kamu tidak bisa berkonsentrasi dalam Pelafalan Buddha!

Ketika pikiran dipenuhi dengan kemelekatan pada dunia Saha, Pelafalan Buddha tetaplah dangkal. Sebagian dari pikiran mempraktikkan Pelafalan Buddha sementara bagian yang lain terus menerus dipenuhi dengan cinta-kemelekatan. Jika pikiran tentang anak dan cucu di garis terdepan pikiranmu, pikiran tersebut kemudian mencoba melafalkan nama Buddha tidak bisa bertahan dari pikiran cinta, dan kemudian kau tidak bisa memotong cinta-kemelekatan. Jika demikian, bagaimana kamu bisa berharap mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian?

Karena kondisi melekat ini berakar dari banyak kehidupan lampau, untuk berhasil dalam Pelafalan Buddha, mulailah dari sekarang juga, meskipun kamu belum akrab dengan metode ini dan belum memiliki pikiran yang tulus. Jika kamu sekarang tidak memiliki kuasa dan tidak memiliki kendali atas dirimu, kamu juga tidak memiliki kendali hingga momen terakhir hidupmu.

Oleh sebab itu, saya menyarankan kalian semua: jika kamu ingin benar-benar melafalkan nama Buddha dan mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian, potonglah akar Kelahiran dan Kematian dalam pikiran demi pikiran. Tidak disarankan menunggu hingga akhir dari hidupmu untuk melakukannya. Saya menyarankan kamu untuk melakukan yang terbaik. Bawa dalam pikiran bahwa segala sesuatu adalah soal Kelahiran dan Kematian. Untuk mengakhiri lingkaran Kehidupan dan Kematian dalam masa hidupmu yang sekarang, berkonsentrasilah melafalkan nama Buddha dalam pikiran demi pikiran. Jika kamu berpraktik dengan cara demikian dalam setiap momen dan masih tidak bisa mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian, maka Para Buddha berbohong. Jadi apakah kamu seorang bhiksu atau umat awam, jagalah Kelahiran dan Kematian di baris depan pikiranmu. Ini merupakan metode untuk bebas dari Kelahiran dan Kematian dan tiada Dharma yang lebih luar biasa daripadanya.

Praktikkan Pelafalan Buddha dengan pikiranmu sendiri. Melafalkan nama Buddha adalah melafalkan pikiranmu sendiri, pikiran demi pikiran, tanpa terganggu. Buddha dan Pikiran adalah sama. Tanpa ada subyek ataupun obyek, pikiran menjadi kosong; baik subyek ataupun obyek menetap. Ini disebut melafalkan pikiran diri sendiri, melafalkan Kebuddhaan dirinya sendiri. Jika kamu kehilangan satu pikiran, kamu akan jatuh ke dalam karma dan iblis.



Banyak orang yang mengikuti Zen gaya masa kini mengiranya sebagai ‘Dharma Tertinggi’. Mereka memandang rendah Tanah Murni dan tidak mempraktikkannya. Dikarenakan kesukaan mereka akan pengakuan, mereka mempelajari beberapa kata dan kalimat dari orang bijak kuno sehingga mereka bisa berbicara dengan cerdas dan saling memuji satu sama lain. Ini bukan praktik yang sebenarnya. Saran untuk memasuki pintu Dharma sedang merosot. Orang-orang ini juga merendahkan sutra-sutra Mahayana, mengakui bahwa mereka hanya kata-kata dan tidak perlu dibaca. Meskipun orang-orang demikian mungkin bisa menumbuhkan beberapa kebajikan, mereka tidak bisa menyelamatkan diri mereka sendiri. Ini benar-benar mengerikan. Kebanyakan dari mereka tidak memahami sutra-sutra Mahayana, tidak memahami bahwa terdapat banyak metode yang berguna untuk mengajar makhluk hidup, tidak mengetahui makna dari pernyataan: ***“Segala sesuatu kembali ke kesatuan (manunggal), namun terdapat banyak metode berguna yang menuntun kita pada pemahaman Kebenaran.”*** Mereka hanya mengetahui ajaran Para Sesebuah bahwa jalan tertinggi adalah Pencerahan. Dikarenakan makna sebenarnya dari Pencerahan adalah mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian. Bukankah ini adalah tujuan utama Pelafalan Buddha?

Kebanyakan praktisi Zen gagal lolos dari lingkaran Kelahiran dan Kematian, sementara pengikut Tanah Murni lebih mudah untuk lepas dari lingkaran tersebut. Apa nalar untuk hal ini? Ini dikarenakan untuk mempraktikkan Zen, kamu harus menghentikan proses berpikir, sementara untuk melafal nama Buddha, kamu harus berkonsentrasi pada pikiran. Dikarenakan makhluk hidup telah terperangkap dalam pikiran salah untuk berkalkulasi yang tak terkatakan panjangnya, sangat sulit untuk melepaskan mereka darinya. Pelafalan Buddha merubah pikiran tercemar menjadi pikiran murni, melawan racun dengan racun untuk memurnikan pikiran seseorang sendiri [ 5]. Oleh karena itu, praktik Zen sulit mencapai Pencerahan, sementara Pelafalan Buddha membuatnya mudah mencapai tujuan. Jika kamu benar-benar ingin mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian dan kamu berkonsentrasi dalam Pelafalan Buddha, tak butuh lagi terlebih merasa khawatir akan mengakhiri lingkaran tersebut.

Orang masa kini berpikir bahwa Dharma Tanah Murni sebagai metode yang berguna. Sedikit yang mereka sadari bahwa ini juga adalah ‘Dharma yang luar biasa’. Ambil contoh Samantabhadra, yang tubuh Dharma-nya meliputi seluruh Alam Dharma. Beliau membuat sepuluh Ikrar Agung mengarah pada Tanah Murni. Sesebuah Asvaghosa bergantung pada seratus bagian sutra-sutra Mahayana untuk menulis Sastra tentang Kebangkitan Keyakinan, menunjukkan pada makhluk hidup jalan menuju Tanah Murni. Semua sesebuah di Timur (yakni Asia Timur) terlibat dalam transmisi Pikiran-ke-Pikiran. Meski mereka tidak selalu merujuk pada Tanah Murni, jika setelah tercerahkan dan mengakhiri lingkaran Kehidupan dan Kematian, mereka tidak beralih pada Tanah Murni, Akankah itu tidak menjadi nihilisme?

Master Zen Yung-Ming mengumpulkan semua bagian dari keseluruhan Tripitaka menunjukkan bahwa mengarahkan pikiran adalah kembali ke Tanah Murni. Selama Masa Akhir-Dharma, banyak Master Zen yang mengagungkan Tanah Murni Barat. Terlebih, Dharma Tanah Murni dikotbahkan oleh Buddha Sakyamuni sendiri tanpa dimohon dan dipuja oleh semua Buddha di seluruh sepuluh penjuru. Bukankah Para Buddha, Bodhisattva dan Sesebuah jauh lebih berharga dibandingkan segelintir orang yang tidak peduli, makhluk hidup yang tercemar?

Siapa yang bersungguh-sungguh ingin mempraktikkan Tanah Murni seharusnya tidak meminta bantuan yang lain. Ia seharusnya bergantung semata-mata pada pikirannya sendiri jika ia bersungguh-sungguh ingin mengakhiri lingkaran Kehidupan dan Kematian. Seperti jika terdapat api di kepalanya, ia tidak bisa menunda lebih lama lagi.

Sebagai contoh, jika seseorang menjadi sakit tak berdaya, sangat menderita, dan seseorang seharusnya mencari obat mujarab yang akan mengobati penyakitnya, dan jika orang ini memiliki cara pandang yang benar, yakin akan obat ini dan meminumnya dengan benar, membiarkan tubuh mengeluarkan penyakitnya, ia akan sembuh dengan cepat. Ia akan kemudian secara alamiah akan meyakini bahwa ini merupakan obat yang luar biasa. Serupa dengan ini, siapapun yang yakin akan Dharma Tanah Murni dan mempraktikkan Pelafalan Buddha hingga saat-saat terakhirnya akan menemukan bahwa metode ini benar dan luar biasa adanya. Tidak dibutuhkan memohon pada yang lain.

Saya menyarankan kamu semua berusaha sekeras-kerasnya.





## Orang-orang Seharusnya Mempraktikkan Tanah Murni

Buddha Sakyamuni berkata: “Terdapat banyak cara praktik yang berguna, dan masing-masing bisa mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian.” Melafal nama Buddha memohon agar dilahirkan kembali di Tanah Murni merupakan jalan pintas. Ajaran yang luar biasa dan sempurna Avatamsaka Sutra dan Sutra Teratai, demikian juga tingkahlaku yang luhur dari Bodhisattva Samantabhadra, semuanya mengarah pada dan menuntun ke Tanah Murni. Seperti halnya Sesepuh Asvaghosa dan Nagarjuna semuanya mendukung Tanah Murni.

Dharma ini bisa mengalihkan manusia di ketiga tingkatan: superior, menengah dan inferior. Dharma ini bisa dipraktikkan memberikan dampak yang baik oleh semua manusia apakah yang berkapasitas kurang maupun yang tajam. Tidak dibatasi bagi mereka yang dangkal akarnya. Diajarkan dalam sutra-sutra bahwa jika kamu ingin memurnikan tanah Buddha, kamu harus memurnikan pikiranmu terlebih dahulu. Jika kamu ingin mendapatkan karma murni, kamu harus memurnikan pikiran dirimu sendiri. Untuk memurnikan pikiranmu, kamu harus mempertahankan disiplin suci (menjaga sila). Melepaskan tiga kejahatan tubuh, empat kejahatan mulut dan tiga kejahatan pikiran, keseluruhannya ada sepuluh karma jahat. Mereka adalah penyebab penderitaan dalam Ketiga Alam.

Mulai dari sekarang, kamu harus mempertahankan peraturan disiplin dan menjaga tiga karma tubuh, ucapan, dan pikiran tetap murni dan bersih. Dengan demikian pikiran akan secara alamiah menjadi murni. Jika kamu tidak membunuh makhluk hidup, mencuri atau berjinah, maka karma tubuh menjadi murni. Jika kamu tidak berbohong atau mengelabui dengan makna ganda dan tidak memperlakukan sesukanya berkata kasar, kotor, maka ucapan akan menjadi murni. Jika kamu tidak membiarkan merasuki pikiranmu dengan perasaan iri hati dan marah serta tidak memiliki pandangan yang menyimpang, maka karma pikiran akan menjadi murni. Jika kamu dapat memotong sepuluh karma jahat untuk selamanya, Ketiga Alam akan dibersihkan dan dimurnikan. Ini sangat penting bagi penyucian pikiranmu.

Sekali kamu memiliki pikiran yang bersih dan murni serta mengembangkan ketidaksukaan akan penderitaan di Dunia Saha, buatlah ikrar untuk dilahirkan dalam Tanah Murni. Kemudian, praktikkan tindakan benar dengan Pelafalan Buddha agar mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian. Blokir semua rintangan dari luar dan berkonsentrasilah secara tulus [atau terpusat] melafalkan nama Buddha Amitabha dalam pikiran demi pikiran selama dua puluh empat jam sehari tanpa berhenti. Saat kamu berjalan, berdiri, duduk, atau berbaring, apakah kamu sedang bergerak atau diam, dalam waktu luang atau sibuk, kamu harus selalu dalam pikiran bersih tanpa pikiran tersesat apapun dan harus tidak dipengaruhi oleh kondisi dari luar yang menyusup. Jika kamu bisa mempraktikkannya untuk jangka waktu yang lama, tidak pernah melupakan Pelafalan Buddha bahkan di dalam mimpi, melafalkannya dengan tenang dan berkelanjutan apakah sedang tertidur atau sadar, tanpa pikiran teralihkan apapun, dan jika kamu bisa melafalkan nama Buddha seperti ini hingga saat-saat terakhirmu, alam Tanah Murni akan hadir di hadapanmu.

Maka, sebagai hasilnya, kamu tidak akan lagi terikat oleh lingkaran Kelahiran dan Kematian. Buddha Amitabha akan menjawab dengan memancarkan sinar cahayanya dan menuntunmu untuk dilahirkan kembali dalam Tanah Murni.

Pelafalan nama Buddha dengan terkonsentrasi adalah tindakan yang tepat. Meskipun demikian, untuk pemahaman lebih dalam, visualisasi dibutuhkan. Demikianlah, Sutra Meditasi [teks kunci Tanah Murni] menyatakan:

Buddha Sakyamuni mengajarkan enam belas meditasi dan perenungan yang luar biasa pada Ratu Vaidehi, sehingga ia bisa mencapai kelahiran kembali di Tanah Murni dalam satu masa kehidupan.

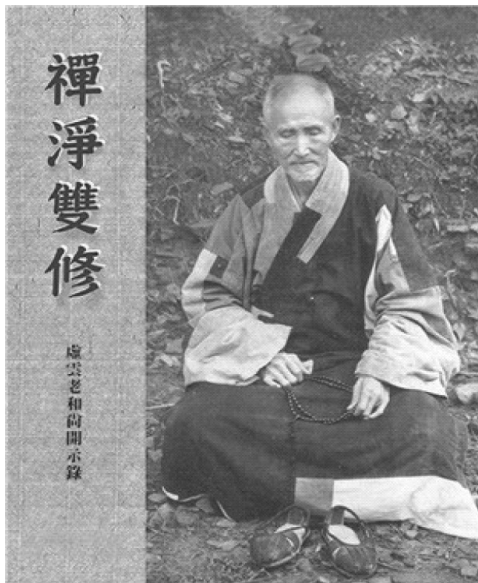
Ketika sedang berlatih sendirian atau dengan didampingi teman, pilihlah salah satu dari keenambelas meditasi, tergantung pada tujuan dan ikrarmu. Kamu boleh memvisualisasikan hanya Buddha Amitabha dan Para Bodhisattva atau alam Tanah Murni lainnya dengan dataran emasnya dan bunga teratai mekar yang menakjubkan. Jika kamu menjaga objek visualisasi dengan jelas dalam pikiran selama dua puluh empat jam sehari, apakah sedang berjalan, duduk, berdiri, berbaring dengan mata terbuka atau tertutup, alam Tanah Murni akan selalu hadir di hadapanmu.

Jika kamu dapat melanjutkan praktik meditasi ini selama jangka waktu yang lama, kamu akan segera menjadi

tercerahkan. Tanah Murni kemudian berada di mana-mana.

Seperti yang pernah diujarkan, “terlahirkan adalah semata-mata terlahirkan, namun kembali [ke Tanah Murni] tidaklah benar-benar kembali.” Ini adalah doktrin luar biasa dari Tanah Murni Hanya-Pikiran. Jika seseorang mampu menjaga disiplin seperti yang dikatakan sebelumnya, maka keenam organ akan menjadi bersih ketika seseorang mempraktikkan visualisasi dari satu pikiran demi pikiran lainnya, maka mudah untuk menyelesaikan praktik luar biasa ini. Hal ini merupakan sebab yang nyata terlahir kembali dalam Tanah Murni.

Sebaliknya, Buddha Sakyamuni mengajarkan, jika seseorang berbicara mengenai Pelafalan Buddha dan terlahir kembali di dalam Tanah Murni namun tidak menjaga sila yang dibutuhkan atau membersihkan noda – sementara itu secara terus menerus memiliki pikiran yang tercemar dan jahat – ia tidak akan pernah bisa mencapai Sang Jalan. Untuk alasan ini, semua praktisi seharusnya mempertahankan disiplin sebagai pondasi, untuk mendampingi mereka dalam praktik visualisasi dan Pelafalan Buddha yang benar. Siapapun yang berpraktik dengan cara demikian dijamin akan terlahir kembali dalam Tanah Murni.



## Doktrin Penting Tanah Murni dan Zen

Mereka yang terlibat dalam [praktik ganda dengan] Pelafalan Buddha dan Zen seharusnya menggunakan nama Buddha Amitabha sebagai hua-t'ou. Selama Pelafalan Buddha, kamu seharusnya bertanya “siapa yang melafalkan nama Buddha?” Jika kamu terus bertanya dan bertanya, akan tiba saatnya ketika semua pikiran salah menghilang seketika. Tidak ada pikiran demikian yang bisa tumbuh, atau jika mereka muncul, mereka akan ditekan dengan segera. Kamu akan hanya memiliki pikiran yang tunggal dan terang, laksana matahari terang benderang di langit, dan tak akan pernah menimbulkan pikiran keliru. Pikiran tersesat tidak akan lagi berkuasa. Selanjutnya, kamu akan mengalami ketenangan dan kewaspadaan, Mahaguru Yung-Chia berkata:

Ketenangan disertai kewaspadaan adalah tepat, namun ketenangan tanpa perhatian-penuh adalah keliru. Kewaspadaan disertai dengan ketenangan adalah tepat, namun kewaspadaan yang disertai oleh pikiran tersesat adalah keliru.

Jika ketenangan tidak mengarah kepada kebingungan dan kurangnya perhatian-penuh dan kewaspadaan tidak menyebabkan pikiran yang tersesat, maka kewaspadaan dan ketenangan akan tumbuh bersama. Kamu membiarkan keduanya “tenggelam” dan “mengambang” hingga tak ada satu pun pikiran muncul dalam pikiran, tidak juga masa lalu, masa sekarang dan masa depan; kemudian, seketika kekelaman pecah dan kau melihat Wajah Aseli-mu. Tubuh, pikiran dan dunia segera menjadi damai. Kemudian bunga di angkasa [yakni dunia ilusi ini] menghilang, dan segala sesuatu di sepuluh arah menjadi terang karena sebuah cahaya cemerlang menyinari semuanya.

Ketika kamu tiba pada tahap ini, terang yang sempurna ini selalu hadir dalam keseharianmu dan kau tak akan lagi memiliki keraguan apapun. Kamu akan percaya dengan pikiranmu sendiri, di mana bersifat intrinsik sifatnya. Maka kamu tidak berbeda dari Para Buddha dan Para Sesebuah. Ketika kamu mencapai tingkatan ini, kamu tidak perlu lagi berpegangan pada Kekosongan. Apabila kamu menggenggam Kekosongan, kamu akan jatuh dalam kejahatan pandangan sesat. Tidak juga kamu berpegangan pada Keberadaan ataupun Yang Luar Biasa. Apabila kamu menggenggam Keberadaan, kamu juga akan jatuh dalam jalan yang sesat.

Apabila selama praktik, kamu menemukan beberapa alam hadir di dalam pikiran, kamu tidak boleh merengkuhnya namun cukup biarkan saja berlalu. Kemudian alam tersebut akan menghilang. Kamu juga seharusnya tidak takut akan alam yang buruk tidak juga bersukacita dalam alam yang menyenangkan saat mereka muncul, karena ini adalah tindakan para iblis. Jika kecemasan atau kebahagiaan tumbuh, ini juga merupakan pandangan para iblis. Seorang praktisi seharusnya memahami bahwa alam ini datang dari pikirannya sendiri dan bukan dari luar. Kamu harus memahami bahwa pikiran kita pada dasarnya bersih dan jernih, tanpa satu pikiran pun, bukan tersesat ataupun tercerahkan. Kita tidak termasuk dalam dunia maupun alam yang murni, tidak juga dalam alam lain manapun. Namun, dikarenakan kita pada saat ini masih tersesat, kita harus berpraktik untuk menghilangkan ketidakpedulian dan kebiasaan buruk.

Jika seseorang bisa membuka pikirannya sendiri – yang asalnya terang, meliputi semuanya, bersih dan jernih – sehingga menjadi Kewajaran Yang Luar Biasa dan tidak dibutuhkan lagi berpraktik. Kendati, karena praktisi

kini belum melihat Sifat-Dasar-Diri (Pikiran), mereka harus berpraktik secara giat dengan tujuan mencapai tahapan tertinggi dan mengkahiri Kelahiran dan Kematian.

Buddha Sakyamuni mengajarkan Dharma Pikiran. Terdapat metode Dharma yang tak terhitung jumlahnya, namun semuanya bertujuan untuk mencerahkan pikiran. Metode Zen yang sangat penting telah diperkenalkan oleh beberapa Sesepuh, namun pencerahan pikiran dan Pelafalan Buddha telah diajarkan oleh Para Buddha dan banyak Bodhisattva kesepuluh tingkatan. Singkatnya, kamu harus mempraktikkan Pelafalan Buddha untuk menjadi seorang Buddha. Bahkan Para Bodhisattva yang telah berhasil mencapai tingkat Kewajaran Sejati (Bhutatathata) dan Pencerahan tidak pernah bisa terpisah dari kesadaran-penuh akan Buddha, Dharma dan Sangha.

[Dalam Avatamsaka Sutra,] pemuda Sudhana mengunjungi lima puluh tiga Penasihat Spiritual Baik. Yang pertama bhiksu Awan Kebajikan, yang mengajarkan padanya penyelamatan Dharma Pelafalan Buddha. Yang terakhir ia kunjungi adalah Bodhisattva Samantabhadra, yang mengajarnya untuk mencapai Pencerahan Luar Biasa, ia hanya butuh berpaling pada Tanah Murni Barat, menyaksikan Tathagata Cahaya Tanpa-Batas (Buddha Amitabha) dan menerima ramalan Pencerahan. Catat ini: bahkan kendaraan tertinggi Hua-Yen (aliran Avatamsaka), yang meliputi seluruh alam Dharma, juga menganjurkan Pelafalan Buddha. Para Bodhisattva di kesepuluh tingkatan, bahkan mereka yang telah mencapai Pencerahan, masih mempraktikkan perhatian-penuh pada Buddha (Pelafalan Buddha).

Terdapat mereka yang dalam Masa Akhir-Dharma yang meremehkan Pelafalan Buddha sebagai praktik yang rendah. Namun mengapa mereka harus memiliki keraguan dengan membedakan antara Zen dan Tanah Murni? Orang yang demikian kurang pengetahuan dan gagal memahami maksud Para Buddha. Mereka membuat dikotomi yang keliru. Bertolak pada Tanah Murni Hanya-Pikiran, jika pikiran murni, maka tanah pun murni. Dengan demikian, siapapun yang mempraktikkan Zen namun tidak bisa mengendalikan pikirannya seharusnya mempraktikkan Pelafalan Buddha untuk menenangkan pikirannya. Pikiran yang murni adalah pikiran yang tercerahkan.

Bahkan Para Bodhisattva yang telah tercerahkan masih mempraktikkan Pelafalan Buddha, karena tanpa Pelafalan Buddha (kesadaran-penuh pada Sang Buddha) mereka tidak akan bisa mencapai Penerangan Sempurna. Kita tahu bahwa semua Sesepuh mencapai Pencerahan melalui Pelafalan Buddha (kesadaran-penuh pada Sang Buddha). Siapun yang mempraktikkan Pelafalan Buddha dengan terkonsentrasi dan tanpa terganggu akan menemukan bahwa seluruh noda akan hilang. Dengan pikirang yang kemudian menjadi murni, mereka disebut sebagai yang tercerahkan. Lihatlah dengan cara demikian: Pelafalan Buddha adalah Zen. Tidak ada Bodhisattva yang mengabaikan kesadaran-penuh pada Sang Buddha setelah Pencerahan. Semua Sesepuh mencapai kelahiran kembali dalam Tanah Murni [pikiran mereka]. Dengan demikian, Pelafalan Buddha adalah Zen, Zen adalah Pelafalan Buddha.

Sejak masa lampau, pertanyaan ini tetap tak terpecahkan; saya akan menjawabnya sekarang dan menghancurkan pandangan bahwa Tanah Murni dan Zen adalah berbeda. Seandainya semua Buddha muncul di dunia ini, mereka akan mengatakan hal yang sama. Mengabaikan Dharma ini dan merengkuh kata-kata yang salah adalah pekerjaan iblis dan bukan Dharma sejati.

## **Tanah Murni Bisa Menyelamatkan Semua Makhluk Hidup dalam Samudera Penderitaan**

Buddha Sakyamuni secara khusus mengajarkan Dharma Tanah Murni untuk menyelamatkan semua makhluk hidup di dalam dunia Saha. Beliau menganjurkan orang-orang melafalkan nama Buddha Amitabha dan berikrar untuk dilahirkan kembali di dalam Tanah Murni. Dharma yang luar biasa ini diajarkan dalam Amitabha Sutra dan dibabarkan oleh seluruh Buddha di sepuluh arah. Tanah Murni merupakan ajaran khusus yang disesuaikan untuk semua makhluk hidup pada Masa Akhir-Dharma.

Terdapat banyak metode berbeda dalam mempraktikkan Tanah Murni. Jika sekelompok orang





mempraktikkannya bersama dalam sebuah vihara, terdapat prosedur memulainya dalam komentar-komentar Tanah Murni. Seorang individu yang mempraktikkan Dharma Tanah Murni sendirian berlutut pada Para Buddha dan melafalkan Sutra Berlian dan Amitabha sekali setiap sesi. Ia kemudian mengulang-ulang nama Buddha Amitabha sebanyak lima ribu hingga sepuluh ribu kali, setelah ia membuat sebuah ikrar agar terlahir kembali di dalam Tanah Murni, berkata: "Saya berharap terlahir kembali di dalam Tanah Murni Barat, dengan bunga teratai sembilan tingkat sebagai orang tuaku. Ketika semua kelopak teratai mekar sempurna, saya akan melihat Buddha Amitabha dan tercerahkan hingga Kebenarana Absolut, dengan Para Bodhisattva yang tak akan merosot lagi sebagai temanku." Ini dilakukan pada pagi hari dan kemudian dengan cara yang sama pada malam hari.

Terpisah dari sesi-sesi ini, selama sepanjang hari, praktisi hanya mengulang-ulang nama Buddha dan mempertahankan Buddha Amitabha di dalam pikirannya, pikiran demi pikiran, tanpa gangguan, menggenggam nama Amitabha sebagai semangat utamanya. Apakah berjalan, berdiri, duduk atau berbaring, ia selalu melafalkan nama Buddha Amitabha. Jika ia harus berhadapan dengan situasi yang berat atau menyenangkan serta ia terdorong untuk marah atau bahagia, ia hanya butuh berkonsentrasi dengan mengulang-ulang nama Buddha Amitabha untuk kemarahan tersebut, sehingga pencemaran [dan kondisi pikiran-mengganggu lainnya, seperti kebahagiaan] berhenti.

Karena kekotoran [batin] merupakan akar Kelahiran dan Kematian, kita melafalkan nama Buddha untuk membersihkan diri dari cemar dan berpaling dari penderitaan Kelahiran dan Kematian. Jika seseorang yang melafalkan nama Sang Buddha membersihkan dirinya dari kekotoran, ia bisa mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian. Jika ia bisa mengatasi kekotoran [batin] selama Pelafalan Buddha, ia dapat mengatasinya dalam mimpi-mimpinya. Jika ia dapat mengatasinya dalam mimpi-mimpinya, ia dapat mengatasinya selama sakit. Dan jika ia dapat mengatasi kekotoran ketika sakit, ia bisa mengatasinya hingga saat-saat terakhirnya. Kemudian menjadi sangat jelas bahwa ia bisa terlahirkan kembali dalam Tanah Murni.

Hal ini tidaklah sulit, namun ketulusan, pikiran yang bersungguh-sungguh diperlukan untuk mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian. Dalam mengulang-ulang nama Buddha Amitabha, jangan pikirkan yang lainnya selama periode waktu yang lama, dan kamu akan mendapatkan kebahagiaan besar. Semua praktisi seharusnya memahami Dharma ini. Siapapun yang bisa melafalkan nama Buddha dan mempraktikkan Dharma ini adalah seorang praktisi sejati. Siapapun yang mengabaikan metode ini tidak akan menemukan cara yang lebih baik untuk mencapai tujuan ini.

Jangan mendengarkan orang dengan ajaran sesat, agar dirimu tidak membangun pikiran yang salah. Terdapat metode luar biasa [sebagai tambahan terhadap metode pelafalan oral yang digambarkan di atas] yang akan kuajarkan pada kalian semua: bayangkan sebuah teratai mahabesar, berbentuk seperti roda dan berwarna biru, kuning, merah atau putih. Selama meditasi dan Pelafalan Buddha, selalu berkontemplasi teratai ini bersemi dengan jelas. Juga, bayangkan dirimu duduk di atas kursi bunga teratai ini. Bayangkan tentang Buddha Amitabha memancarkan cahaya, menerangi tubuhmu. Selama visualisasi, jangan terikat pada posisi jalan, berdiri, duduk atau berbaring. Juga, jangan terikat pada waktu. Hanya visualisasikan Tanah Murni dengan jelas. Apakah matamu terbuka atau terpejam, [gambaran tersebut] seharusnya tidak boleh menjadi kabur. Bahkan hingga dalam mimpimu kamu seharusnya tetap melihat Buddha Amitabha, Bodhisattva Avalokitesara (Kuan Yin) dan Mahasthamaprapta (Shih Chih) dan semua Bodhisattva lainnya duduk di atas bunga teratainya masing-masing, semuanya terang dan jelas.

Jika praktisi bisa memvisualisasikan bunga teratai tersebut dengan konsentrasi sempurna hingga saat-saat terakhir, ia bisa mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian. Pada saat kematian, teratai tersebut akan muncul di hadapannya dan ia akan melihat dirinya duduk di antaranya. Ia juga akan melihat Amitabha, Avalokitesvara dan Mahasthamaprapta, seluruhnya datang menuntunnya untuk dilahirkan kembali dalam Tanah Murni Barat, tidak akan kembali lagi ke Dunia Saha, tidak akan lagi menanggung penderitaan Kelahiran dan Kematian.

Siapun yang mempraktikkan Dharma Tanah Murni akan mencapai kelahiran kembali dalam Tanah Murni dalam satu masa hidup. Dikatakan berulang kali di dalam sutra-sutra bahwa ini adalah metode langsung dan rute yang terpendek ke Tanah Murni. Seseorang hanya perlu mengambil jalan singkat melafalkan nama Sang Buddha. Siapapun yang mengabaikan Dharma luar biasa ini tidak menemukan langkah yang lebih baik untuk diikuti.

## Alasan Mengajarkan Dharma Tanah Murni

Terdapat tiga kendaraan dalam Dharma [kendaraan Para Sravaka, Pratyeka Buddha, Bodhisattva] untuk orang yang belajar dan berpraktik. Namun ketakutanku mengenai semua darinya adalah jika praktisi tidak bisa mencapai hasil dalam satu masa kehidupan, ia mungkin akan tenggelam dalam samudera Kelahiran dan Kematian, tidak mampu untuk bebas [untuk berkalpa-kalapa yang akan datang].



Praktisi Zen mungkin mengakhiri lingkaran Kelahiran dan Kematian dalam satu masa kehidupan. Namun terlalu banyak pikiran salah dan kebiasaan yang mendarah daging mendalam membuatnya sulit mempraktikkan Zen.

Jika seseorang tidak mencapai Pencerahan dalam kehidupan ini, ia akan terus menerus masuk kembali dalam lingkaran Kelahiran dan Kematian. Oleh karena itu, Buddha Sakyamuni mengajarkan Dharma Tanah Murni. Bukan masalah jika seseorang memiliki kemampuan rendah, menengah ataupun superior. Bukan masalah jika seseorang kaya raya, berpangkat tinggi, atau miskin dan terbelakang. Selama ia mempraktikkan Dharma ini, ia dijamin memperoleh hasil dalam satu masa kehidupan. Tidak ada Dharma lain yang lebih luar biasa dan bermanfaat dibandingkan jalan pintas Pelafalan Buddha. Mengapa? Karena ketika kita menetap di dunia Saha ini, kita berada di dalam sebuah dunia yang penuh penderitaan. Terdapat penderitaan kelahiran, penderitaan usia tua, penderitaan penyakit, penderitaan kematian, penderitaan akan keinginan yang tidak terwujud, penderitaan akibat hal yang tidak menyenangkan, dan seterusnya; terdapat begitu banyak jenis penderitaan. Singkatnya, penderitaan-penderitaan ini tak terlukiskan. Bahkan orang dengan jabatan yang tinggi dan makmur yang terlihat menemukan kebahagiaan dalam hidup, semuanya berdampak penderitaan di masa depan.

Dikarenakan semua penderitaan dalam dunia Saha sangat sulit untuk dijaui, Buddha Sakyamuni mengajarkan Dharma Tanah Murni. Dalam wilayah tersebut semua makhluk hidup bebas dari penderitaan dan menikmati setiap kebahagiaan, dan oleh sebab itu disebut sebagai Tanah Kebahagiaan Puncak. Karena alam itu tanpa pencemaran, ia disebut sebagai Tanah Murni. Semua makhluk terlahir dari sebuah bunga teratai. Oleh karena itu tidak ada penderitaan kelahiran. Semua makhluk memiliki hidup yang tak terbatas. Oleh karena itu, tidak ada penderitaan usia tua dan kematian. Makanan dan pakaian tersedia secara alamiah. Oleh karena itu tidak ada keinginan yang tak terwujud. Karena seseorang bisa bergabung dengan kelompok makhluk superior yang terkumpul dalam satu tempat, tidak ada penderitaan akibat hal yang tidak menyenangkan. Karena Tanah tersebut diperindah oleh tujuh harta, ia tidak dikotori oleh reruntuhan dan duri. Semuanya disebutkan dalam sutra-sutra. Mereka yang memohon agar dilahirkan dalam Tanah Suci hanya berkonsentrasi dengan tulus melafalkan nama Buddha.

Agar praktik tepat, selama pelafalan visualisasikan dirimu sendiri duduk di atas bunga teratai. Kemudian, pada saat-saat terakhirmu, kamu akan melihat Buddha Amitabha dan sebuah lotus besar memancarkan cahaya di depanmu menuntunmu untuk dilahirkan kembali dalam Tanah Murni. Kamu tidak akan lagi merosot atau tenggelam kembali dalam samudera Kelahiran dan Kematian. Ini merupakan hasil dari mempraktikkan Tanah Murni dan jasa hasil Pelafalan Buddha.

Barangsiapa yang melafalkan nama Sang Buddha dengan tulus akan segera menemukan Pencerahan atau melihat Sifat Sejati-Diri. Hanya diperlukan memvisualisasikan Buddha Amitabha dan melafalkan nama-Nya. Berdana dan memberikan persembahan pada Tiga Mustika (Buddha, Dharma dan Sangha), demikian juga menambah amal yang lain dengan memuja Tanah Para Buddha, merupakan kegiatan yang mendukung.

Meski demikian, bahkan jika kamu mempraktikkan Pelafalan Buddha dan membuat ikrar agar terlahir kembali dalam Tanah Murni Barat, kamu harus tetap mengangkat akar Kelahiran dan Kematian untuk menjamin kelahiran kembali. Apa akar dari Kelahiran dan Kematian? Kerakusan dan merenggut segala sesuatu di dunia. Banyak hal yang memberikan kenikmatan, seperti warna yang indah, suara dan rasa yang menyenangkan, kenyamanan badaniah merupakan penyebab dari penderitaan [karena mereka mengganggu pikiran]. Penyebab lain adalah kemarahan, kebencian, kerakusan dan pandangan salah dari ajaran sesat. Jangan percaya dengan mereka akan segalanya. Kamu hanya butuh berkonsentrasi pada Pelafalan Buddha, melafalkan Amitabha Sutra tiga kali sehari dan nama Sang Buddha beberapa ribu kali atau [jika kamu

sangat berkeyakinan kuat] lebih dari sepuluh ribu kali, dalam pikiran demi pikiran tanpa gangguan. Ini merupakan hua-t?€™uo dan ini merupakan Wajah Sejati-mu.

Kamu mungkin bertanya, kehidupan seperti apa dan apa yang akan datang setelah kematian? Mereka yang menciptakan akar kejahatan dalam hidup akan menemukan alam jahat muncul di hadapan mereka setelah kematian. Namun mereka yang melafalkan nama Sang Buddha mencari kehidupan kembali dalam Tanah Murni akan, pada saat-saat terakhir mereka, melihat alam Amitabha Buddha, Tanah Murni, muncul di depan mereka. Surangama Sutra berkata: “Proses berpikir membuat hamparan benua tersebut.”

Mempraktikkan, kamu harus menghilangkan semua pikiran keliru, dan itu sangat sulit. Mempraktikkan Tanah Murni adalah menggunakan pikiran murni untuk merubah pikiran tercermar. Ketika teratai muncul, hal itu merupakan kesempurnaan dari visualisasimu.

Terdapat tak terhitung metode yang berguna, namun merujuk pada Para Buddha dan Para Sesepuh, Dharma Tanah Murni khususnya adalah yang penting. Tidak dibutuhkan untuk memahami pikiranmu sendiri atau melihat Sifat Aseli-Diri-mu. Hanya dibutuhkan melafal nama Sang Buddha. Kata “Buddha” berarti Ia Yang Tercerahkan. Jika kamu melafalkan nama Sang Buddha dalam pikiran demi pikiran, tidak pernah melupakan-Nya bahkan untuk sesaat, kemudian, setiap pikiran merupakan pikiran yang tercerahkan. Jika pikiranmu melupakan Buddha Amitabha, itu bukanlah Pencerahan. Jika kamu bisa mempraktikkan Pelafalan Buddha dalam mimpimu seperti yang kamu lakukan di siang hari, hal tersebut merupakan kewaspadaan konstan. Jika pikiranmu tidak dikacaukan pada saat ini dan tidak dikacaukan pada saat-saat terakhirmu, maka kamu akan pasti dilahirkan kembali dalam Tanah Murni.

## T A M A T

### CATATAN AKHIR

1. Keempat lapis kelompok. Bhiksu, Bhiksuni, umat awam laki-laki, dan umat awam perempuan.
2. Kalimat ini merujuk pada aspek nomenon (transendental) Tanah Murni: “jika pikiran murni, maka tanah pun murni.” Aspek fenomenal dari Tanah Murni diungkapkan dalam Amitabha Sutra.
3. Untuk menggambarkan betapa sulitnya dilahirkan kembali ke alam manusia, Buddha Sakyamuni membandingkannya dengan perumpamaan seekor penyu buta, muncul dari kedalaman samudera hanya sekali setiap abad, akan dihalangi batang pohon yang ke sarang.
4. Penderitaan bisa disebut sebagai “”tamudebu.” Disebut “tamudebu” karena mereka datang dan pergi, tidak seperti Sifat Aseli kita yang kosong dan tenang. Disebut “debu” karena mereka melekat dan mencemari Pikiran Sejati, seperti halnya debu yang menutupi sebuah cermin terang dan mencegahnya dari memantulkan obyek di hadapannya.
5. Racun; obat. Pelafalan Buddha adalah racun pada asalnya. Ia juga merupakan pikiran salah yang, pada intinya, seharusnya dibuang. Pelafalan Buddha adalah obat karena bisa menyembuhkan pikiran yang asalnya adalah sumber segala penyakit. Ia juga merupakan penyembuh bagi individu dengan semua kapasitas di bawah semua keadaan.

Sumber:

*Zen Master Han-Shan Te-Ching,*

*Pure Land of The Patriarchs:*

*Zen Master Han-Shan on Pure Land Buddhism*

*Translated by Dharma Master Lok To*

*Sutra Translation Committee of*

*The United States and Canada*

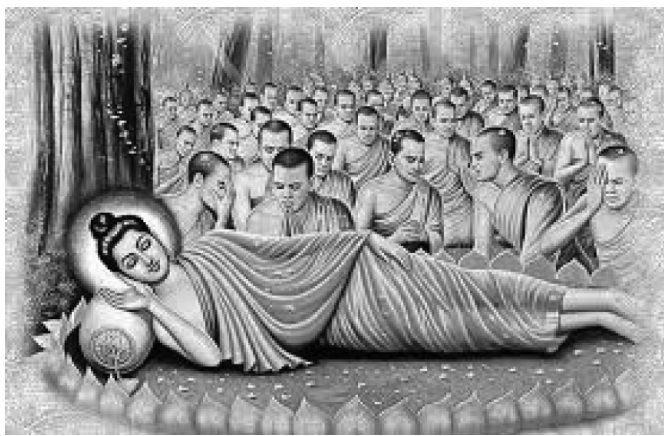
<http://vincentspirit.blogspot.co.id/2012/10/tanah-murni-para-sesepuh.html>

---

【破戒与破见】破戒的人，比破见的稍微好一些；破了见比破戒还严重。为什么原因？单单破戒，还可以忏悔，假使破了见，那就是恶性循环了，从邪入邪，邪知邪见，根深蒂固，永远没有超脱的时候

---





## BAGAIMANA SANG BUDDHA WAFAT?

Selama hari Vesak (Waisak), kita telah diberitahu bahwa hari itu juga merupakan hari dimana Sang Buddha mencapai Parinibbana. Tetapi tidak banyak orang mengetahui bagaimana Sang Buddha wafat. Teks-teks kuno menampilkan dua kisah tentang wafatnya Sang Buddha. Apakah wafatnya Sang Buddha direncanakan dan merupakan kehendak Sang Buddha, atau apakah karena keracunan makanan, atau ada

hal lain yang berkaitan satu sama dengan yang lain? Inilah jawabannya.

**Mahāparinibbāna** Sutta, yang merupakan kotbah panjang dalam Tipitaka Pali, tidak diragukan lagi merupakan sumber yang paling dapat dipercaya untuk perincian atas wafatnya Siddhattha Gotama (563-483 SM), Sang Buddha. **Mahāparinibbāna** Sutta disusun dalam bentuk naratif yang membiarkan para pembaca untuk mengikuti kisah hari-hari terakhir Sang Buddha, yang dimulai dari beberapa bulan sebelum Beliau wafat.

Walaupun demikian, untuk memahami apa yang sesungguhnya terjadi terhadap Sang Buddha adalah suatu hal yang tidak sederhana. Sutta, atau kotbah, melukiskan dua kepribadian Sang Buddha yang saling bertolak belakang, yang satu mengesampingkan yang lainnya.

Kepribadian Sang Buddha yang pertama adalah sebagai pembuat keajaiban yang menyeberangkan diri-Nya dan rombongan para bhikkhu ke seberang Sungai Gangga (D II, 89), Yang dengan mata batin melihat keberadaan para dewa di atas bumi (D II, 87), Yang dapat hidup sampai akhir dunia dengan syarat seseorang mengundang-Nya untuk melakukan hal itu (D II, 103), Yang menentukan waktu kemangkatan-Nya (D II, 105), dan Yang kemangkatan-Nya dimulihkan dengan hujan bunga surgawi, serbuk kayu cendana dan musik surgawi (D II, 138).

Kepribadian Sang Buddha yang lainnya adalah sebagai layaknya makhluk berusia lanjut yang jatuh sakit (D II, 120), Yang hampir kehilangan hidup-Nya karena sakit yang teramat sangat selama masa vassa-Nya (retreat musim hujan) yang terakhir di Vesali (D II, 100), dan Yang harus menghadapi penyakit dan kemangkatan-Nya yang tak diduga-Nya setelah mengonsumsi hidangan khusus yang ditawarkan oleh penjamu-Nya yang dermawan.

Dua kepribadian ini bergantian muncul dalam bagian-bagian yang berbeda dari cerita naratif tersebut. Lebih dari itu, di dalamnya juga nampak dua penjelasan mengenai penyebab mangkatnya Sang Buddha : Yang pertama, kemangkatan Sang Buddha disebabkan oleh pengiring-Nya, Ananda, yang gagal mengundang Sang Buddha untuk tetap hidup sampai akhir dunia atau bahkan lebih lama dari itu (D II, 117). Yang kedua adalah bahwa Sang Buddha mangkat karena sakit yang mendadak yang dimulai setelah Beliau makan makanan yang dikenal sebagai “*Sukaramaddava*” (D II, 127-157).

Kisah yang pertama mungkin suatu legenda, atau hasil dari suatu pergumulan politik di dalam komunitas Buddhis selama tahap transisi, sedangkan kisah yang terakhir terdengar lebih realistis dan akurat dalam menggambarkan situasi kehidupan nyata yang terjadi di dalam hari-hari terakhir Sang Buddha.

Sejumlah studi telah memusatkan perhatian pada asal-muasal hidangan khusus yang dimakan oleh Sang Buddha selama makanan terakhir-Nya sebagai penyebab kemangkatan-Nya. Bagaimanapun juga, ada pendekatan lain yang didasarkan pada deskripsi tentang gejala-gejala dan tanda-tanda yang diberikan dalam Sutta, yang bisa dijelaskan oleh pengetahuan medis modern.

Dalam salah satu lukisan dinding yang berada di Wat (Vihara) Ratchasittharam, Sang Buddha dalam keadaan mendekati ajal-Nya, tetapi Beliau masih menyempatkan diri untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh petapa Subhadda, yang menjadi siswa terakhir-Nya, yang setelah ditahbis menjadi anggota sangha, kemudian menjadi seorang Arahat.

### Apa yang kita ketahui

Dalam **Mahāparinibbāna** Sutta, kita diberitahukan bahwa Sang Buddha menderita sakit secara tiba-tiba setelah Beliau memakan suatu hidangan khusus yang lezat, *Sukaramaddava*, yang secara harafiah diterjemahkan sebagai “daging babi lunak”, yang telah disiapkan oleh penjamu dermawan-Nya, Cunda Kammaraputta. Nama dari hidangan tersebut menarik perhatian dari banyak sarjana, dan hal itu menjadi fokus dari riset akademis terhadap asal muasal makanan hidangan atau bahan baku yang digunakan di dalam memasak hidangan khusus ini.

Sutta tersebut sendiri selain memberikan detail-detail yang berkaitan dengan tanda-tanda dan gejala-gejala dari

penyakit Sang Buddha, juga menyertakan beberapa informasi yang dapat diandalkan mengenai keadaan Sang Buddha selama empat bulan sebelumnya, dan uraian ini juga sangat berarti secara medis.

Sutta tersebut diawali dengan rencana Raja Ajatasattu untuk menaklukkan negara saingannya, kerajaan Vajji. Sang Buddha melakukan perjalanan ke Vajji untuk menjalankan vassa (retret musim hujan) terakhir-Nya. Saat vassa inilah Beliau jatuh sakit. Gejala dari penyakit-Nya adalah tiba-tiba dan sakit yang teramat sangat.

Namun, sutta tersebut tidak memberikan gambaran atas letak dan karakter dari sakit-Nya tersebut. Sutta menyebutkan penyakit-Nya secara singkat, dan mengatakan bahwa sakitnya sangat keras, dan hampir membunuhnya.

Sesudah itu, Sang Buddha dikunjungi oleh Mara, Dewa Kematian, yang mengundang Beliau untuk mangkat. Sang Buddha tidak menerima undangan dengan segera. Hanya setelah Ananda, pengiring-Nya, gagal untuk mengenali isyarat yang diberikan-Nya mengenai kemangkatan Beliau. Sepotong pesan ini, meskipun terkait erat dengan mitos dan hal supernatural, memberikan kita beberapa informasi medis yang sangat berarti. Saat sutta ini disusun, penulisnya berada dalam keadaan terkesan bahwa Sang Buddha wafat bukan oleh karena makanan yang Beliau makan, tetapi dikarenakan Beliau telah memiliki penyakit yang serius dan akut serta memiliki gejala-gejala yang sama dengan penyakit yang pada akhirnya membuat-Nya mangkat.

## **Waktu Peristiwa**

Umat Buddha tradisi Theravada berpegang pada asumsi bahwa Buddha Historis wafat pada malam bulan purnama dalam penanggalan bulan di bulan Vesakha (yang kadangkala jatuh pada bulan Mei sampai Juni). Tetapi waktu tersebut bertolak belakang dengan informasi yang terdapat dalam Sutta, dimana secara jelas bahwa Sang Buddha segera mangkat setelah masa vassa (retreat musim hujan), kemungkinan besar adalah pada musim gugur atau pertengahan musim dingin, yaitu antara bulan November hingga Januari.

Uraian tentang keajaiban akan mekarnya daun-daun dan bunga-bunga pada pohon-pohon sala ketika Sang Buddha berbaring di antaranya, menunjukkan periode waktu yang diberikan dalam sutta.

Bagaimanapun juga, musim gugur dan musim dingin adalah musim yang tidak cocok untuk pertumbuhan jamur, yang menurut beberapa sarjana dipercaya sebagai sumber racun yang dimakan Sang Buddha selama memakan makanan terakhir-Nya.

## **Diagnosa**

Sutta tersebut menceritakan kepada kita bahwa Sang Buddha jatuh sakit dengan seketika setelah menyantap Sukaramaddava. Karena kita tidak mengetahui segalanya tentang sifat dasar makanan ini, menjadi sukar bagi kita untuk mengatakannya sebagai penyebab langsung dari penyakit Sang Buddha. Tetapi dari uraian yang diberikan, diketahui bahwa serangan penyakit tersebut berlangsung cepat.

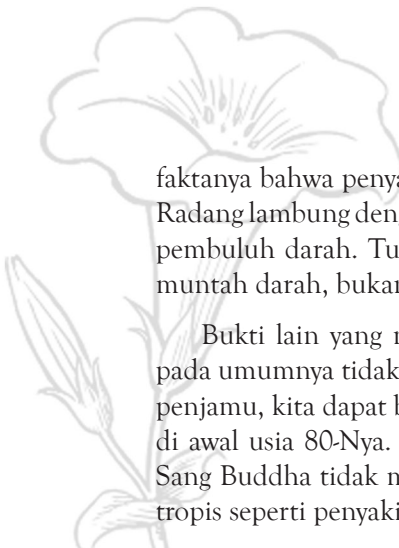
Ketika menyantap, Sang Buddha merasa ada sesuatu yang tidak beres dengan makanan itu dan Beliau menyarankan penjamu-Nya untuk menguburkan makanan tersebut. Segera setelah itu, Sang Buddha menderita sakit perut yang parah dan mengeluarkan darah dari rektum-Nya.

Masuk akal untuk kita mengasumsikan bahwa penyakit itu dimulai ketika Sang Buddha sedang menikmati makanan-Nya, sehingga membuat-Nya berpikir bahwa ada sesuatu yang salah dengan makanan yang tidak familiar itu. Karena kasih sayang-Nya kepada orang lain, maka Beliau sarankan agar makanan itu dikubur.

Apakah makanan yang beracun sebagai penyebab dari penyakit itu? Sepertinya tidak demikian. Gejala-gejala yang diuraikan tersebut tidak mengindikasikan keracunan makanan, yang bisa sangat akut, tetapi dapat dipastikan menyebabkan diare dengan darah. Umumnya, makanan beracun disebabkan oleh bakteri yang tidak segera membelah diri, tetapi mengalami suatu masa inkubasi selama dua sampai 12 jam untuk membelah diri, umumnya disertai bahan kimia beracun menjadi diare dan muntah-muntah yang akut, bukan dengan pendarahan.

Kemungkinan yang lain adalah bahan kimia beracun, yang juga memiliki efek cepat, tetapi bukanlah hal yang biasa bagi penyebab pendarahan usus yang sangat parah. Makanan yang beracun dengan pendarahan usus langsung hanya bisa disebabkan oleh bahan kimia yang bersifat menghancurkan (korosif) seperti asam cuka yang keras, yang dapat dengan mudah menimbulkan penyakit seketika. Tetapi bahan kimia yang bersifat menghancurkan tersebut sudah pasti akan menyebabkan pendarahan pada usus bagian atas, yang menimbulkan muntah darah. Tidak satu pun tanda-tanda parah tersebut disebutkan dalam teks.

Penyakit-penyakit radang dinding lambung juga dapat diabaikan dari daftar penyakit tersebut. Meskipun



faktanya bahwa penyakit ini menyerang dengan cepat, penyakit ini jarang diikuti oleh kotoran (feces) berdarah. Radang lambung dengan pendarahan usus menghasilkan kotoran berwarna hitam ketika radang menembus suatu pembuluh darah. Tukak pada saluran pencernaan yang lebih atas akan lebih memungkinkan mengakibatkan muntah darah, bukan pendarahan melalui rektum.

Bukti lain yang menyangkal kemungkinan ini adalah seorang pasien dengan radang lambung yang besar pada umumnya tidak mempunyai selera makan. Dengan menerima undangan untuk makan siang bersama sang penjamu, kita dapat berasumsi bahwa Sang Buddha merasa sehat yang dirasakan orang manapun yang berada di awal usia 80-Nya. Dengan usia-Nya yang demikian, kita tidak bisa mengesampingkan kemungkinan bahwa Sang Buddha tidak mempunyai suatu penyakit kronis, seperti TBC atau kanker atau suatu infeksi/peradangan tropis seperti penyakit tipus atau disentri, yang sangat lazim di jaman-Nya.

Penyakit-penyakit ini bisa mengakibatkan pendarahan usus bawah, tergantung pada letaknya. Penyakit-penyakit ini juga sesuai dengan sejarah dari penyakit awal Sang Buddha sepanjang masa vassa (retreat musim hujan). Tetapi penyakit-penyakit ini dapat dikesampingkan, karena pada umumnya penyakit-penyakit ini diikuti oleh gejala lain, seperti kelesuan, hilangnya selera makan, penurunan berat badan, busung atau buncit pada perut bagian bawah (abdomen). Tidak satu pun gejala tersebut di sebutkan dalam sutta.

Wasir besar dapat menyebabkan pendarahan parah pada daerah pembuangan, tetapi sepertinya wasir mustahil dapat menyebabkan sakit yang sangat parah pada perut bagian bawah (abdomen) kecuali jika tersumbat. Tetapi hal itu akan sangat mengganggu perjalanan Sang Buddha ke rumah penjamu-Nya, dan jarang sekali pendarahan wasir disebabkan oleh makanan.

### **Infarksi Mesenterika (Mesenteric Infarction)**

Penyakit yang sesuai dengan gejala-gejala yang telah dideskripsikan, yang disertai rasa sakit hebat pada perut bagian bawah (abdominal) dan mencret darah, umumnya ditemukan pada orang-orang usia lanjut, dan dipicu oleh makanan adalah infarksi mesenterika/mesenteric infarction (terganggunya jaringan pembuluh darah sekitar usus), yang disebabkan oleh tersumbatnya pembuluh darah di mesenterium. Hal ini sangat mematikan. Iskemia Mesenterika akut (berkurangnya suplai darah ke mesenterium) adalah suatu kondisi yang parah dengan resiko kematian yang tinggi.

Mesenterium adalah bagian dari dinding usus yang mengikat keseluruhan bidang usus sampai rongga abdominal. Terhambatnya suplai darah di sekitar usus biasanya menyebabkan kematian pada jaringan tisu di bagian besar dari saluran usus bagian akhir (intestinal tract), yang akan mengakibatkan luka sayatan pada dinding saluran usus bagian akhir.

Secara normal hal ini menghasilkan sakit yang teramat sangat pada perut bagian atas (abdomen) dan mencret darah. Pasien pada umumnya meninggal karena kekurangan darah yang sangat parah. Kondisi ini sesuai dengan informasi yang diberikan dalam sutta. Hal ini juga dikuatkan kemudiannya ketika Sang Buddha meminta Ananda untuk mengambil sedikit air untuk-Nya untuk diminum, yang menandakan Beliau sangat haus.

Seperti yang dikisahkan, Ananda menolak, karena Ananda tidak menemukan sumber air bersih. Ananda berargumen dengan Sang Buddha bahwa aliran sungai yang terdekat telah dikeruhkan oleh rombongan kereta besar. Tetapi Sang Buddha meminta Ananda dengan tegas untuk mengambil air bagaimanapun juga.

Sebuah pertanyaan muncul pada poin ini: Mengapa Sang Buddha tidak pergi sendiri saja ke sumber air, daripada mendesak Ananda yang enggan untuk melakukannya? Jawabannya sederhana. Sang Buddha sedang menderita syok yang disebabkan oleh kehilangan banyak darah. Beliau tidak mampu berjalan lagi, dan dari saat itu sampai ke tempat peristirahatan terakhir-Nya Beliau hampir dapat dipastikan berada dalam tandu.

Jika situasinya memang demikian, sutta tidak mengisahkan tentang perjalanan Sang Buddha ke peristirahatan terakhirnya, kemungkinannya karena si penulis merasa bahwa hal itu akan memalukan Sang Buddha. Secara geografis, kita mengetahui bahwa jarak antara tempat yang dipercaya sebagai rumah Cunda dengan tempat dimana Sang Buddha mangkat adalah sekitar 15 sampai 20 kilometer. Tidakkah mungkin bagi seorang pasien penderita penyakit yang mematikan seperti itu untuk berjalan kaki dengan jarak seperti itu.

Lebih memungkinkan, apa yang terjadi adalah Sang Buddha dibawa dalam sebuah tandu oleh sekelompok bhikkhu ke Kusinara (Kushinagara).

Yang menjadi point perdebatan adalah apakah Sang Buddha benar-benar bertekad untuk mangkat di kota ini (Kusinara), mengingat bahwa kota ini diperkirakan tidak lebih besar dari dari sebuah kota kecil. Dari arah



perjalanan Sang Buddha yang diberikan dalam sutta, Beliau menuju ke utara dari Rajagaha. Ada kemungkinan Beliau tidak berniat untuk mangkat di sana, tetapi di kota tempat kelahiran-Nya dimana membutuhkan waktu tiga bulan untuk sampai ke sana.

Dari sutta, sudah jelas bahwa Sang Buddha tidak mengantisipasi penyakit mendadak-Nya, jika tidak, Beliau tidak akan menerima undangan penjamu-Nya. Kusinara mungkin merupakan kota yang terdekat dimana Beliau bisa menemukan seorang dokter untuk merawat diri-Nya. Tidaklah sukar untuk membayangkan sekelompok bhikkhu dengan terburu-buru membawa Sang Buddha di atas sebuah tandu menuju ke kota yang terdekat untuk menyelamatkan hidup-Nya.

Sebelum mangkat, Sang Buddha menjelaskan kepada Ananda untuk tidak menyalahkan Cunda atas kemangkatan-Nya dan Beliau mangkat bukan disebabkan memakan Sukaramaddava. Pernyataan ini sangat penting. Makanan tersebut bukanlah penyebab secara langsung atas kemangkatan-Nya. Sang Buddha mengetahui bahwa gejala penyakit yang muncul merupakan gejala yang pernah Beliau alami beberapa bulan lebih awal, yang telah hampir membunuh-Nya.

Sukaramaddava, apapun bahannya ataupun cara memasaknya, bukanlah penyebab langsung dari penyakit mendadak-Nya.

### **Tahapan perkembangan penyakit**

Infarksi Mesenterika adalah suatu penyakit yang biasanya ditemukan di antara orang lanjut usia, disebabkan oleh penyumbatan pada pembuluh darah utama yang menyuplai bagian tengah dinding saluran usus kecil bagian akhir dengan darah. Penyebab yang paling umum dari penyumbatan ini adalah melemahnya dinding pembuluh darah (vessel), pembuluh darah besar mesenterika, yang menyebabkan sakit yang teramat sangat pada perut bagian atas (abdomen), yang juga dikenal sebagai abdominal angina (keram perut).

Secara normal, rasa sakit dipicu oleh makanan yang berat (besar), yang memerlukan aliran darah lebih tinggi ke saluran pencernaan. Ketika penyumbatan terjadi, saluran usus kecil kehilangan persediaan darahnya, yang kemudian terjadi hambatan suplai darah, atau mati rasa setempat (gangrene), pada bagian saluran usus akhir (intestinal tract). Hal ini pada gilirannya mengakibatkan luka sayatan pada dinding saluran usus akhir, pendarahan yang sangat dalam pada saluran usus akhir, dan kemudian diare berdarah.

Penyakit menjadi tambah parah ketika cairan dan isi usus mengalir ke luar melalui rongga peritoneal, sehingga menyebabkan radang selaput perut atau radang dinding abdominal.

Ini sudah merupakan kondisi yang mematikan bagi si pasien, yang sering kali meninggal karena kehilangan darah dan cairan tubuh lainnya. Jika tidak diperbaiki dengan pembedahan, penyakit ini sering berkembang menjadi syok septik karena masuknya racun-racun bakteri ke dalam aliran darah.

### **Analisis Retrospektif (kebelakang)**

Dari hasil diagnosa tersebut di atas, kita dapat lebih memastikan bahwa Sang Buddha menderita infarksi mesenterika yang disebabkan oleh penyumbatan pada arterial mesenterika superior. Inilah penyebab rasa sakit yang hampir saja merenggut ajal Beliau beberapa bulan lalu saat vassa (retret) musim hujan terakhir-Nya.

Dengan berkembangnya penyakit itu, sebagian dari selaput lender usus Beliau terkelupas, dan di sinilah yang menjadi asal muasal pendarahan tersebut. Arteriosklerosis, pengerasan dinding pembuluh darah akibat penuaan, merupakan penyebab dari tersumbatnya pembuluh darah, penyumbatan kecil yang tidak akan mengakibatkan diare berdarah, tapi merupakan gejala, yang juga kita kenal sebagai abdominal angina (keram perut).

Beliau mendapat serangan kedua ketika sedang makan Sukaramaddava. Pada awalnya rasa sakit itu tidak begitu hebat, tapi membuat Beliau merasa adamana ada peluang untuk menemukan dokter atau penginapan untuk memulihkan diri-Nya.

Mungkin benar Sang Buddha menjadi lebih baik setelah minum untuk menggantikan cairan tubuh-Nya yang hilang, dan beristirahat di atas tandu. Pengalaman dengan gejala-gejala yang sama memberitahukan Beliau bahwa penyakit-Nya yang tiba-tiba itu adalah serangan kedua dari penyakit yang sudah ada. Beliau memberitahukan Ananda bahwa bukan makanan itu sebagai penyebab penyakit-Nya, dan Cunda jangan di salahkan.

Pasien yang mengalami goncangan, dehidrasi, dan kehilangan banyak darah biasanya merasa sangat dingin. Inilah sebabnya Beliau meminta pengiring-Nya untuk menyiapkan pembaringan yang dialasi dengan empat lembar Sanghati. Sesuai dengan disiplin keviharaan (Vinaya), Sanghati adalah selebar kain atau seprei, yang

dijijinkan oleh Sang Buddha untuk dipakai oleh para bhikkhu dan bhikkhuni pada musim dingin.

Informasi ini mencerminkan betapa Sang Buddha merasa dingin karena kehilangan darah-Nya. Secara klinis, tidaklah memungkinkan bagi pasien yang sedang dalam keadaan syok dengan rasa sakit yang hebat di bagian perut, kemungkinan besar mengalami peritonitis atau peradangan pada dinding perut, pucat, dan sedang menggigil kedinginan, untuk bisa berjalan.

Kemungkinan terbesar Sang Buddha diistirahatkan di sebuah penginapan yang terletak di kota Kusinara, di mana Beliau dirawat dan diberi kehangatan. Pandangan ini juga sesuai dengan deskripsi tentang Ananda yang menangis, tidak sadarkan diri, dan berpegangan pada pintu penginapan setelah tahu Sang Buddha akan segera wafat.

Secara normal, pasien yang menderita infarksi mesenterika dapat hidup 10 sampai dengan 20 jam. Dari sutta kita tahu Sang Buddha wafat sekitar 15 sampai 18 jam setelah serangan itu. Selama jangka waktu itu, para pengiring-Nya telah mengusahakan upaya terbaik mereka untuk menyamankan Beliau, misalnya, dengan menghangatkan kamar istirahat-Nya, atau dengan meneteskan beberapa tetes air ke mulut Beliau untuk menghilangkan rasa haus-Nya yang terus-menerus, atau dengan memberikan Beliau minuman herbal. Namun kecil sekali kemungkinannya pasien yang sedang menggigil kedinginan akan membutuhkan seseorang untuk mengipasi diri-Nya sebagaimana yang dideskripsikan dalam sutta.

Beliau mungkin silih berganti pulih dari kondisi kelelahan sehingga memungkinkan diri-Nya untuk melanjutkan pembicaraan dengan beberapa orang. Kebanyakan kata-kata terakhir Beliau kemungkinan benar adanya, dan kata-kata tersebut dihafal dari satu generasi bhikkhu ke generasi bhikkhu lainnya hingga ditranskripsikan. Tapi pada akhirnya, di malam yang semakin larut, Sang Buddha wafat saat syok septik kedua menyerang. Penyakit Beliau berasal dari sebab-sebab yang alami ditambah usia lanjut, sebagaimana yang bisa menimpa siapa saja.

## Kesimpulan

Hipotesa yang secara garis besar di uraikan di atas menjelaskan beberapa kejadian dari kisah di dalam sutta, sebut saja, desakan agar Ananda pergi mengambilkan air, permintaan Sang Buddha agar tempat tidurnya dilapisi empat lembar kain, permintaan agar makanan itu dikubur, dan lain sebagainya.

Hipotesa ini juga menyingkap kemungkinan lain yaitu sarana transportasi yang digunakan oleh Sang Buddha untuk pergi ke Kusinara dan ranjang kemangkatan-Nya. Sukaramaddava, apapun sifat dasarnya, sepertinya bukanlah penyebab langsung dari penyakit Beliau. Sang Buddha wafat bukan karena keracunan makanan. Melainkan, karena porsi makan, yang relatif terlalu besar untuk saluran pencernaan-Nya yang sudah bermasalah. Porsi makan inilah yang memicu serangan infarksi mesenterika kedua yang mengakhiri hidup-Nya.

-Demikian-

## Catatan:

*Dr. Bhikkhu Mettanando merupakan seorang Bhikkhu Thailand yang telah mengajar meditasi selama lebih dari tiga puluh tahun. Beliau mendapatkan S1 untuk sains dan gelar dokter dari Universitas Chulalongkorn, Thailand, dan menguasai bahasa Sanskerta dan kebudayaan agama India kuno berkat gelar Master yang diperolehnya dari Universitas Oxford. Beliau juga mendapat gelar Master Theologi dari Harvard Divinity School dan PhD. dari Universitas Hamburg, Jerman. Tesisnya difokuskan pada Meditasi dan Penyembuhan dari Tradisi Theravada di Thailand dan Laos. Saat ini mengajar Agama Buddha dan Meditasi di Universitas Chulalongkorn dan Universitas Assumption, juga aktif di bidang pengobatan alternatif dalam hospice and palliative care, dan mengajar etika medis pada dokter dan perawat Thailand maupun secara internasional.*

*D II: Dīgha Nikāya II*

*Sumber: Bangkok Post, 15 Mei 2001*

*Judul asli: How Buddha Died; Oleh: Dr. Bhikkhu Mettanando*

*Diterjemahkan oleh: Bhagavant.com*

# HUBUNGAN ORANG TUA DAN ANAK DALAM BUDDHISME

## KEWAJIBAN ORANG TUA TERHADAP ANAK

Adalah kewajiban dari orang tua untuk membuat anaknya menjadi besar dalam kesejahteraan, dalam kenyataannya para orang tua akan melakukannya dengan penuh tanggung jawab dan kerelaan. Meskipun adakalanya terdapat anak atau anak-anak yang tidak menghargai jerih payah orang tuanya dan tidak tahu membalas budi, akan tetapi, orang tua dengan sedikit pengharapan seringkali tetap memperhatikan segala kepentingan anaknya, meskipun anak tersebut telah dewasa, kawin dan pergi dari rumah. Orang tua akan berbahagia apabila anak-anaknya dapat melebihi mereka dalam, segala aspek, atau paling sedikit sama dengan mereka; mereka akan merasa tidak puas apabila kehidupan anak-anaknya lebih rendah dari mereka. Agar dapat mengarahkan anak-anaknya ke jalan yang benar orang tua pertama-tama harus memberi contoh tauladan dan memperlihatkan cara hidup yang ideal.



Adalah suatu kekeliruan yang sangat besar apabila orang tua membiarkan anak atau anak-anaknya tidak memiliki keyakinan terhadap Sang Tiratana /Triratna, (Buddha, Dhamma dan Sangha), karena kemungkinan besar anak atau anak-anak tersebut akan memilih keyakinannya lain atau agama lain sebagai pegangan hidupnya. Sebenarnya bukanlah hal yang kebetulan seorang anak terlahir dalam keluarga yang beragama Buddha, itu berarti dalam kehidupan yang lalu anak tersebut pasti sudah beragama Buddha dan ingin meneruskan keyakinannya tersebut dalam kehidupan yang sekarang. Hanya orang tua yang lalai atau karena disebabkan oleh hal-hal tertentu misalnya pendidikan di sekolah yang beragama lain, seorang anak dapat beralih ke agama lain. Memiliki keyakinan terhadap Sang Tiratana (saddha) adalah sangat penting, karena merupakan landasan dari proses beragama Buddha untuk selanjutnya, misalnya mematuhi sila mengembangkan kasih sayang, meningkatkan kemurahan hati dan memperoleh kebijaksanaan. Oleh karena itu setiap orang tua yang beragama Buddha harus senantiasa menanamkan keyakinan terhadap Sang Tiratana pada diri anak atau anak-anaknya, agar tetap beragama Buddha sampai akhir hayatnya. Perlu diingat bahwa anak atau anak-anak yang beragama lain tidak akan melakukan kewajiban yang sangat penting bagi leluhurnya yang sudah meninggal dunia, yaitu melakukan pattidana atau pelimpahan jasa; perbuatan baik yang sangat dinanti-nantikan oleh mereka yang kebetulan terlahir di alam Peta (sengsara).

Sesuai dengan Sigalovada Sutta maka orang tua mempunyai kewajiban terhadap anaknya sebagai berikut :

Mencegah anak berbuat jahat

Menganjurkan anak berbuat baik

Memberikan pendidikan profesional kepada anak

Mencarikan pasangan yang sesuai untuk anak

Menyerahkan harta warisan kepada anak pada saat yang tepat

(*Digha Nikaya III, 189*)

## Mencegah anak berbuat jahat

Mencegah anak berbuat jahat adalah sangat penting, karena akan percuma saja si anak memiliki kecerdasan dan pandai serta kaya apabila selalu berbuat kejahatan dan merugikan orang lain atau masyarakat.

Rumah adalah sekolah yang pertama bagi anak, dan orang tua merupakan guru yang pertama bagi anak. Anak biasanya belajar dari orang tua tentang baik dan buruk, tentang budi pekerti pada umumnya. Adalah tidak bijaksana apabila orang tua membohongi anak, mempermainkan anak, menipu anak, menakut-nakuti anak, apalagi menyiksa anak. Hal tersebut akan memberi bekas yang sangat dalam pada diri anak. Orang tua wajib bertingkah laku yang baik agar anak-anak patuh dan menjadikan orang tuanya sebagai suri tauladan.



Orang tua wajib menanamkan perasaan malu dan takut pada diri si anak. Malu melakukan perbuatan yang salah, takut kepada akibat dari perbuatan yang jahat. Untuk menjauhkan anak dari perbuatan jahat orang tua harus rajin memberi petunjuk atau nasehat, rajin memberi hukuman apabila anaknya berbuat salah, dan yang paling penting adalah memberi contoh tauladan. Laranglah anak-anak melakukan perbuatan tercela, seperti menyiksa atau membunuh binatang, balas dendam, mengambil barang-barang yang tidak diberikan, berbohong dan minum minuman keras. Tetapi sebelum melarang si orang tua harus menunjukkan contoh terlebih dahulu!



## Menganjurkan anak berbuat baik



Orang tua adalah guru di rumah, dan guru adalah orang tua di sekolah. Orang tua dan guru sama-sama bertanggung jawab untuk hari depan anak. Menganjurkan anak berbuat baik adalah hal yang sangat bermanfaat bagi diri si anak maupun bagi lingkungannya. Ajarkan agar anak menyayangi makhluk-mahluk lain, ajarkan anak untuk suka memberi, ajarkan anak untuk berteman dengan anak-anak lainnya, ajarkan anak untuk menghibur mereka yang patut dihibur, ajarkan anak untuk membantu orang lain, ajarkan anak untuk menghormati para bhikkhu, ajarkan anak untuk menghormati Buddharupang dan banyak hal lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu disini. Sebelumnya berilah contoh yang benar.

Anak-anak sebaiknya tidak ditinggalkan di bawah asuhan pengasuh (baby-sitter) atau pembantu yang bodoh, seringkali anak lebih dekat kepada pengasuh atau pembantu daripada dengan orang tuanya sendiri.

Sebaiknya anak diberikan dasar-dasar dari Pancasila Buddhis, bangkitkanlah perasaan kasih sayang dalam diri anak, tanamkan kecintaan pada kejujuran dan kebenaran dalam batin anak, ajarkan anak untuk bersikap sopan dan santun kepada orang lain, ajarkan anak untuk mengakui kesalahannya dengan berani dan memperbaiki kesalahan tersebut dengan bijaksana, dan jauhkanlah anak dari rokok dan minuman keras serta zat-zat berbahaya lainnya.

Selalu dijaga agar anak tidak bergaul dengan orang-orang yang jahat, dan pulang ke rumah sebelum malam hari. Anjurkanlah agar anak bergaul dengan orang-orang yang baik dan patut untuk dihormati. Ajarkan anak untuk berbicara sopan dan ramah, bersikap lemah lembut terhadap sesama mahluk.

Jangan lupa untuk memberikan pujian, bila perlu memberikan hadiah apabila anak melakukan perbuatan yang baik.

## Memberikan pendidikan profesional kepada anak

Pendidikan yang baik sebenarnya adalah warisan yang paling berharga yang dapat diberikan orang tua kepada anak. Melatih dan mengajarkan anak memiliki kepandaian dan ketrampilan agar mempunyai profesi yang dapat diandalkan, sebagai modal untuk mandiri adalah sangat penting, karena suatu saat ia harus mencari nafkah sendiri.



Setelah anak jauh dari perbuatan jahat dan gemar berbuat baik maka ia harus memiliki kepandaian dan ketrampilan yang setinggi-tingginya sebagai bekal untuk mencari nafkah kalau ia sudah dewasa.

Banyak orang tua yang lebih mementingkan hal yang ketiga ini dari padapada dua hal sebelumnya, itu adalah sikap yang keliru. Karena akan terbentuk seorang manusia yang pandai dan trampil, namun tidak bermoral, hanya mementingkan dirinya sendiri dan tidak berguna bagi orang banyak. Ibarat sebuah pedang yang sangat tajam namun tidak ada gagangnya.

Doronglah anak untuk belajar dengan rajin, secara formal disekolah dapat ditambah dengan pendidikan nonformal dalam bentuk kursus-kursus disamping pendidikan informal yang diberikan keluarga di rumah.

Perhatikan dan jangan melalaikan pendidikan agama Buddha untuk anak. Usahakan agar setelah dewasa anak tetap menjadi umat Buddha yang baik. Pendidikan yang mengarah ke profesionalisme harus diiringi dengan pendidikan moral-etik yang sama banyaknya.

## Mencarikan pasangan yang sesuai untuk anak



Mencarikan pasangan yang sesuai untuk anak adalah bagi mereka yang ingin berumah tangga. Carilah yang memiliki saddha yang sama, artinya yang sama-sama beragama Buddha dan berlandung kepada Sang Tiratana; carilah yang berperangai baik dan berkelakuan baik, carilah yang murah hati dan tidak kikir namun tidak boros carilah yang memiliki kebijaksanaan yang cukup. Menilai seseorang dari penampilan luar saja tidaklah cukup, perlu observasi lebih lama dan penilaian yang lebih seksama.

Menurut Maha Mangala Jataka, pedoman memilih menantu perempuan agar ia kelak menjadi isteri yang membawa berkah adalah sebagai berikut: ia harus seorang perempuan yang ramah tamah, usia sepadan, setia, baik hati dan subur (dapat melahirkan banyak anak), memiliki keyakinan, memiliki sila serta berasal dari keluarga baik-baik. (Jataka X. No. 453)



Untuk memilih menantu laki-laki perlu dihindarkan laki-laki yang hidung belang, pemabuk, penjudi dan pemboros. (*Parabhava Sutta*, No. 16, lihat lampiran 2)

## Menyerahkan harta warisan kepada anak pada saat yang tepat.

Orang tua yang baik tidak hanya mengasuh dan membesarkan anak-anaknya dalam suasana kasih sayang dan damai, tetapi juga mempersiapkan agar anak-anaknya kelak dapat hidup dalam kesenangan dan kebahagiaan setelah dewasa. Adalah kewajiban bagi orang tua untuk memberikan atau membagikan harta kekayaan kepada anak atau anak-anaknya setelah mereka siap untuk menerimanya, harta kekayaan tersebut akan dapat dipergunakan sebagai modal usaha untuk hidup mandiri dalam masyarakat. Walaupun orang tua telah mengumpulkan harta kekayaannya dengan susah payah, namun dengan suka rela mereka akan mewariskannya kepada anak atau anak-anaknya. Harta kekayaan tersebut akan menjadi harta warisan bagi anak atau anak-anaknya setelah orang tua tersebut meninggal dunia.



Harta warisan diberikan kepada anak apabila sudah tiba waktunya, itu artinya setelah si anak dianggap dapat mengelola atau menggunakannya dengan sebaik-baiknya. Alangkah baiknya apabila semua orang tua meninggalkan harta warisan kepada anaknya, bukan hutang yang menjerat. Ada sebagian orang tua yang baru meninggalkan warisannya setelah mereka meninggal dunia.

Pengertian menyerahkan harta warisan kepada anak pada saat yang tepat adalah menyerahkan harta benda orang tua yang kelak akan menjadi bagian dari warisan, semasa orang tuanya masih hidup pada saat yang tepat, yaitu saat anak atau anak-anaknya sendiri benar-benar siap untuk memanfaatkannya demi hari depannya. Ajaran yang ditentukan sebagai suatu kewajiban bagi orang tua ini adalah merupakan sikap moral yang luhur dan berpandangan sangat jauh ke depan karena akan mencegah terjadinya perselisihan di antara anak-anak sebagai ahliwaris orang tuanya dan mencegah terjadinya pemborosan yang tidak berguna. Ajaran Sang Buddha ini berlaku umum, yaitu untuk setiap orang tanpa membedakan usia, jenis kelamin, golongan atau derajat dan martabatnya dalam kehidupan sehari-hari.

Dari sikap batin ini dapat ditarik kesimpulan bahwa agama Buddha tidak membedakan kedudukan anak yang lahir pertama (anak sulung) dan anak yang lahir selanjutnya atau yang lahir terakhir (anak bungsu), dan juga tidak membedakan apakah anak itu laki-laki atau perempuan, yang sukses dalam pendidikan atau yang tidak beruntung dalam pendidikan, yang berhasil usahanya atau yang kurang sukses usahanya; sehingga di dalam menyerahkan harta kekayaan yang kelak akan menjadi bagian warisan atau terjadinya pembagian harta benda peninggalan setelah warisan terbuka yaitu setelah orang tua meninggal dunia, azas keadilan akan menjadi dasar utama dari pembagian harta kekayaan tersebut.



## KEWAJIBAN ANAK TERHADAP ORANG TUA (DAN MERTUA)

Menurut Sang Buddha terdapat empat lapangan yang utama untuk menanam jasa kebajikan, yang pertama adalah para Buddha, yang kedua adalah para Arahata, yang ketiga adalah ibu dan terakhir adalah ayah. (*Anguttara Nikaya* II, 4)

Para Buddha jarang sekali muncul di alam dunia ini, demikian pula para Arahata. Akan tetapi ibu dan ayah yang baik dan tercinta adalah biasa terdapat dalam setiap rumah tangga. Mereka benar-benar merupakan tanah ladang yang subur untuk menanam kebajikan bagi anak yang berbakti dan tahu balas budi. Sungguh beruntung, bagi anak laki-laki atau anak perempuan yang masih memiliki ibu dan ayahnya yang terkasih, sehingga mereka dapat setiap saat mempersembahkan kasih sayang dan ungkapan terima kasih kepada orangtuanya.

Barang siapa yang memperlakukan dengan buruk,  
ibu, ayah dan Sammasambuddha,  
Sang Tathagata serta para pengikutnya,  
sebenarnya telah menimbun banyak bibit penderitaan,  
Karena siapapun yang mengabaikan orang tuanya dalam hidup ini,  
Akan dicela oleh para bijaksana,  
Dan dalam kelahiran-kelahiran selanjutnya  
Ia akan menderita sengsara di alam neraka.



Barang siapa yang telah memperlakukan dengan baik,  
Ibu, ayah dan Sammasambuddha,  
Sang Tathagata serta para pengikutnya,  
sebenarnya telah menimbun banyak bibit kebajikan,  
Karena siapapun yang berbuat baik kepada orang tuanya dalam hidup ini,  
Akan dipuji oleh para bijaksana,  
dan dalam kelahiran-kelahiran selanjutnya  
Ia akan hidup berbahagia di alam-alam surga.  
(Anguttara Nikaya II, 4)

**Hanyalah orang yang bodoh, jahat, rendah dan tidak tahu membalas budi yang akan memperlakukan ibu dan ayahnya dengan buruk; sedangkan mereka yang bijaksana, baik, mulia dan tahu balas budi akan memperlakukan ibu dan ayahnya dengan baik.**

(Anak bodoh dan Durhaka hanya pandai melihat, mencari kesalahan, membenci kesalahan atau keburukan orang tua saja tapi tidak bisa melihat kebaikan, budi besar, pengorbanan dan susah payah orang tua, dimulai sejak di dalam kandungan, melahirkan, membesarkan, menyekolahkan anak, serta mendidik anak. ANAK DURHAKA bukan saja melupakan budi orang tua, menelantarkan orang tua, bahkan ada anak yang malu dengan kondisi orang tua, bahkan konyolnya ada anak yang menistakan orang tuanya, lebih keji lagi ada anak yang kejam menyakiti bahkan membunuh orang tuanya sendiri. Anak-anak durhaka demikian sekarang sudah gagal jadi orang, sulit jadi orang dan kelak saat matinya pasti masuk neraka avici. Sedangkan anak baik dan bijak, senantiasa hanya melihat kebaikan dan kemuliaan orang tuanya saja yang telah mengandung, melahirkan, membesarkan, melindungi dan membimbing anak sampai dewasa. Anak bijak sangat memaklumkan dan selalu memaafkan bahwa orang tua awam pasti tidak luput dari kesalahan, kekurangan dan kekhilapan, karena sangat manusiawi sekali orang tua kita punya segala kekurangan atau kekhilapan. Hanya anak bijak dan baik dapat memahami dan mengerti bahwa orang tua awam tentu masih diliputi kegelapan batin dan masih terjerat oleh proses hukum dan buah karma dari kehidupan masa lampau. Sehingga anak baik dan bijak selalu mengenang budi besar orang tua, membalas budi mereka, berbakti dan merawat orang tua, bila mereka sudah meninggal dunia, anak tersebut berupaya menolong dan menyeberangkan agar terlahir di surga. Perlu disadari, sungguh jerih payah, budi jasa, dan pengorbanan orang tua dalam melahirkan, membesarkan, melindungi dan membimbing anak-anaknya tidak bisa terbayar dan bisa lunas dengan apapun, hanya seorang anak yang mencapai kesucian, baru orang tuanya bisa terselamatkan atau setidaknya-anaknya anak harus membimbing dan menuntun orang tuanya untuk belajar dan praktik Buddhadharma.)



**(Ada 4 kategori bakti anak terhadap orang tua, yaitu:**

1. **Bakti kecil:** Seorang anak menghormati dan melayani orang tua, memberikan kecukupan segala kebutuhan orang tua, merawat orang tua dalam keadaan sakit, menghibur mereka dalam keadaan duka.
2. **Bakti sedang:** Seorang anak setelah dapat melaksanakan bakti kecil, anak tersebut hidup lurus berjuang untuk menjadi anak yang berguna, tidak memalukan orang tua bahkan sebaliknya dapat mengangkat harkat dan martabat orang tua. Mencapai posisi tinggi dalam pemerintahan, atau menjadi pakar atau menjadi pahlawan yang disanjung dan dimulainya oleh masyarakat, bangsa dan Negara. Sehingga orang tuanya pun dihormati dan disegani masyarakat luas.
3. **Bakti Besar:** setelah bakti kecil sudah dilakukan, anak tersebut dapat melindungi dan membimbing orang tuanya untuk mempelajari dan mempraktikkan agama Buddha, agar kelak orang tuanya dapat dilahirkan di surga, atau anak tersebut karena berkembangnya kesadaran dan kebijaksanaan sehingga memilih dan memasuki kehidupan suci. Apabila anak tersebut mencapai kesucian maka Sembilan leluhur dan tujuh kehidupan lampau anak tersebut yang memiliki banyak orang tuanya semua bisa masuk surga.
4. **Bakti Universal:** Setelah bakti kecil dapat dilaksanakan, anak tersebut terus melindungi, membimbing dan menolong



orang tuanya baik saat hidup maupun saat wafat, bahkan mengembangkan ikrar mulia untuk menolong dan membimbing semua makhluk agar terbebas dari bodoh dan derita. Karena anak tersebut mengetahui bahwa semua makhluk adalah ayah-ibuku di masa lampau dan calon-calon Buddha di masa yang akan datang. Seperti ikrar agung Kstigarbaha Bodhisattva “Neraka belum kosong aku berikrar tidak mau jadi Buddha. Semua makhluk sudah tuntas diselamatkan baru mau mencapai Maha Bodhi”. Bakti universal tidak akan pernah berakhir dan tidak lapuk oleh jaman, waktu dan kondisi. )

Di dalam budaya timur, adalah suatu hal yang wajib bagi seorang anak untuk berbakti kepada orang tuanya, juga kepada mertuanya. Seorang anak masih tetap berhubungan erat dengan kedua orang tuanya meskipun ia telah dewasa, kawin dan mempunyai keturunan. Berbakti kepada orang tua sendiri mungkin tidak ada masalah, akan tetapi banyak menantu yang sulit untuk berbakti kepada mertuanya. Meskipun agama Buddha lahir dalam budaya India lebih dari 2500 tahun yang lalu, akan tetapi apa yang telah diajarkan oleh Sang Buddha kiranya masih relevan untuk disimak dan dilaksanakan oleh umat Buddha.

Di dalam *Sigalovada Sutta* tertera: “Dengan lima cara seorang memperlakukan orang tuanya sebagai arah timur :

Dahulu aku telah dipelihara/dibesarkan oleh mereka, sekarang aku akan menyokong mereka

Aku akan melakukan tugas-tugas kewajibanku terhadap mereka

Aku akan menjaga baik-baik garis keturunan dan tradisi keluarga.

Aku akan membuat diriku pantas untuk menerima warisan.

Aku akan mengurus persembahyangan kepada sanak keluargaku yang telah meninggal dunia.”

(Digha Nikaya III, 189)

**Ad. 1.** Setiap anak pasti mempunyai orang tua, sejak berada didalam kandungan telah menerima kasih sayang dari kedua orang tua. Sungguh beruntung seorang anak yang lahir di tengah-tengah keluarga yang harmonis, memiliki ibu yang penuh kasih sayang, memiliki ayah yang penuh tanggung jawab, memiliki saudara kandung yang rukun dan memiliki sanak keluarga yang penuh simpati. Ibu dan ayah merupakan, orang-orang yang sangat berjasa bagi anak, yang telah melindungi anaknya dari segala mara bahaya pada saat anaknya tidak berdaya, memberi makan, minum dan tempat berteduh kepada anak yang belum dapat mencari nafkahnya sendiri, mengajarkan anak untuk melakukan hal-hal yang baik dan menjauhi hal-hal yang buruk, mendidik dan menyekolahkan anak agar mempunyai kepandaian dan ketrampilan sehingga kelak bisa mandiri dalam mencari nafkah, memberikan hiburan dan dorongan pada saat anak berputus asa, dan lain sebagainya. Orang tua yang telah membesarkan anaknya dengan sebaik-baiknya menurut ukuran mereka, adalah sangat pantas untuk disokong oleh anak-anaknya, sebagai balas jasa; meskipun sebenarnya jasa orang tua itu tidak akan pernah dapat terbalas oleh anak-anaknya.



Ayah dan ibu mertua juga harus dipandang sebagai orang tua sendiri, harus dipandang sebagai dewata keluarga yang layak dihormati. Memang sejak zaman dahulu telah menjadi bahan pembicaraan bahwa mertua dan menantu lebih sering bertengkar daripada rukun, apalagi mertua perempuan dan menantu perempuan. Diharap dalam keluarga Buddhis hal seperti itu tidak terjadi, karena masing-masing pihak berusaha untuk menahan diri, memiliki tenggang rasa dan menaruh simpati, tidak mengembangkan rasa benci dan iri hati kepada pihak lainnya.

**Ad. 2.** Melakukan tugas-tugas kewajiban terhadap orang tua adalah hal yang sangat penting untuk dilaksanakan oleh anak atau menantu. Setiap anak atau menantu seharusnya mengerti apa yang diharapkan dari mereka dan melaksanakan hal-hal tersebut dengan sebaik-baiknya untuk memuaskan orang tua atau mertuanya.

Adalah kewajiban bagi anak untuk menyenangkan dan membahagiakan orang tua mereka, bila perlu mengorbankan, kesenangan atau kepentingan sendiri demi orang tua.

“Mereka yang patuh pada Dhamma dan merawat orang tuanya yang sedang menderita, ebaikannya akan diperhatikan oleh para dewa, dan para dewa tersebut akan datang untuk mengobati penyakitnya.

Mereka yang patuh pada Dhamma dan merawat orang tuanya yang sedang menderita, Kebaikannya akan dipuji oleh para dewa di dunia ini, Dalam kelahiran berikut ia akan memperoleh kebahagiaan di surga.” (Temiya Jataka)



Anak dan menantu seharusnya tidak hanya memperhatikan kebutuhan materi dari orang tua atau mertuanya saja, namun wajib memperhatikan kebahagiaan batin mereka. Doronglah agar mereka mengembangkan kemurahan hati, moral etik, kebajikan, kebijaksanaan dan lain sebagainya. Kalau mampu dan keadaan memungkinkan, ajaklah mereka berziarah ke tempat-tempat suci (Buddha Gaya, Taman Isipatana, Taman Lumbini dan Kusinara), dan doronglah agar mereka banyak melakukan perbuatan jasa yang kelak akan menguntungkan bagi mereka sendiri dalam kehidupan selanjutnya.



**Ad. 3.** Menjaga baik-baik garis keturunan dan tradisi keluarga merupakan kewajiban seorang anak untuk melakukannya. Kalau bukan anak yang memelihara garis keturunan (silsilah) dan tradisi keluarga, lalu siapa lagi? Tradisi keluarga yang baik, tidak bertentangan dengan Dhamma, sebaiknya dipelihara secara seksama. Memperhatikan sanak keluarga dan membantu mereka yang perlu ditolong adalah hal yang membawa berkah. Memelihara garis silsilah dan tradisi keluarga juga berarti tidak menghamburkan harta benda keluarga, memulihkan atau memperbaiki integritas dan kehormatan keluarga, serta tetap mempersembahkan dana untuk kepentingan keagamaan. Mempersembahkan dana secara rutin, menyokong institusi keagamaan, menyokong dunia pendidikan, membantu yayasan sosial, menolong para fakir miskin dan korban bencana alam, yang telah dilakukan oleh orang tua, wajib untuk dilanjutkan terutama setelah mereka meninggal dunia.

**LOVE OUR  
PARENTS  
WE ARE SO BUSY  
GROWING UP,  
WE OFTEN  
FORGET  
THEY ARE  
GETTING OLD.**

**Ad. 4.** Seorang anak yang baik akan selalu berusaha untuk hidup sesuai dengan Dhamma, menghindari hal-hal yang buruk, tidak bergaul dengan orang jahat, bergaul dengan para bijaksana, bersikap dewasa dalam berpikir dan bertindak, sehingga kedua orang tuanya menilai bahwa anak tersebut layak menerima warisan dari mereka. Demikianlah, setelah warisan itu diterima oleh si anak, lalu dikelola dengan baik, tidak dihambur-hamburkan, digunakan untuk modal usaha, atau untuk mengembangkan usaha yang sudah ada, sehingga membawa manfaat bagi dirinya sendiri, bagi keluarganya, maupun bagi lingkungan masyarakatnya atau negaranya.

**Ad. 5.** Seorang anak yang baik akan mengurus persembahyangan kepada sanak keluarga yang telah meninggal dunia. Yang dimaksud disini adalah melakukan pattidana. Anak yang baik akan banyak melakukan perbuatan jasa, misalnya

Mempersembahkan makanan, jubah, obat-obatan kepada anggota Sangha;

Banyak berdana kepada korban bencana alam, anak yatim piatu, para tuna netra atau orang jompo

Melepaskan binatang-binatang yang akan mati disembelih;

Mencetak buku-buku Dhamma yang kemudian dibagikan kepada mereka yang membutuhkan;

Berdana untuk pembangunan atau pemeliharaan vihara;

Bermeditasi dan lain sebagainya.

Setelah melakukan banyak perbuatan jasa, lalu berdoa atau bersembahyang semoga para leluhur atau sanak keluarga yang telah meninggal dunia turut berbahagia atau turut bersimpati mengetahui keturunannya gemar berbuat kebajikan. Diharapkan mudita citta (pikiran yang penuh simpati dan turut bergembira) muncul dalam batin leluhur atau sanak keluarga yang telah meninggal itu, dan mudah-mudahan hal tersebut akan membuat mereka meninggal di alam yang menyedihkan lalu terlahir kembali di alam-alam yang bahagia. Berdana secara rutin atas nama orang tua yang telah meninggal adalah sangat terpuji untuk dilakukan oleh anak yang berbakti, untuk mengenang jasa-jasa almarhum, dan juga untuk kebaikan almarhum.

Seorang anak atau menantu yang bersikap kurang baik terhadap orang tua atau mertuanya, tidak mau melaksanakan kewajiban dengan baik, akan mengalami kemerosotan di dalam hidupnya kelak ia juga akan mengalami hal yang sama, anak dan menantunya akan bersikap kurang baik terhadap dirinya. Seorang anak demikian tega sehingga membunuh kedua orang tuanya, akan terlahir di neraka sekian kali ratusan ribu tahun, kemudian setelah itu ratusan kali terlahir kembali sebagai makhluk manusia yang berumur pendek dan selalu tersiksa sebelum mati (Baca kisah Moggallana).

Memang ada orang tua dan mertua yang kurang baik, yang suka menyiksa atau menghina anak dan menantunya. Ada yang semakin tua semakin sukar dilayani, semakin cerewet dan semakin keras kepala. Anak harus bersikap sabar dan menahan diri, anggaplah hal tersebut sebagai buah dari perbuatan buruk yang telah dilakukan dalam masa yang lampau.



Anak yang baik wajib melayani orang tuanya dengan kasih dan telaten, sama seperti orang tuanya membesarkan dirinya dengan kasih sayang ketika ia masih kecil dan sukar diatur (nakal). Berkorban kepentingan untuk orang tua atau mertua adalah hal yang terpuji.

Memang ada seorang ibu yang kebetulan hanya memiliki seorang putera, menganggap menantunya sebagai saingan dalam rangka merebut perhatian anaknya; apalagi kalau ia sudah menjadi janda. Ia selalu mencampuri keluarga anaknya, selalu ikut mengatur apa yang baik untuk anaknya, tanpa mekikirkan bahwa anaknya itu sudah dewasa dan telah menikah. Si menantu harus siap untuk bersabar dan bersabar lagi, karena apabila ia juga “melayani” sikap negatif dari ibu mertuanya, yang akan susah adalah suami dan dirinya sendiri. Banyak suami yang sukar untuk menentukan sikap, apabila terjadi masalah di antara ibu dan isterinya. Adalah bijaksana untuk semua pihak mengendalikan diri dengan baik, selalu memegang teguh ajaran Sang Buddha dalam hidup sehari-hari.

Menurut Sang Buddha di dalam dunia ini terdapat dua orang yang tidak dapat dibayar lunas jasa-jasa baiknya, yaitu ibu dan ayah. Meskipun seseorang memanggul ibu dan ayahnya diatas kedua bahunya sampai 100 tahun lamanya, memberikan tunjangan kepada ibu dan ayahnya, membalur tubuh mereka, dengan obat gosok, memijit, membersihkan dan mengurut kaki mereka, dan kadang-kadang mereka mengotorinya dengan air seni dan tinja, ia tetap tidak dapat membayar lunas jasa-jasa kebaikan orang tuanya. Selanjutnya, meskipun ia menempatkan orang tuanya menjadi pejabat tinggi, menjadi orang yang sangat kaya dan berkuasa, ia tetap belum dapat membayar lunas jasa-jasa kebaikan orang tuanya. Karena orang tua telah berbuat banyak sekali kepada anak, yaitu membesarkan, memberi makan, mendidik dan memperkenalkan dunia luar kepada anak mereka.



Apabila ada anak yang dapat mendorong orang tuanya yang tidak memiliki keyakinan, agar memiliki dan mengembangkan keyakinannya terhadap Dhamma; apabila ada anak yang dapat mendorong orang tuanya yang tidak bermoral, agar memiliki dan mengembangkan moral sesuai dengan Dhamma; apabila ada anak yang dapat mempengaruhi orang tuanya yang sangat kikir, agar memiliki dan mengembangkan sikap murah hati; apabila ada anak yang dapat mendorong orang tuanya yang bodoh atau dungu, agar memiliki dan mengembangkan kebijaksanaan, dengan berbuat demikian, barulah ia dapat membayar lunas jasa-jasa kebaikan orang tuanya, bahkan lebih daripada, itu.

(Anguttara Nikaya I, 61)

Sumber Referensi: <http://bluelotus4happiness.blogspot.co.id/2009/12/hubungan-orang-tua-dan-anak-dalam.html>



“Ada sebab ada akibat..Semuanya terjadi bukanlah kebetulan saja”

Sesuai benih yg ditabur demikianlah para penabur akan menuai benihnya  
Setiap perbuatan kita di kehidupan ini entah baik atau jahat, diri kita sendirilah yg akan menerimanya kembali..

Bila tidak dalam kehidupan kali ini maka di kehidupan yg akan datang..  
Seseorang yg telah mengetahui kebenaran ini tidak akan ada niat untuk menyakiti makhluk hidup apapun di sekitarnya, karena dia tahu bahwa segala perbuatan yg dilakukan olehnya akan kembali juga kepada dirinya sendiri..

Sesuai hukum kekekalan energi, energi hanyalah berubah bentuk dari satu bentuk ke bentuk lainnya, seperti itulah energi perbuatan kembali lagi pada bentuk lainnya di suatu masa.

“Semua makhluk mewarisi karma nya sendiri”

Bila ingin melihat kehidupan masa lalu sebelum kelahiran ini, lihatlah kehidupanmu saat ini..

Bila ingin mengetahui kehidupanmu di kehidupan yang akan datang, lihatlah apa yg telah dilakukan oleh dirimu pada kehidupan kali ini..

“Jangan berbuat jahat, tambahkan kebaikan, sucikan hati dan pikiran..itulah inti ajaran para Buddha”



# KONDISI & PENYAKIT YANG MELANDA ORANG TUA

## 3 Cara Agar Orang Tua Tak Kesepian

Sebuah penelitian yang dilakukan di Panti Werda Harapan Ibu Ngaliyan di Semarang pada tahun 2013 menunjukkan, masalah psikologis yang paling ‘rajin’ melanda para usia lanjut (usila) adalah kesepian. Kesimpulannya: 8 dari 10 usila di panti sepuh itu merasa kesepian.

Psikolog Listya Wahyunarti dari Yayasan Rumah Geriatri di kawasan Pondok Kelapa, Jakarta Timur mengatakan, para usila biasanya lebih sensitif dan cenderung mudah tersinggung. “Dari segi perilaku, usila mirip anak kecil lagi. Mereka lebih ingin dimengerti dibandingkan berusaha memahami perasaan orang lain.” ungkap Listya. Sikap inilah yang pada akhirnya membuat mereka lebih picky dan rewel dalam memilih teman, apalagi teman baru. Selain itu, semakin tua, kemampuan orang untuk beradaptasi dengan hal-hal baru juga makin menurun.

Rasa sepi ini kalau tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan persoalan, karena pada akhirnya orang tua akan mencari cara untuk ‘membunuh’ waktu mereka – tak peduli caranya sehat atau tidak. Beberapa bulan yang lalu, misalnya, terjadi fenomena catfish di Amerika. Hanya dalam satu bulan, puluhan wanita dan pria usia lanjut terjatuh dalam jebakan situs kencan online. Menggunakan foto dan nama palsu, para penipu dari dunia maya ini memanfaatkan rasa kesepian calon korbannya dengan merayu dan meminta sejumlah uang. Salah satu kasus menimpa seorang wanita paruh baya yang ditipu oleh ‘kekasih maya’-nya. Ludeslah sekitar 400 juta rupiah. Padahal keduanya baru sekadar bertukar pesan lewat internet dan telepon selama 3 bulan.

Salah satu kasus menimpa seorang wanita paruh baya yang ditipu oleh ‘kekasih maya’-nya. Ludeslah sekitar 400 juta rupiah. Padahal keduanya baru sekadar bertukar pesan lewat internet dan telepon selama 3 bulan.

Memasuki masa usila, secara fisik dan emosional seseorang akan berada di keadaan yang rapuh, tidak heran kalau anak-anak mereka sering merasakan kekuatiran berlebih ketika membiarkan orang tua mereka mencari teman dan melakukan kegiatan bersama orang-orang asing. Tapi kita bisa meminimalisasi kekhawatiran itu dengan:

### 1. Mencari tahu komunitas usila di sekitar tempat tinggal orang tua Anda

Di kota-kota besar, komunitas usila (USIA LANjut) biasanya rajin mengadakan berbagai agenda, mulai dari senam, arisan, pengajian atau (kebaktian di vihara), hingga bakti sosial. Kalau orang tua Anda termasuk tipe yang pasif, temani mereka ke acara komunitas tersebut –sama seperti orang tua Anda dulu menemani Anda masuk sekolah untuk pertama kali. Listya mengatakan, sebaiknya para usila tetap memiliki pergaulan dengan teman sebaya yang bisa nyambung diajak bicara tentang hal-hal tempo dulu, sehingga bisa menambah semangat hidup mereka.

### 2. Mencari tahu kegiatan yang mereka minati

Lama hidup berpisah atau karena sibuk dengan kegiatan sendiri, kadang kita tidak tahu lagi apa yang disukai orang tua kita. Untuk mencari tahu, bawa mereka ke berbagai acara: nonton film, mengikuti diskusi buku, masak bersama, atau pengajian, yang membuat mereka mau keluar rumah. Dengan begitu, Anda jadi tahu apa saja yang memancing minat mereka. Menurut Listya, dengan mempunyai hobi, akan tumbuh keinginan pada usila untuk terus sehat, bahagia, mandiri, dan bermanfaat.

### 3. Mengenalkan teknologi baru

Bagi usila, fungsi ponsel biasanya hanya sebatas menerima telepon dan menelepon. Jangankan mempunyai akun sosial media, diajak menggunakan aplikasi WhatsApp saja mereka langsung protes karena dinilai terlalu ribet. Yang harus Anda lakukan (dengan penuh kesabaran) adalah ‘menerjemahkan’ fungsi setiap teknologi atau aplikasi di ponsel dalam bahasa yang sederhana. Atau bisa juga Anda mengajari mereka main games di ponsel untuk membuang rasa sepi.

## Mengapa Orang Tua Anda Sulit Tidur?

Gangguan tidur pada usia lanjut (usila) dapat bersifat nonpatologis karena faktor usia. Tapi ada pula gangguan tidur yang dipengaruhi oleh kondisi medis, seperti penyakit kronis atau degeneratif (jantung, diabetes, tekanan darah tinggi, saraf, sendi) atau kondisi psikologis seperti stres. Keduanya kerap menyebabkan mereka menjadi susah tidur atau tidur dalam waktu yang sangat pendek.

Secara umum gangguan tidur yang sering dikeluhkan oleh para usila bisa diklasifikasikan dalam dua, yaitu:

### Gangguan tidur primer

Gangguan tidur ini bukan disebabkan oleh gangguan mental lain, kondisi medis



umum, atau zat tertentu. Gangguan tidur primer terbagi dua, yaitu disomnia dan parasomnia. Disomnia ditandai dengan gangguan pada jumlah, kualitas, dan waktu tidur. Disomnia sendiri terbagi lagi dalam banyak jenis, yaitu insomnia primer, hipersomnia primer, narkolepsi, gangguan tidur yang berhubungan dengan pernapasan (seperti sleep apnea atau mengorok), gangguan ritmik sirkadian tidur, dan disomnia yang tidak dapat diklasifikasikan. Adapun parasomnia dikaitkan dengan perilaku tidur atau peristiwa fisiologis yang terkait dengan tidur, stadium tidur tertentu, atau perpindahan tidur bangun. Parasomnia terdiri dari gangguan mimpi buruk, gangguan teror tidur, mengigau, atau berjalan saat tidur (sleep walking).

### Gangguan tidur terkait gangguan mental lain

Keluhan gangguan tidur ini diakibatkan oleh gangguan mental lain –sering kali karena gangguan mood. Ada dugaan bahwa mekanisme patofisiologis yang mendasari gangguan mental ikut memengaruhi terjadinya gangguan tidur.

### Memahami insomnia

Sebagai bagian dari gangguan tidur primer, insomnia atau gangguan sulit tidur juga dibagi atas tiga jenis, yaitu:

#### (1) Insomnia Primer

Ditandai dengan keluhan sulit masuk tidur (mengantuk) atau mempertahankan tidur. Biasanya mereka merasa tidak segar meskipun sudah tidur. Keadaan ini berlangsung paling sedikit satu bulan.

#### (2) Insomnia kronik atau insomnia psikofisiologik persisten

Yaitu insomnia yang disebabkan oleh kecemasan, kebiasaan, atau perilaku maladaptif di tempat tidur. Misalnya, sering mendiskusikan masalah serius di tempat tidur atau berpikiran negatif terhadap tidur (sudah berpikir tidak akan bisa tidur). Orang tua yang tinggal sendirian biasanya kerap mengalami insomnia jenis ini akibat merasa takut berlebihan.

#### (3) Insomnia idiopatik

Adalah insomnia yang sudah terjadi sejak kehidupan dini. Kadang-kadang insomnia ini sudah terjadi sejak lahir dan dapat berlanjut selama hidup seseorang. Penyebabnya tidak jelas, ada dugaan disebabkan oleh adanya ketidakseimbangan neurokimia otak atau disfungsi otak bagian depan (forebrain).

Beberapa pasien usila yang mengeluh sulit tidur, kata Andreas, belum tentu mengidap insomnia. Mereka bukannya tidak bisa mengantuk, tetapi sering terbangun di tengah malam. Berbeda dengan penderita insomnia, mereka tetap merasa segar pada keesokan harinya. Penyebab mereka terbangun di tengah malam bervariasi. Pada wanita, misalnya, ada yang terbangun karena berkeringat berlebihan. Kondisi yang sering disebut hot flush ini terjadi sejak mereka mengalami menopause. Ada juga yang tanpa sadar kakinya bergerak-gerak dalam periode tertentu atau terasa sangat pegal saat tidur. “Gejala ini merupakan salah satu tanda dari Restless Legs Syndrome atau Periodic Limbs Movement in Sleeps. Keduanya dipicu oleh masalah saraf degeneratif dan perlu diatasi terlebih dulu dengan bantuan obat-obat saraf,” ujar Andreas Prasadja, RPSGT, dokter ahli masalah tidur dan konsultan utama di Sleep Disorder Clinic RS Mitra Kemayoran, Jakarta.

### Bila Orang Tua Mulai Susah Makan

Malnutrisi atau kondisi gizi buruk memang banyak terjadi pada orang usia lanjut (usila). Malnutrisi tidak harus berarti kurang gizi, tetapi bisa juga kelebihan gizi atau gizi tak seimbang. Banyak faktor yang membuat orang usia lanjut berisiko tinggi mengalami malnutrisi. Menurut Dr. dr. Nina Kemala Sari, Sp.PD, K-GER, Staf Divisi Geriatri Departemen Ilmu Penyakit Dalam RSCM/FKUI, fungsi penginderaan manusia biasanya menurun seiring proses penuaan.

Daya pengecap yang menurun akan membuat orang tua kehilangan selera makan, sehingga akhirnya mereka malas makan atau makan (terlalu) sedikit. Kondisi gigi yang mulai goyah atau sudah bertanggalan juga membuat mereka tidak kuat lagi mengunyah makanan yang relatif keras atau alot. Kondisi pencernaan para usila biasanya juga mulai bermasalah, karena fungsi usus dan lambung sudah melemah. Misalnya, makan pedas sedikit, langsung diare.

Kehilangan selera makan juga bisa berasal dari kurangnya perhatian atau kepedulian dari orang-orang di sekitarnya (anak, perawat, pembantu). Mereka mungkin kurang peduli apakah makanan yang disediakan cocok atau tidak dengan selera atau kondisi gigi dan pencernaan orang tua. Mungkin masakannya terlalu manis, terlalu keras, atau terlalu pedas, sehingga orang tua tidak bisa makan dengan



cukup. Atau bisa jadi alasannya hanya karena mereka tak suka makan sendirian di rumah –sementara anak-anak dan cucu sibuk dengan urusan mereka sendiri di luar rumah. “Tapi karena tidak ingin merepotkan anak atau orang yang merawatnya, biasanya orang tua tidak mau mengeluh dan menyimpan masalahnya sendiri,” tutur Dr. Nina. Kondisi ekonomi keluarga yang pas-pasan juga tak kalah banyak berkontribusi pada kejadian malnutrisi pada orang usia lanjut

Menurunnya aktivitas gerak yang cukup signifikan juga membuat orang tua tidak gampang merasa haus. Bahkan banyak orang tua yang menderita Alzheimer kehilangan kemampuan untuk merasakan haus. Kalau kondisi ini terabaikan dalam jangka waktu panjang, jangan heran kalau orang tua kita tahu-tahu didiagnosis menderita dehidrasi! Kekurangan serat juga akan membuat orang tua banyak diserang konstipasi (sulit buang air besar). Bila berlangsung terus menerus, kondisi sulit BAB ini bisa memicu penyakit wasir atau bahkan kanker usus. Sedangkan bila kekurangan kalsium, osteoporosis akan lebih mudah menyerang tulang mereka.

Diet yang terlalu ketat juga berisiko tinggi membuat orang tua mengalami malnutrisi. Apalagi biasanya orang tua suka bersikap berlebihan dalam menerapkan aturan diet dan pantangan-pantangan dari dokter. “Misalnya, kalau dokter menganjurkan agar mengurangi konsumsi garam, mereka akan berhenti makan garam sama sekali. Padahal bila tubuh kekurangan garam (Natrium), orang bisa mendadak pingsan bahkan koma,” Dr. Nina menjelaskan. Rupanya itu pula yang terjadi pada ibunda Erina. “Karena punya bakat darah tinggi, sejak usia 60-an Mama sudah melakukan diet garam, juga diet gula. Mama mengatur dietnya sendiri tanpa konsultasi ke dokter, dan makin lama dietnya juga makin ekstrem. Mama nyaris tidak mau ada garam atau gula pada makanan dan minumannya,” kata Erina.

Karena itu, selain rutin berkonsultasi ke dokter untuk menangani penyakit-penyakit yang diderita orang tua kita, ada baiknya kita juga berkonsultasi ke dokter ahli nutrisi untuk memperbaiki status nutrisi mereka, agar mereka bisa menjalani sisa hidup dengan sehat dan berkualitas. Selain itu, bila kita melihat orang tua kita yang biasanya aktif mulai menunjukkan perubahan perilaku, misalnya menjadi malas melakukan apa pun, bersikap pasif, atau menjadi rewel tanpa alasan, jangan kita lantas menjadi emosional atau sekadar mengeluh. “Cobalah cari tahu ada apa di baliknya, termasuk dari kondisi nutrisinya sehari-hari,” saran Dr. Nina.

## Jangan diabaikan!

Bila orang tua Anda terlihat mulai susah makan atau makan sedikit sekali, jangan biarkan kondisi itu hingga berlarut-larut.

1. Cek kondisi gigi mereka. Kalau sudah banyak yang goyah atau tanggal, lebih baik buatkan mereka gigi palsu. Atau bila gigi palsu mereka sudah longgar sehingga tidak nyaman lagi dipakai mengunyah, gantilah dengan yang baru.
2. Memasuki usia 30-an, kita memang disarankan untuk mengurangi konsumsi gula, garam, dan lemak. Tapi bukan berarti tidak mengonsumsinya sama sekali, karena ketiga unsur tersebut tetap diperlukan tubuh.
3. Sedikit tapi sering. Ada kalanya, orang tua memang tidak mampu lagi menelan makanan dalam jumlah cukup. Kalau asupan dalam sekali makan dianggap kurang, Anda bisa membaginya dalam 5 – 10 kali waktu makan dalam sehari. Meskipun sedikit-sedikit, kalau ditotal tetap memenuhi kebutuhan nutrisi harian.
4. Meski sudah harus mengonsumsi makanan khusus, tetap perhatikan kelengkapan gizi dalam makanan orang tua Anda: karbohidrat, protein (lauk pauk nabati atau hewani), serat dan vitamin (sayur dan buah), susu.
5. Rutin melakukan penapisan status nutrisi orang tua Anda dan berkonsultasi ke ahli nutrisi.

## Menghadapi Orang Tua yang Mulai Pelupa

Beragam kondisi membuat orangtua dan anak memutuskan untuk tinggal secepat. Keputusan untuk tinggal serumah biasanya dipilih seorang anak agar lebih mudah mengawasi orang tua. Menurut Dra. Augustine Dwi Putri Sukarlan, M. Si., Dosen Psikologi Klinis di Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, dalam budaya Timur ada tradisi anak merawat orangtua saat mereka menginjak usia lanjut. Namun tinggal secepat bersama orang tua yang mulai pikun, membutuhkan kesabaran sendiri. Hindari kalimat berikut:

### “Kok bisa lupa sih?”

Orang tua sering lupa meletakkan benda-benda miliknya, seperti kacamata yang biasanya selalu dipakai. Tapi perkataan itu menyinggung mereka luar biasa. “Lansia sebenarnya tahu bahwa memori, kemampuan kognitif, dan kemampuan fisik mereka menurun. Mengingatkan tentang kepikunan atau kelemahan mereka malah semakin





menyakiti perasaan mereka,” ujar Francine Lederer, seorang psikolog di Los Angeles. Daripada menyalahkan orang tua karena mudah lupa, lebih baik kita menyusun langkah-langkah konkret untuk memfasilitasi mereka. Misalkan saja memberi stiker bertuliskan nama barang di tempat yang sudah ditentukan. Dengan menandainya dengan stiker, Anda akan membangun kebiasaan orang tua untuk meletakkan barang di tempat yang sama. Lain kali orang tua Anda lupa, ingatkan saja, “Ibu, kalau lupa lihat di stiker ini ya.”

### **“Baru kemarin diajari, kok sudah tanya lagi.”**

Mempelajari teknologi baru adalah hal yang sulit bagi lansia. Terlebih lagi jika Anda memberikannya sebuah ponsel yang memiliki banyak fitur. Bagi seseorang yang mengalami penurunan kemampuan adaptasi, penglihatan, ataupun kepikunan, akan sangat sulit untuk mempelajari cara pakai suatu barang yang canggih. “Ini tombol untuk mengirim SMS, kalau tombol yang ini untuk menelpon ya Bu. Saya akan pelan-pelan mengajari ibu lagi.” Kalimat ini lebih enak didengar oleh orang tua kita. Namun sebelum membeli sesuatu berbasis teknologi canggih, pastikan mudah dioperasikan.

### **“Aduh, Ibu sudah ngomong itu berkali-kali.”**

Sebenarnya kita pun sering membicarakan hal yang sama berulang kali. Terlebih lagi tentang hal-hal yang kita sukai. Namun karena orang tua kita melakukannya sepanjang waktu, kita pun jadi kehilangan kesabaran. “Pasti habis ini ibu mau cerita tentang ini deh. Habis itu pasti ceritanya begini.” Kalimat ini bisa Anda ucapkan dengan nada bercanda sehingga orang tua Anda tidak tersinggung. Anda pun juga bisa menceritakan kebiasaan Anda yang suka cerita hal yang sama berulang kali kepada mereka. Yang terjadi adalah mereka jadi terhibur dengan guyonan Anda.

### **“Ibu kok lupa sih, nama cucu sendiri!”**

Daripada marah karena orang tua Anda lupa dengan nama cucunya, lebih baik membawanya untuk mendapat perawatan medis. Semakin sering ia melupakan hal-hal yang penting, maka semakin besar alasan Anda untuk membawa orang tua ke dokter. “Lansia menjadi pelupa karena ada penurunan pada proses berpikirnya. Pada penyakit demensia, mulanya mereka hanya lupa pada hal-hal yg baru terjadi, namun lama-lama bisa lupa pada anak-anaknya sendiri, cucunya, bahkan dirinya sendiri,” ujar Augustine. Augustine menjelaskan bahwa hingga saat ini belum ada cara untuk menyembuhkan penyakit ini, namun suplemen dapat membantu mempertahankan ingatan mereka. “Nama cucu Ibu itu Nadia, Bu. Nadia itu cucu Ibu satu-satunya.” Ucapkan dengan lembut dan senyum. Sebenarnya orang tua Anda pun merasa bersalah karena lupa nama cucu kesayangannya.

## **Menghadapi ‘Post Power Syndrom’ Orang Tua**

Post power syndrome atau sindroma pasca berkuasa biasanya dialami oleh mereka yang dulunya punya kekuasaan atas orang-orang di sekelilingnya. Misalnya mantan komandan di ketentaraan/kepolisian, mantan pejabat tinggi, atau mantan direktur (atau jabatan tinggi lainnya) di perusahaan. Untuk masa sekarang, mungkin memang masih lebih banyak kaum pria yang mengalami sindroma ini. Tapi, menurut Monty Satiadarma, psikolog dari Universitas Tarumanagara Jakarta, tak lama lagi pasti akan makin banyak wanita yang juga mengalaminya, karena sekarang makin banyak wanita yang menempati posisi tinggi di berbagai institusi.

Post power syndrome timbul akibat ketidakmampuan seseorang untuk melepaskan diri dari belenggu masa lalu, khususnya bila masa lalu itu sangat membanggakan egonya. “Ia sulit menerima kenyataan bahwa kini ia tidak berkuasa lagi dan kehilangan berbagai privilege yang dulu diterimanya,” kata Monty. Mereka enggan melangkah menuju tahap penerimaan (acceptance); bahwa roda kehidupan selalu berputar, kadang kita ada di atas kadang di bawah; bahwa segala sesuatu di dunia ini ada masa kedaluwarsanya, termasuk jabatan dan kekuasaan.

Sindroma itu akan makin parah kalau kemampuan fisik orang itu juga makin terbatas akibat usia tua. Misalnya, penglihatan dan pendengaran tidak lagi tajam, menderita kelumpuhan, atau harus berdiet ketat karena menderita berbagai penyakit, yang membuatnya semakin



frustrasi bahkan depresi. “Karena itu, sesungguhnya yang tersiksa bukan hanya anak-anak atau orang-orang di sekelilingnya, tapi juga dirinya sendiri. Bahkan mungkin si orang tua lah yang lebih menderita,” Monty menjelaskan.

Namun, tidak semua orang yang dulu pernah berkuasa mengalami post power syndrome di masa tuanya. Banyak juga orang yang mampu menerima ‘masa redup matahari’-nya dengan ikhlas dan apa adanya. Apakah faktor kepribadian dasar seseorang ikut memengaruhi?

“Bisa ya, bisa tidak,” kata Monty, “Karena kita tidak akan pernah tahu bagaimana ‘kelakuan’ kita kalau tua nanti sampai kita mengalaminya sendiri. Bisa terjadi orang yang sebelumnya dikenal sabar dan nrimo, setelah tua –ketika semua ‘rem’ sudah tidak pakem lagi– berubah jadi tukang marah-marah. Atau justru sebaliknya, orang yang dulunya ‘sulit’ malah menjadi ‘jinak’ di masa tuanya. Tapi memang tidak ada salahnya sejak sekarang –selagi masih cukup muda– kita mulai melatih diri untuk ikhlas menerima cobaan hidup apa pun.”

Kalau perilaku anak kita bermasalah, sebagai orang tua kita bisa melakukan banyak hal untuk mengatasinya. Mulai dari menasihatinya, memarahinya, berkonsultasi pada gurunya, atau mendatangi psikolog anak. Tapi bila orang tua kita yang ‘bermasalah’, tentu tidak semudah itu menasihati atau mengajak mereka berkonsultasi ke psikolog. Apalagi selama ini ada anggapan umum bahwa kalau seseorang diajak ke psikolog berarti dia gila.

“Selain itu, biasanya ada egoisme tersendiri pada setiap orang tua. Meskipun berpendidikan akademis lebih rendah –mereka merasa lebih tahu dan berpengalaman tentang kehidupan dibandingkan anak-anaknya. Dan di mata orang tua, anak tetaplah anak, meski sang anak kini telah dewasa dan berkeluarga. Jadi wajar saja bila ada orang tua yang enggan menerima nasihat dan masukan dari anaknya, sekalipun nasihat dan masukan itu baik dan membangun,” Monty memaparkan.

Meminta bantuan dari orang-orang yang dihormati oleh orang tua kita –misalnya ustaz, pendeta, pastor, atau orang yang dituakan dalam keluarga besar– untuk membimbing orang tua kita agar menjadi lebih ikhlas menerima keadaan pasca berkuasa, tentu layak dicoba. Apalagi bila orang tua kita tergolong religius. Begitu juga dengan upaya berkonsultasi ke psikolog. “Tapi kalau merasa perlu berkonsultasi ke psikolog, sebaiknya datang bersama-sama, kalau perlu dengan semua anaknya. Rancanglah skenario sedemikian rupa, supaya orang tua tidak merasa bahwa dialah sang ‘tertuduh utama’, melainkan justru sebagai orang yang diperlukan nasihatnya,” Monty menyarankan.

Tapi kalau semua usaha itu tetap tidak membuahkan hasil, satu-satunya cara yang bisa dilakukan anak adalah ikhlas menerima kondisi orang tua apa adanya, dengan semua kerewelannya. “Sebenarnya anak punya pilihan: mau tetap merawat dan mendampingi orang tuanya atau melepaskan diri dari tanggung jawab. Namun kalau kita tetap ingin mendampingi mereka, dampingilah dengan ikhlas. Bersyukurlah bahwa kita masih diberi waktu dan kesempatan untuk membalas jasa mereka. Kalau dulu kita yang dirawat oleh mereka, kini giliran kita yang merawat mereka. Kalau kita tulus dan ikhlas menjalaninya, hal yang sangat berat pun jadi terasa (lebih) ringan. Dan kalau Anda percaya akan karma, yakinlah bahwa akan selalu ada reward untuk karma yang baik,” kata Monty.

第四等的老人靠子孙养老，第三等的老人靠储蓄养老，第二等的老人靠缘份养老，第一等的老人靠智慧养老，最高等的老人靠信仰养老

Sumber referensi:

- 3 Cara Agar Orang Tua Tak Kesepian; Penulisnya tidak diketahui.
- Mengapa Orang Tua Anda Sulit Tidur? oleh Shinta Kusuma
- Bila Orang Tua Mulai Susah Makan, Oleh Tina Savitri
- Menghadapi Orang Tua yang Mulai Pelupa, Teks : Aprilia Ramadhani; Konsultan : Dra. Augustine Dwi Putri Sukarlan, M. Si., Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Menghadapi ‘Post Power Syndrom’ Orang Tua; tidak diketahui penulisnya.



# 藥師琉璃光如來本願功德經

## BHAISAJYA GURU VAIDURYA PRABHA RAJA SUTRA

### I. Pendahuluan

Buddha Penyembuhan (Bhaisajyaguru Vaidurya Prabhasa Tathagata) adalah salah satu dari ketiga Buddha Utama dalam obyek pemujaan Buddhis Mahayana dan merupakan seorang Buddha dari masa lalu. Lebih dikenal sebagai Buddha Pengobatan atau Guru Penyembuhan. Beliau sangat dekat di hati pemujanya, karena banyak diantara mereka yang benar-benar telah menerima berkah-Nya dalam bentuk penyembuhan ajaib dari berbagai penyakit.

Kemanjuran dari Hyang Buddha dalam mencegah bencana dan memberikan kemakmuran disamping menyembuhkan penyakit telah menarik sejumlah pengikut dan pemuja yang cukup besar sejak Dinasti Chin Timur (AD 317-420) sampai sekarang. Sutra Buddha Pengobatan (Bhaisajya Sutra) yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Mandarin pada masa itu, memberikan gambaran yang lengkap tentang Buddha tanpa tandingan itu, tanah Buddha, dan kedua belas Ikrar Agung-Nya. Sekalipun demikian, Sutra yang diterjemahkan oleh Guru Tripitaka Hsuan Tsang ( bhiksu yang terkenal dari Dinasti Tang ) kemudian dikenal sebagai Sutra Guru Penyembuhan ( Bhaisajyaguru Vaidurya Prabhasa Tathagata ) menjadi lebih terkenal dan dibaca oleh kebanyakan orang di masa kini.

Selain menyembuhkan penyakit, melindungi dari bencana seperti kelaparan, kekeringan, dan wabah, memberikan panjang umur dan membantu yang meninggal. Hyang Buddha dikenal telah memberikan berbagai manfaat duniawi kepada mereka yang bersujud kepada-Nya. Di dalam Vihaar, Buddharupang-Nya biasanya ditempatkan bersama Buddha Sakyamuni dan Buddha Amitabha. Buddha Sakyamuni ditengah, Buddha Bhaisajyaguru di sebelah kanan-Nya, dan Buddha Amitabha dikiri-Nya. Bila digambarkan sendiri, Beliau memegang symbol berupa mangkok berisi obat dengan tangan kiri-Nya dan biasanya diikuti oleh kedua siswa-Nya yaitu Bodhisattva Cahaya Surya dan Bodhisattva Cahaya Rembulan.

Sewaktu masih menjadi Bodhisattva, Beliau membuat 12 ( dua belas ) Ikrar Agung untuk membebaskan makhluk hidup dari belenggu karma. Beliau berikrar untuk melindungi kemajuan mereka ke arah penerangan, membantu mereka memegang larangan, membebaskan mereka dari perangkap praktek keagamaan yang menyimpang dan doktrin palsu, memberikan makanan dan minuman kepada mereka yang lapar, memulihkan tubuh yang cacat, menolong mereka yang akan dihukum mati dan membimbing mereka ke arah kehidupan yang tenang dan berbahagia. Dari kedua-belas ikrar-Nya, ikrar ke tujuh secara khusus menjamin untuk membebaskan manusia dari penyakit badaniah dan mengusir kebingungan spiritual sehingga Beliau dijuluki “Tabib Jiwa”.



Disebabkan oleh akar kebajikan dari kehidupan dimasa lampau, Anda sekarang memiliki kesempatan yang langka untuk masa yang akan datang. Agar bisa begitu, Anda hanya perlu menjunjung nama Guru Penyembuhan ini dengan tulus dan tanpa keraguan. Sehari-hari anda harus merenungkan ikrar atau wujud-Nya, mengucapkan nama-Nya dan memberikan persembahan dengan apa pun yang bisa diberikan. Bagi mereka yang mengalami banyak kesusahan, sakit-sakitan, penderitaan, bencana, dalam keluarga banyak perselisihan dan sebagainya dapat melakukan pengucapan nama Buddha ini untuk menghilangkan segala macam kesulitan, pengucapan selengkapnya adalah :

**“Na mo Xiao Zai Yen Shou Yao Shi Fo” dalam Bahasa Mandarin, Atau**

**“Nambu Siao Zai Yang Siu Yok She Hud” dalam Bahasa Hokkian, Atau**

**“Namo Siao Zai Yang Shiu Yok She Hud” dalam logat Teochew / Tio Ciu, Atau**

**“Namo Bhaisajyaguru Buddha” dalam Bahasa Sansekerta**

Di dalam Sutra Guru Penyembuhan, Hyang Buddha Sakyamuni juga mengungkapkan kepada Bodhisattva Manjusri suatu Dharani Agung yang harus diucapkan seseorang guna menolong makhluk hidup dari penyakit dan kesusahan.

Sewaktu mengucapkan Dharani atau nama Hyang Buddha seseorang harus membayangkan rupang Buddha tersebut, maka dia akan memasuki suatu keadaan “samadhi pengucapan Buddha” (Buddha reci-tation Samadhi; salah satu dari delapan puluh empat ribu Pintu Dharma menuju pencerahan). Yang mana seseorang mengucap

tetapi tidak mengucap, dan tidak mengucap tetapi mengucap. Satu hal penting yang perlu diperhatikan agar bisa mendapatkan manfaat dan, hasil sebesar-besarnya dari pengucapan Dharani, nama Buddha maupun Sutra itu adalah sangat diperlukan keyakinan dan ketekunan yang tidak surut.

Akhir kata perlu diketahui bahwa peringatan ulang tahun Hyang Buddha Bhaisajyaguru jatuh pada tanggal 30 bulan 9 penanggalan Candrasangkala ( Lunar Kalender ). Semoga segenap makhluk hidup bisa mendengar, membaca, mengerti, menerima, mempertahankan, dan menyebarluaskan Sutra ini sehingga dengan demikian memperoleh berkah, manfaat, perlindungan, kedamaian, dan kegembiraan bagi mereka sendiri maupun makhluk lainnya.

## **SUTRA TENTANG KEBAJIKAN / PAHALA IKRAR UTAMA**

### **TATHAGATA CAHAYA LAZUARDI GURU PENYEMBUHAN**

( Yau Shi Liu Li Kuang Ju Lai Pen Yuan Kung Te Ching )

Versi China oleh Tripitaka Master Hsuan Tsang ( Tang 650 C.E. )



Om , kami berlindung kepada Yang Mahatahu, kami berlindung kepada Tathagata Raya Cahaya Lazuardi, Raja Guru Penyembuhan. (Lazuardi = lapis Lazuli = sejenis batu mulia dengan warna biru cemerlang).

Demikian aku telah mendengar, Pada suatu saat, sewaktu Sang Junjungan sedang bepergian ke berbagai negeri untuk mengajarkan Dharma kepada penduduk, Beliau tiba di Vaisali. Di tempat itu, Beliau berdiam dibawah pohon di mana musik berkumandang. Bersama Beliau terdapat persamuan besar bhiksu yang berjumlah 8000 orang. Hadir pula 36.000 Bodhisattva Mahasattva, para raja dengan menteri utamanya, brahmana, umat terpelajar, dewa, naga, yaksa, dan makhluk-makhluk ini mengelilingi Hyang Buddha. Hyang Buddha kemudian membabarkan Dharma kepada mereka.

Pangeran Dharma Manjusri yang menerima kekuatan spiritual yang luhur dari Hyang Buddha melalui inspirasi, bangkit dari tempat duduknya, membetulkan letak jubahnya, dan berlutut dengan kaki kanan-Nya. Dengan beranjali, ia memberikan penghormatan. Manjusri menyapa Hyang Buddha dengan berkata : “Oh, Yang Dijunjung dengan tulus aku memohon agar Engkau membabarkan tentang bentuk dan keanekaragaman nama semua Buddha, tentang pahala dari Ikrar Agung mereka yang diucapkan sewaktu pertama kali menapak jalan Bodhisattva. Agar semua yang mendengar ini akan dibersihkan dari rintangan karmanya sehingga mereka bisa memberikan manfaat dan kegembiraan kepada semua makhluk hidup di zaman Ajaran ( Dharma ) Duplikat ( dimana yang tersisa hanay bentuk daripada isinya ).

Kemudian Hyang Buddha memuji pemuda (kumara) Manjusri dengan berkata : “Bagus, bagus, Manjusri. Disebabkan welas asihmu yang besar, engkau telah memohon kepadaku agar membabarkan nama semua Buddha dan pahala dari ikrar agung mereka, untuk merenggut rintangan karma yang mengikat semua makhluk hidup dan memberi manfaat memperkaya, memberikan kedamaian dan kegembiraan kepada semua makhluk hidup di Zaman ajaran duplikat. Dengarkan baik-baik dan renungkan dengan baik apa yang akan kuberitahukan.”

Manjusri berkata : “Dengan setulusnya aku memohon Engkau berbicara dan kami semua akan mendengarkan penjelasan-Mu dengan penuh kegembiraan.”

Hyang Buddha Penyembuhan: “Kedua belas Ikrar-Nya dan Tanah Suci-Nya di sebelah Timur.”

Hyang Buddha berkata kepada Manjusri :”Jika engkau pergi ke arah Timur melewati tanah Buddha sebanyak 10 kali jumlah butiran pasir di Sungai Gangga, engkau akan menemukan suatu negeri yang dikenal sebagai “Lazuardi Murni”. Buddhnya dikenal sebagai Tathagata Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan, Arhat, Yang Mencapai Penerangan Sempurna (Samyaksambuddha), Yang Memiliki Pikiran dan Perbuatan Sempurna (Vidya Carana Sampanna), Yang Telah Menempuh Jalan Mulia (Sugata), Dia Yang Mengenal Segenap Dunia (Lokavid), Makhluk Tiada Tandingan (Anuttara), Penjinak Nafsu (Purusa Damya Sarathi), Guru Dewa dan Manusia (Sasta Devamanusyanam), Beliau Yang Sadar ( Buddha Lokanatha), dan Beliau Yang Luhur (Bhagavan). Manjusri, sewaktu Hyang Buddha Tathagata Cahaya Lazuardi, Raja Guru Penyembuhan pertama kali menapak jalan Bodhisattva, Beliau membuat 12 ikrar yang memungkinkan semua makhluk hidup untuk memperoleh apa yang mereka inginkan.

### **IKRAR AGUNG KE-1**

Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan sempurna tak tertandingi (Anuttarasamyaksambodhi) di masa yang akan datang, suatu cahaya yang gemilang akan memancar dari tubuhku untuk menerangi dengan





cemerlang negeri yang tak terhingga, tak terhitung, dan tak terbatas. Tubuh ini akan dihiasi dengan sempurna 32 ciri manusia unggul dan 80 tanda tambahan. Aku akan mengusahakan agar semua makhluk hidup menyerupaku secara keseluruhan.

#### **IKRAR AGUNG KE-2**

Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan di masa yang akan datang, tubuhku akan bagaikan Lazuardi dari dalam maupun dari luar, bersinar dengan kemurnian yang tajam dan tak ternoda. Cahayanya akan benar-benar memberi manfaat yang besar dan mengagumkan. Negeriku akan menjadi tempat kediaman yang unggul dari hening, dihiasi dengan jaringan cahaya (bagaikan suatu aura) yang terangnya melebihi sang surya dan rembulan. Aku akan menunjukkan fajar kepada makhluk hidup yang tertutup seluruhnya oleh kegelapan agar mereka bisa bertindak sesuai dengan jalan yang mereka sukai.

#### **IKRAR AGUNG KE-3**

Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan di masa yang akan datang dengan kebijaksanaan dan caraku yang tak terhingga dan tak terbatas, aku akan mengusahakan agar semua makhluk mendapatkan segala apa yang mereka perlukan sehingga mereka tidak akan mengalami kekurangan (kebutuhan hidup).

#### **IKRAR AGUNG KE-4**

Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan di masa akan datang, jika ada makhluk-makhluk yang menempuh jalan menyimpang, aku akan membimbing mereka kembali ke jalan penerangan. Jika ada yang menjadi pengikut jalan Sravaka atau Pratyekabuddha, mereka akan dimantapkan dalam Jalan Besar (Mahayana).

#### **IKRAR AGUNG KE-5**

Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan di masa yang akan datang, jika ada makhluk hidup tak terhingga dan tak terbatas yang mengembangkan dan mempraktekkan perbuatan murni dari ajaranku, aku akan mengusahakan agar mereka semua dapat menjalankan dengan baik tata prilaku dan ketiga Sila Murni (tidak melakukan perbuatan tercela, bertindak/berbuat dengan sikap yang benar dan berusaha memberi manfaat pada semua makhluk hidup). Mereka yang menghujat dan melanggar, sesudah mendengar namaku, merenung dan memujanya dengan tulus, akan memperoleh kembali kemurnian dan tak akan terjatuh ke dalam kehidupan yang menyedihkan.

#### **IKRAR AGUNG KE-6**

Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan di masa yang akan datang, jika ada makhluk hidup yang badannya tidak sempurna, cacat organ inderanya, jelek, bodoh, tuli, buta, bisu, lumpuh, dan pincang, bongkok, sakit lepra, kejang, gila atau dihindangi berbagai penyakit dan penderitaan – makhluk seperti ini bila mereka mendengar namaku, menyebut dan merenungkannya dengan tulus, mereka akan memperoleh rupa yang bagus dan kecerdasan praktis, semua organ indera mereka akan disempurnakan dan mereka tidak akan dihindangi penyakit maupun penderitaan.

#### **IKRAR AGUNG KE-7**

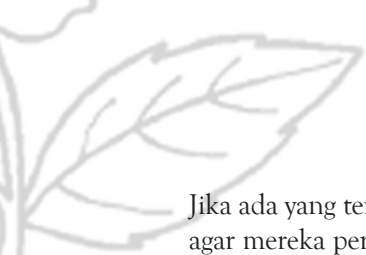
Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan di masa yang akan datang, jika ada makhluk yang menderita sakit atau tertindas, yang tidak punya tempat berlindung dan kediaman, yang tidak mendapatkan dokter maupun obat, tanpa sanak saudara, yang melarat dan berat penderitaannya segera setelah namaku terdengar dan disebut oleh mereka, segala penyakit mereka akan disembuhkan dan mereka akan merasakan ketentraman dan kegembiraan di dalam badan dan pikiran. Mereka akan mendapat keluarga dan kebutuhan yang berlimpah, dan mereka sendiri akan mengalami penerangan sempurna di kemudian hari.

#### **IKRAR AGUNG KE-8**

Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan di masa yang akan datang, jika ada perempuan yang menderita salah satu dari ratusan kesengsaraan yang dialami perempuan, yang pada akhir kehidupannya tidak ingin terlahir dengan tubuh perempuan lagi – bila perempuan ini mendengar namaku, menyebut, dan merenungkannya, mereka semua akan memperoleh fisik laki-laki dengan dilengkapi ciri-ciri bagus dalam penitisan yang akan datang. Mereka semua mengalami penerangan sempurna di kemudian hari.

#### **IKRAR AGUNG KE-9**

Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan di masa yang akan datang. Aku akan mengusahakan agar semua makhluk hidup terlepas dari jaring Mara. Mereka akan dibebaskan dari belenggu segala jalan menyimpang.



Jika ada yang terseret ke dalam berbagai pandangan keliru yang tebalnya bagaikan hutan, aku akan mengusahakan agar mereka perlahan-lahan mengembangkan dan mempelajari semua praktek Bodhisattva, sehingga mereka akan mengalami penerangan sempurna di kemudian hari.

#### **IKRAR AGUNG KE-10**

Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan di masa yang akan datang, jika – sesuai dengan yang tertulis di dalam undang-undang Negara ada makhluk hidup yang dirantai dan dicambuk, dibelenggu dan dijebloskan ke dalam penjara, atau yang akan dijatuhi hukuman mati; dan kepada siapa yang mengalami kesulitan, bencana/petaka tidak habis-habisnya yang amat memalukan, menyedihkan, dan menyusahkan, badan dan pikiran mereka menderita kegetiran ini – jika orang seperti ini mendengar namaku dan merenungkannya, diberkahi oleh kekuatan spiritual yang mengagumkan dan pahala kebajikan, mereka akan dibebaskan dari segala kesedihan dan penderitaan.

#### **IKRAR AGUNG KE-11**

Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan dimasa yang akan datang, jika ada makhluk hidup yang tersiksa oleh lapar dan haus dan yang menciptakan karma buruk di dalam (keputus-asaan) mencapai penghidupan, jika mereka mendengar namaku, merenungkan dan mempertahankannya selalu di dalam pikiran mereka, maka aku akan memberi makanan dan minuman enak untuk memenuhi kebutuhan tubuhnya dulu. Sesudah itu, dengan memberi santapan Ajaran Dharma, mereka akan menjadi tenteram dan bergembira pada akhirnya dan dimantapkan di dalamnya.

#### **IKRAR AGUNG KE-12**

Aku berikrar bahwa bila aku mencapai penerangan di masa yang akan datang, jika ada makhluk hidup yang miskin dan tidak memiliki baju; terganggu dan tersiksa siang dan malam oleh lalat dan nyamuk, panas dan dingin – bila mereka mendengar namaku, merenungkan dan mempertahankannya selalu di dalam pikiran, mereka akan memperoleh segala macam baju bagus dan indah sesuai dengan keinginannya. Mereka juga akan memperoleh segala macam perhiasan mahal, karangan bunga, serbuk dupa wangi, musik dan (kenikmatan) berbagai pertunjukan kesenian. Aku akan membuat mereka mendapatkan berlimpah-limpah apa yang mereka inginkan.

Manjusri, inilah kedua belas ikrar halus (substil), mulia, dan unggul yang diucapkan oleh Tathagata Cahaya Lazuardi, Raja Guru Penyembuhan itu sewaktu Beliau menapak Jalan Bodhisattva mengenai pahala dan hiasan gemilang dari tanah Buddhanya, sekalipun aku mencoba menceritakannya selama satu kalpa atau pun lebih lama, hal itu tidak akan terungkap sepenuhnya. Tanah Buddha Raja Guru Penyembuhan sampai sekarang masih luar biasa murninya (tidak ada kotoran) dan disitu tidak ada godaan ( Dalam bahasa literatur “tidak ada perempuan” ), tidak ada kehidupan yang menyedihkan (Alam nerak, setan kelaparan, dan binatang), dan tidak ada ratapan penderitaan.

Tanahnya terdiri dari Lazuardi dan pinggir jalannya dibatasi emas. Tembok dan gerbang, istana dan pavilyun, balcon dan jendela, gorden dan tirai, semuanya terbuat dari 7 (tujuh) permata mulia (Emas, perak, lazuardi, kwarts, kristal, egate, karnelian, dan rubi atau mutiara merah). Tempat itu menyerupai Tanah Sukhavati di sebelah barat; pahala dan hiasannya tidak berbeda.


Di negeri ini terdapat 2 (dua) Bodhisattva yaitu Suryaprabhasana Bodhisattva dan Candraprabhasana Bodhisattva. Mereka merupakan pemimpin dari kumpulan Bodhisattva yang tak terbatas dan tak terhingga di sana . Mereka sudah mampu mempertahankan dan memabarkan ajaran murni Tathagata Cahaya Lazuardi, Raja Guru Penyembuhan.

Untuk itu, Manjusri, semua upasaka-upasika yang memiliki keyakinan haruslah mempunyai keinginan untuk menitis di tanah Buddha itu.”

### **HYANG BUDDHA MEMBANTU MEREKA YANG KARMANYA TELAH MEMBAWA KESENGSARAAN**

#### **Yang Dijunungi kemudian berkata kepada pemuda Manjusri:**

“Manjusri, ada makhluk yang tidak bisa membedakan antara yang baik dan yang jahat, yang hanya menyukai ketamakan dan kekikiran. Mereka tidak tahu apa-apa tentang perbuatan amal kebajikan, buah dan pahala dan beramal. Bodoh dan bebal, mereka tidak memiliki kebijaksanaan dan akar keyakinannya kurang. Mengumpulkan harta dan permata, mereka menjaga dan melindungi (timbunan hartanya) siang dan malam. Bila mereka melihat seorang pengemis datang, mereka menjadi tidak senang, dan jika mereka tidak berhasil melindungi diri dan terpaksa memberi, mereka menyimpan kekesalan yang dalam dan menyakitkan seolah-olah bagian tubuh mereka terpotong.



Selain itu, ada makhluk hidup yang tamaknya tak terhingga. Mereka mengumpulkan kekayaan, dan karena ketamakannya itu mereka bahkan tidak menikmatinya sendiri, bagaimana mungkin mereka bisa memberikan kepada orang tuanya, istri, dan anak-anak, pembantu, kuli atau kepada pengemis. Pada akhir kehidupannya ini, makhluk ini akan terlahir kembali sebagai setan kelaparan atau binatang. Jika di dalam kehidupan sebelumnya sebagai manusia, makhluk ini pernah mendengar sepintas nama Tathagata Cahaya Lazuardi, 'Guru Penyembuhan', dan di dalam alam kehidupan yang menyedihkan ini dia masih mengingat nama Tathagata ini.

Sewaktu dia merenung kembali Tathagata ini, dia akan menghilang dari tempat itu dan terlahir lagi di dunia manusia. Memperoleh pengetahuan tentang kehidupan masa lalunya dan takut (kembali) ke alam menyedihkan, dia akan menikmati kesenangan duniawi lagi. Dia akan cenderung mempraktekkan perbuatan yang bermanfaat, dia tidak akan terikat pada miliknya dengan serakah. Satu persatu dengan menggunakan kepala, mata, tangan, kaki, darah, daging dan potongan badannya, dia akan bisa membagi-bagikan amal bagi siapa saja yang datang memintanya. Apalagi untuk membagikan kekayaan yang lain

Kemudian, Manjusri, ada makhluk hidup yang telah melanggar larangan kemurnian moral (sila) walaupun mereka telah menerima berbagai isi ajaran Tathagata. Mungkin ada yang walaupun tidak melakukan pelanggaran, telah melanggar aturan Sangha. Mungkin ada yang walaupun telah mematuhi larangan dan aturan dalam sikap yang benar, telah menganut pandangan menyimpang. Juga mungkin ada yang walaupun menganut pandangan yang benar, telah meninggalkan kegiatan belajar. Dengan demikian, mereka tidak berhasil memahami prinsip yang dalam dari Sutra yang diajarkan Hyang Buddha. Mungkin ada yang walaupun terpelajar tetapi menjadi congkak dan karena pikiran mereka ditutupi keangkuhan, berpendapat bahwa mereka benar dan orang lain salah. Mereka sampai menghina dan membenci ajaran murni, menjadi teman dan sekutu Mara. Dengan cara begini, orang bodoh ini sendiri mempraktekkan pandangan menyimpang. Mereka berulang kali mendorong jutaan makhluk hidup ke dalam jurang bahaya. Orang begini akan terjatuh ke alam neraka, binatang ataupun alam setan, menetap selamanya di alam samsara.

Jika mereka mendengar nama Tathagata Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan, mereka akan meninggalkan jalan sesat (negative practice), mengembangkan dan mempraktekkan ajaran yang bermanfaat. Mereka tidak terjatuh ke alam kehidupan menyedihkan. Tetapi jika mereka tidak bisa meninggalkan jalan sesat, tidak mengembangkan dan mempraktekkan ajaran bermanfaat, maka mereka akan (terus-menerus) terbenam ke dalam kehidupan menyedihkan.

Karena kekuatan yang menakjubkan dari ikrar utama yang dibuat oleh Tathagata ini, makhluk begini akan dibangun dari keadaannya yang sekarang agar mendengar nama Hyang Buddha untuk sekejap. Kemudian, sesudah berakhir kehidupannya, mereka akan terlahir sebagai manusia. Mereka akan memperoleh pandangan yang benar, dan dengan berusaha, mereka akan menguasai keinginan pikirannya. Selain itu, mereka akan bisa menolak ikatan duniawi dengan berlindung kepada ajaran Tathagata. Mereka akan menerima dan memegang inti ajaran dan tidak berbuat sesuatu pun yang offensive dan melanggar larangan. Dengan berpegangan pada pandangan yang benar, mereka akan menjadi terpelajar dan memahami arti yang dalam dari Sutra. Terbatas dari kebanggaan diri, mereka tidak akan lagi menghina ajaran murni. Mereka tidak akan menjadi teman Mara. Perlahan-lahan mereka akan mengembangkan dan mempraktekkan berbagai aspek dari Jalan Bodhisattva dan akhirnya mereka akan bisa mencapai kesempurnaan jalan.

Kemudian, Manjusri, mungkin ada makhluk hidup yang kikir dan tamak, iri dan cemburu, yang memuji diri sendiri dan menjelekkan orang lain. Makhluk ini akan terjatuh kedalam ketiga alam kehidupan menyedihkan. Mereka akan menderita berbagai jenis kesengsaraan selama beribu-ribu tahun. Bila mereka telah mengalami kesengsaraan ini, barulah mereka terlahir di dunia ini sebagai kerbau atau kuda, unta atau keledai. Dipecut berulang-ulang, terganggu dan tersiksa oleh lapar dan hawa, mereka akan selalu dibebani muatan berat di punggung dan menempuh perjalanan sepanjang waktu. Jika mereka terlahir sebagai manusia, maka itu akan berupa pekerja di rumah orang lain, sebagai budak laki atau perempuan yang selalu diperintah untuk mengerjakan pekerjaan kasar bagi orang lain. Orang seperti ini tidak akan pernah bebas.

Jika di dalam kehidupan yang lalu sebagai manusia, orang seperti ini pernah mendengar nama Tathagata Cahaya Lazuardi, Raja Guru Penyembuhan, dikarenakan penyebab baik ini, dia akan dibimbing untuk mengingatnya dan dia akan berlindung pada Hyang Buddha, dia akan dibebaskan dari segala penderitaannya. Dia akan mendapat indera yang tanggap dan tajam, menjadi penuh kebijaksanaan dan terpelajar. Dia akan selalu mencari ajaran yang luhur, selalu bertemu dengan teman (spiritual) yang baik. Dia akan memutuskan ikatannya dengan Mara selama-lamanya, menembus selubung ketidaktahuan. Sungai penderitaan akan mengering dan dia

akan terbebas dari kesedihan dan penderitaan kelahiran, ketuaan, penyakit, dan kematian.

Kemudian, Manjusri, ada makhluk hidup yang menyenangi perselisihan, yang bertengkar, dan menyebabkan kekesalan di antara mereka dan orang lain; dan melalui perbuatan, kata-kata, dan pikiran, mereka menciptakan, menambah, dan memperpanjang semua jenis karma buruk; ada yang merencanakan pembalasan dendam, ada yang mengundang jin penunggu hutan, gunung atau kuburan; ada yang membunuh makhluk hidup untuk mendapatkan darah dan dagingnya guna dijadikan persembahan kepada yaksa dan iblis raksasa atau lainnya; ada yang menuliskan nama orang untuk dikutuk, membuat patung mereka dan dengan ilmu hitam untuk memanggil arwah guna mengakhiri kehidupan musuhnya dan menghancurkan tubuhnya – jika ada diantara makhluk hidup ini yang mendengar nama Tathagata Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan, mereka tidak akan bisa mencelakai orang dengan berbagai cara jahat tersebut. Didalam setiap kilasan pikiran mereka akan timbul rasa cinta kasih. Mereka akan memikirkan manfaat bagi orang lain, tentang kedamaian dan kegembiraan, dan mereka tidak akan mempunyai pikiran menyiksa atau membenci. Masing-masing akan senang dengan apa yang didapatnya, dan dia akan menjadi puas. Makhluk ini tidak akan melanggar hak atau menganiaya orang lain, melainkan berusaha untuk menguntungkan satu sama lainnya.

Kemudian, Manjusri, di antara keempat kelompok bhiksu, bhiksuni, upasaka, upasika, di antara putra-putri dengan keyakinan murni, yang bisa menerima dan mempertahankan ikrar delapan sila (Asta Sila = tidak membunuh, tidak mencuri, tidak berzinah, tidak berbohong, tidak minum minuman yang memabukkan, tidak memakai kosmetik atau perhiasan, tidur dengan tikar di lantai dan tidak makan setelah tengah hari), mematuhi semua aspeknya selama setahun atau 3 bulan.

Melalui akar perbuatan yang baik ini mereka berharap akan diberikan kesempatan untuk menitis di alam Sukhavati-nya Buddha Amitabha di sebelah barat. Akan tetapi, sekalipun mereka sudah mendengar ajaran murni, mereka belum dimantapkan di dalamnya. Jika mereka mendengar nama Tathagata Cahaya Lazuardi, Raja Guru Penyembuhan, dan merenungkannya selalu, maka menjelang akhir kehidupannya, 8 (delapan) Bodhisattva Agung, yang bernama: **Manjusri Bodhisattva, Avalokitesvara Bodhisattva, Mahasthamaprapta Bodhisattva, Aksayamati Bodhisattva, Ratna Cendana Kusuma Bodhisattva, Bhaisajya-Raja Bodhisattva, Bhaisajya-Samutgata Bodhisattva, dan Maitreya Bodhisattva.** Dalam versi Mandarin dan Sansekerta tidak disebutkan secara spesifik, tetapi tercantum di dalam Abisekha –Sutra, T.XXI,1131, p.534 A ) akan turun dari langit untuk menunjukkan arah (ke Tanah Suci Barat), mereka akan terlahir dengan sendirinya di-dalam bunga Teratai Permata berwarna-warni.

Jika ada yang – sekalipun terlahir di alam surgawi dan telah membina akar kebajikan di dalam kehidupan yang lalu, tetapi masih belum mengakhiri (karmanya). Oleh karena mereka telah terlahir di alam surgawi ini, mereka tidak akan lagi terlahir di alam kesedihan manapun. Bila masa kehidupan mereka di alam surgawi mencapai akhirnya, orang seperti ini akan terlahir di alam manusia sebagai Maharaja Pemutar Roda yang akan memerintah di ke-empat benua. Dengan mengandalkan kewibawaan dan kebajikannya yang mengagumkan, dia akan membimbing dan menempatkan makhluk hidup tak-terhitung, dengan aman di jalan 10 (Sepuluh) Larangan Bermanfaat (Dasakusala).

Atau orang seperti ini akan terlahir di dalam suatu keluarga Ksatria (bangsawan) besar, brahmana atau umat awam terpelajar, dengan kekayaan, permata, lumbung, dan gudang berlimpah ruah. Rupanya akan begitu agung dan dia akan memiliki pengikut dan sanak-saudara yang banyak. Dia akan menjadi pintar dan bijaksana, berani dan kuat, mengagumkan dan hebat bagaikan seorang mahaguru bela diri.

Atau jika orang seperti ini terlahir sebagai perempuan, bila dia mendengar nama Tathagata Cahaya Lazuardi, Raja Guru Penyembuhan: dan dengan segala ketulusan yang dalam, menerima dan mempertahankannya, maka pada kehidupan selanjutnya orang ini tidak akan pernah lagi terlahir sebagai perempuan.”

## SUATU FORMULA MISTIK UNTUK MENGUSIR PENYAKIT DAN PENDERITAAN

“Kemudian, Manjusri, sewaktu Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan ini mencapai penerangan, disebabkan kekuatan ikrar utama-Nya, Beliau selalu mengawasi semua makhluk hidup dan melihat mereka menderita berbagai penyakit, kurus kering, demam, sakit kuning dan sebagainya ; yang lainnya menderita kejang oleh racun jahat; selain itu ada yang ditakdirkan berumur pendek atau terancam kematian sebelum waktunya. Untuk mengakhiri semua penyakit dan penderitaan sekalian makhluk hidup ini, dan memenuhi semua keinginan mereka. Pada waktu itu Hyang Buddha tersebut memasuki samadhi yang disebut “Penghapus Musibah Semua Makhluk Hidup”, Beliau memasuki samadhi ini, seberkas cahaya yang sangat terang memancar dari aura diantara alis-Nya dan dari itu suatu Dharani agung berkumandang :



“Namo Bhaisajyaguru-voidurya Prabharajaya Tathagathaya  
Arhate Samyak-sambuddhaya Tadyatha  
Om Bhaisajye Bhaisajye Bhaisajya-samudgate Svaha.”

**Versi Mantra Mandarinnya:** 『那謨薄伽筏帝，裨殺社窣嚧，薛琉璃鉢刺婆喝囉闍也，怛陀揭多耶，阿羅訶帝，三藐三勃陀耶。怛姪陀：唵，鞞殺逝，鞞殺逝，鞞殺社，三沒揭帝娑訶』

(Bisa diterjemahkan kira-kira sebagai berikut: Aku memberi penghormatan kepada Raja Cahaya Lapis Lazuli, Paduka Raja Pengobatan, Tathagata, Arhat, Yang Memperoleh Penerangan Sempurna, dengan berkata: Untuk penyembuhan, untuk penyembuhan, hidup penyembuhan sempurna)

“Kemudian sesudah Dharani ini dikumandangkan, diantara cahaya ini terdengar suara gemuruh, sang bumi bergetar dengan hebat di alam Buddha tersebut. Seberkas cahaya terang memancar keluar sehingga segala penyakit dan kesengsaraan terhapus dari semua makhluk hidup dan semua menjadi tentram dan bergembira.”

“O, Manjusri, jika ada putra atau putri yang menderita sakit, demi orang itu engkau harus membantu dia membersihkan badan dan mulutnya secara teratur dengan welas asih. Sediakanlah makanan, obat-obatan, dan air bersih untuk ditaruh di atas altar, dan bacakan Dharani ini sebanyak 108 kali, kemudian berikanlah bahan-bahan itu kepada mereka. Sesudah menelannya, semua penderitaan dan penyakitnya akan terhapus. Jika orang ini menginginkan sesuatu, dia harus mengingat Dharani ini dan mengucapkan dengan sepenuh hati. Dengan cara ini, dia akan memperoleh apa yang diinginkannya, terbebas dari penyakit dan panjang umur. Pada akhir kehidupannya orang ini akan terlahir di negeri Buddha itu. Dia akan mencapai keadaan tanpa kemunduran (Avaivartika) dan mendapat Penerangan kemudian.”

“Manjusri, itulah sebabnya putra dan putri baik harus rajin menyembah dan memuja Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan dengan sepenuh hati, dan mereka harus selalu mempertahankan Dharani ini tanpa membiarkannya hilang.”


“Kemudian, Manjusri, jika ada putra dan putri dengan keyakinan murni mendengar nama dari Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan, sesudah mendengarnya mereka harus mengucapkan dan mempertahankannya. Pada waktu subuh mereka harus membersihkan gigi, mandi, dan menyucikan diri. Dengan berbagai bunga harum, dupa, minyak wangi, dan musik dari aneka instrumen, mereka harus memuja patung atau gambar dari Hyang Buddha. Di samping itu mereka harus menyimpan 1 (satu) jilid Sutra ini yang disalin sendiri atau diperoleh melalui orang lain serta memperbanyak sutra dan mendalami prinsip-prinsipnya dengan sepenuh hati. Mereka harus memberikan persembahan kepada guru agama yang membabarkan prinsip-prinsipnya Sutra ini dan menyediakan segala kebutuhan hidupnya sesuai kemampuannya. Sesudah berbuat begitu perilaku mereka pasti akan diketahui dan dicatat oleh para Buddha. Apa yang mereka inginkan akan terpenuhi, dan mereka akan secepatnya mencapai Penerangan.

## PEMUJAHAN HYANG BUDDHA PENYEMBUHAN DAN MANFAATNYA

Kemudian Bodhisattva Manjusri memberi hormat pada Hyang Buddha dan berkata : “Yang dijunjungi, aku berjanji bahwa pada jaman berakhirnya Dharma, dengan segala cara aku akan menyebabkan putra dan putri dengan keyakinan murni untuk mendengar nama Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan ini. Bahkan di dalam tidurnya Aku akan membisikkan ke telinganya nama Hyang Buddha agar mereka yang terlena dalam kenikmatan duniawi yang tidak kekal bisa tersadar.”

“Yang dijunjungi, mereka harus menerima dan mempelajari Sutra ini dan mempertahankan Sutra ini senantiasa membaca dan mengucapkannya. Selain ini mereka harus membabarkan dan menjelaskan isinya kepada orang lain. Mereka sendiri harus memperbanyak Sutra ini atau menganjurkan orang lain menganjurkannya, serta memuja Sutra dengan berbagai jenis bunga harum, minyak wangi, dupa wangi, karangan bunga, kalung, panji, canopy, tambur dan musik. Untuk lebih hormat mereka harus melakukan puja dengan memasukkan Sutra ke dalam kantong dari kain Sutra 5 warna. Mereka harus menggosok lantai, memercikkan air suci untuk membersihkan tempat itu, kemudian mendirikan altar tinggi untuk menaruh Sutra ini dengan baik di atasnya. Pada saat itu keempat Raja Dewa beserta pengikutnya yang beribu-ribu jumlahnya dari perjamuan Dewa akan pergi ke tempat puja itu untuk melindungi Sutra ini dan keluarga pemuja tersebut.”

“Yang dijunjungi, jika sutra ini tersebar ke suatu tempat dimana ada orang yang menerima dan mempertahankannya, maka disebabkan oleh pahala ikrar utama Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan,



dan dari mendengar namanya ketahuilah bahwa di tempat ini tidak ada lagi kematian sebelum waktunya. Juga di tempat ini tidak akan pernah ada lagi hantu dan iblis jahat mencuri tenaga inti / vital manusia. Mereka yang sudah mengalami penderitaan demikian akan mendapatkan kembali ketentraman dan kegembiraan sebelumnya atas badan dan pikiran.”

Hyang Buddha memberitahukan Manjusri : “Demikianlah, hal itu akan terjadi tepat seperti yang engkau katakan, Manjusri. Jika ada putra dan putri dengan keyakinan murni ingin memuja Tathagatha Cahaya Lazuardi, Raja Guru Penyembuhan, pertama-tama mereka harus membuat suatu rupa atau gambar Buddha itu dan mendirikan suatu altar suci untuk menempatkannya. Mereka harus menabur berbagai jenis bunga disana, membakar berbagai dupa dan menghiasi tempat itu dengan berbagai panji dan spanduk yang indah.

Selama tujuh hari dan tujuh malam mereka harus menerima dan menjalankan Attha Sila, berpantang makan daging, mandi dengan air bersih dan wangi serta memakai baju baru dan bersih. Mereka harus menjaga kesucian tubuh maupun pikiran, tanpa pikiran marah atau menyakiti makhluk lain. Terhadap semua makhluk hidup mereka harus menumbuhkan pikiran memberikan manfaat, kedamaian, cinta kasih, kegembiraan, simpatik dan keseimbangan. Mereka harus memainkan alat musik dan menyanyikan pujian sambil mengelilingi patung atau gambar Hyang Buddha dari sisi kanan. Selain itu, mereka harus merenungkan pahala ikrar utama dari Hyang Tathagatha, mempelajari dan mengucapkan Sutra ini. Mereka harus meresapi prinsip-prinsipnya dan membabarkan Sutra ini, serta menjelaskan isinya kepada orang lain.”

“Selanjutnya semua hal menyenangkan yang diidamkannya akan terkabul. Jika ia menginginkan panjang umur, maka ia akan memperoleh. Jika ia menginginkan kekayaan dan kemewahan, maka kemakmuran itu akan diperolehnya. Jika ia menginginkan jabatan maka itu akan tercapai, jika ia menginginkan anak laki-laki atau perempuan maka anak itu akan terlahir di keluarga.”

“Selain itu jika ada seseorang yang sering bermimpi buruk, melihat berbagai bentuk makhluk halus, melihat burung menakutkan yang berkelompok memasuki rumahnya, atau ratusan pertanda buruk muncul di rumahnya sehingga membuatnya sangat gelisah - bila orang itu dapat melakukan upacara puja atau memuliakan nama Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan, maka mimpi buruk, makhluk halus dan semua pertanda buruk akan menghilang tanpa menimbulkan gangguan / kerugian apapun.”

“Jika ada seseorang yang terancam oleh bahaya air, api, pisau, racun, tergantung di tebing, gajah liar, singa, harimau, serigala, babi hutan, ular beracun, kalajengking, kelabang, ulat berbisa, atau nyamuk, bila orang ini bisa mengingat Hyang Buddha dengan sepenuh hati dan memujanya dengan hormat, dia akan terbebas dari semua hal yang menakutkan ini. Jika ada negeri lain menyerbu dan mengganggu ketentraman, atau jika perampok dan pencuri membuat kerusakan, orang yang mengingat dan memuja Tathagatha itu dengan hormat juga akan terbebas dari gangguan ini.”

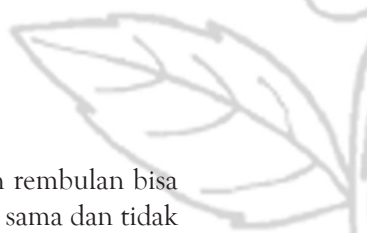
“Kemudian Manjusri, mungkin ada putra dan putri baik dengan keyakinan murni yang sampai akhir kehidupannya belum pernah memuja Dewa manapun dan telah berlandung dengan sepenuh hati kepada Buddha, Dharma, dan Sangha, menerima dan memegang sila, apakah Pancasila, dasasila, atau 250 sila bagi bhiksu, atau 500 sila bagi bhiksuni. Namun barang kali dia takut bahwa dia akan terjatuh ke dalam alam kehidupan menyedihkan karena pernah melakukan pelanggaran sila yang diterimanya. Jika orang ini bisa berkonsentrasi sepenuhnya pada nama Hyang Buddha tersebut dan memujanya dengan hormat, maka dia pasti tidak akan terlahir di dalam ketiga alam menyedihkan tersebut.”

“Jika ada perempuan yang akan melahirkan menderita kesakitan yang hebat, dan bila dia bisa memuliakan nama Tathagatha itu dengan sepenuh hati dengan memuja rupang atau gambarnya dengan hormat, maka semua sakitnya akan hilang dan anaknya akan terlahir tanpa cacat. Rupa anaknya akan sempurna dan semua yang melihatnya akan berseru kegirangan. Anak itu akan dikaruniai indra yang tajam, kecerdasan, dan ketenangan. Dia jarang menderita sakit dan semua makhluk halus tidak akan mencuri kekuatan intinya.”

## **PENTINGNYA KEYAKINAN**

Pada saat itu Sang Junjungan berkata kepada Ananda : “Semua pahala dari Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan, sebagaimana Aku telah memujinya barusan, adalah Dharma yang paling praktis dan luas dari Hyang Buddha, sekalipun begitu makna itu masih sulit dipahami oleh para umat. Apakah engkau mempunyai keyakinan terhadapnya?”

Ananda menjawab : “Yang dijunjungi, Aku tidak mempunyai keraguan sedikitpun terhadap Vaipulya Sutra yang dikotbahkan oleh Tathagatha, mengapa begitu ? Karena karma yang timbul oleh perbuatan, kata-kata dan



pikiran semua Tathagatha adalah suci murni seluruhnya. O Junjungan, cakrama sang surya dan rembulan bisa kami jatuhkan, Gunung Semeru bisa kami buat bergetar, tetapi ajaran dari semua Buddha adalah sama dan tidak pernah berubah.”

“Yang Dijunjung, akar keyakinan dari makhluk hidup adalah tidak sempurna. Sekali pun mereka mendengar gambaran tentang jangkauan kegiatan spirituil serta perilaku dan hasil kerja yang luas dari berbagai Buddha, makhluk dengan keyakinan tidak sempurna itu mungkin akan berpikir : Bagaimana mungkin kita, hanya dengan berkonsentrasi pada nama seorang Buddha, Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan, akan memperoleh pahala yang demikian mulia ? Karena kurang keyakinan, selanjutnya akan timbul perkataan menjelekkan dan menghujat. Seterusnya makhluk ini kehilangan kegembiraan dan kebahagiaan seperti di dalam malam yang gelap dan panjang sampai akhir hidupnya. Dan ia akan terus bertumimbal lahir di berbagai alam sengsara tanpa akhir.”

Hyang Buddha memberitahu Ananda : “Jika makhluk ini mendengarkan nama Tathagatha Cahaya Lazuardi, Raja Guru Penyembuhan dan dengan sepenuh hati menerima dan mempertahankannya tanpa keraguan, maka mereka tidak akan terjatuh dalam kehidupan menyedihkan.”

“Ananda, memang sukar untuk memiliki keyakinan dan memahami perbuatan luhur dari para Buddha. Sekarang engkau bisa menerimanya, hal ini disebabkan oleh kekuatan yang menakjubkan dari Tathagatha itu. Ananda, para Sravaka, Pacekkabuddha dan Bodhisattva yang belum memasuki tahapan bhumi tidak mempunyai keyakinan yang demikian dan sulit memahami kesunyataan tertinggi yang diuraikan para Buddha, kecuali Bodhisattva dengan satu kelahiran lagi (Ekajati pratiprabaddha) yang bisa demikian.”

“Ananda, kelahiran sebagai manusia sulit diperoleh, sekalipun tubuh manusia sudah diperoleh juga sulit untuk menumbuhkan Bodhicitta serta keyakinan untuk memuja dan menghormati Triratna. Bahkan lebih sulit lagi adalah kesempatan untuk mendengar nama Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan. Ananda, seandainya Aku menceritakan praktek Bodhisattva yang tak terbatas, metode bijaksana yang tak terhingga serta ikrar agung dan luhur yang tak terhitung dari Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan itu - sekalipun Aku menceritakannya untuk 1 kalpa atau lebih lama, masa itu akan berlalu, tetapi perbuatan, ikrar dan metode bijaksana yang unggul dari Buddha itu adalah tak habis - habisnya bila diuraikan.”

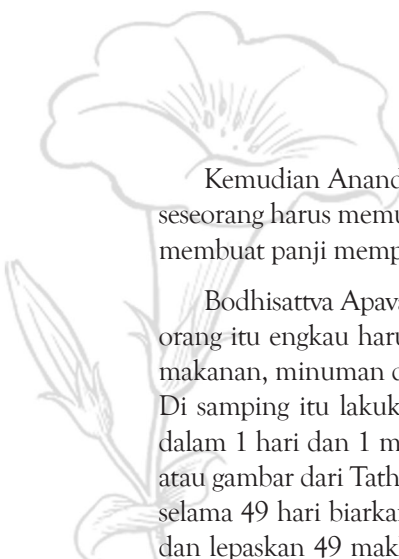
## **MENYELAMATKAN MEREKA YANG TERANCAM KEMATIAN ATAU BAHAYA**

Pada saat itu dalam persamuan, seorang Bodhisattva bernama Apavarga bangkit dari tempat duduknya, membiarkan bahu sebelah kanannya terbuka, dan mengelilingi Hyang Buddha. Berlutut dengan kaki kanannya, dia menyembah dengan tangan dirangkap (anjali) dan berkata kepada Hyang Buddha: “Yang dijunjung, menurut apa yang kulihat dalam samadhiku, di jaman berakhirnya Dharma akan ada makhluk hidup yang menderita berbagai penyakit dan kesusahan seperti terserang penyakit menahun hingga tubuhnya kurus kering. Tidak bisa makan dan minum, tenggorokannya mengering dan bibirnya pecah, setiap penjuru kelihatan gelap olehnya. Mereka hanya terbaring menanti ajalnya sementara orang tua, famili, teman dan kenalan berkumpul disekeliling orang ini dengan ratap dan tangis.”

“Kemudian, meskipun tubuhnya masih terbaring di tempat semula tetapi arwahnya telah direnggut oleh utusan Yama yang membawa arwahnya ke hadapan Raja Yama. Karena kesadaran Vijnana-alaya yang melekat pada semua makhluk hidup dapat mencapai semua makhluk hidup dapat mencatat semua perbuatan baik maupun jahat masing-masing pada masa kehidupannya, maka berdasarkan itu Sang Raja Yama akan mengadili orang itu sesuai dengan perbuatan baik dan buruknya.”

“Jika, demi kepentingan orang sakit itu, famili, teman dekat dan kenalannya bisa berlindung kepada Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru penyembuhan, dan mereka meminta persamuan bhiksu untuk mengucapkan Sutra ini, menyalakan lampu 7 tingkat dan menggantungkan panji pancawarna untuk memperpanjang umur, maka arwah orang itu mungkin dikembalikan ketubuhnya segera. Dia akan mengingat dengan jelas apa yang dialaminya bagaikan di dalam mimpi. Jika kesadarannya kembali sesudah melewati 7, 21, 35 dan 49 hari dia akan merasa bagaikan terbangun dari tidurnya, dan dia akan mengingat bahwa dia telah menerima pahala maupun pembalasan dari karma baik dan buruknya. Karena dia sendiri menyaksikan dan mengalami berlakunya hukum karma, juga disebabkan dia memperoleh kembali kehidupan ini dengan susah, maka dia tidak akan lagi berbuat karma buruk di masa yang akan datang.”

“Oleh sebab itu, putra-putri baik dengan keyakinan murni, kalian harus menerima dan memuliakan nama Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan dan memuja rupang dan gambar-Nya dengan sepenuh hati di rumah masing-masing.”



Kemudian Ananda bertanya kepada Bodhisattva Apavarga : “Bodhisattva yang bajik, tolong jelaskan bagaimana seseorang harus memuliakan dan memuja Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan itu? Bagaimana Caranya membuat panji memperpanjang umur dan memasang lampu tersebut?”

Bodhisattva Apavarga menjawab: “Arya Ananda, jika engkau ingin menolong orang sakit dari penyakitnya, demi orang itu engkau harus menerima dan menjalankan Attha Sila selama 7 hari dan 7 malam, kemudian kumpulkan makanan, minuman dan harta lainnya sesuai dengan kemampuan untuk mengadakan persembahan kepada Sangha. Di samping itu lakukan upacara puja terhadap Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru penyembuhan sebanyak 6 kali dalam 1 hari dan 1 malam serta bacakan sutra ini sebanyak 49 kali. Nyalakan 49 lampu dan buatlah 7 buah rupang atau gambar dari Tathagatha ini. Setiap rupang atau gambar dikelilingi oleh 7 buah lampu bagaikan sebuah roda, dan selama 49 hari biarkanlah cahayanya menyala terus menerus. Buatlah suatu panji yang pancawarna setinggi 49 depa dan lepaskan 49 makhluk hidup berbagai jenis. Maka orang sakit itu akan bisa melewati bahaya ini, dan arwahnya akan terbebaskan dari cengkraman iblis jahat.”

“Selain itu, Arya Ananda, bila di suatu negeri di mana seorang raja ksatria memerintah, terjadi bencana dan kesengsaraan seperti wabah penyakit di antara penduduk, serbuan negeri lain, pemberontakan dalam negeri, gerhana matahari atau bulan, gempa bumi, angin topan, banjir, kemarau panjang dan sebagainya -demi menghilangkan bencana-bencana tersebut sang raja harus menumbuhkan maitri karuna terhadap semua makhluk hidup. Dia harus memberi pengampunan kepada semua orang hukuman yang dipenjara. Mengandalkan metode puja yang diungkapkan di atas, dia harus memuja Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan.” “Dikarenakan kekuatan dari pahala ikrar utama Hyang Tathagatha, negerinya akan menjadi aman tentram. Angin dan hujan akan turun pada musimnya, dan panen akan berhasil. Semua makhluk hidup akan menjadi sehat dan bergembira. Di dalam negerinya tidak akan ada yaksa jahat, maupun makhluk hidup dengan berbagai gangguan spirituil. Semua pertanda buruk akan hilang, negerinya menjadi makmur dan sang raja ksatria akan berumur panjang, memiliki kesegaran dan terbebaskan dari penyakit.”

“Arya Ananda, jika sang raja, ratu atau selir, pewaris tahta atau pangeran lain, para menteri, jenderal, abdi istana dan dayang, pejabat, maupun rakyat jelata menderita penyakit atau mengalami bencana lain, mereka juga harus berbuat dan memasang panji panca warna dan menyalakan lampu dirumahnya. Mereka harus melepaskan berbagai makhluk yang hidupnya teraniaya, menaburkan bunga wangi, dan membakar berbagai dupa wangi, maka mereka akan terbebaskan dari semua penyakit dan kesulitan.”

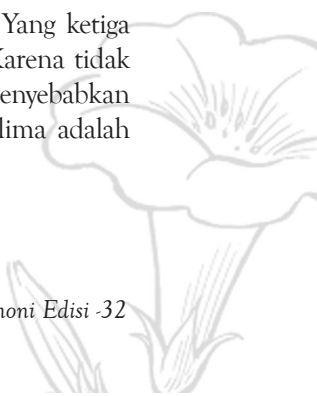
Pada saat itu Ananda bertanya kepada Bodhisattva Apavarga; “Bodhisattva yang bajik, bagaimana caranya memperpanjang umur seseorang yang seharusnya telah berakhir ?” Bodhisattva Apavarga menjawab: “O, orang bijak, apakah engkau belum pernah mendengar uraian Sang Tathagatha tentang 9 kematian sebelum waktunya (sebelum waktunya juga mengandung arti ‘yang mengenaskan’)? Itulah sebabnya aku mendorong Engkau membuat panji memperpanjang umur, menyalakan lampu dan mengembangkan berbagai perbuatan yang bermanfaat. Dengan menimbulkan amal jasa seseorang akan hidup sepenuhnya sampai akhir usianya dan tidak akan mengalami penderitaan dan musibah apapun.”

Ananda bertanya; “Apakah ke 9 kematian sebelum waktunya itu ?”

Bodhisattva Apavarga menjawab: “Mungkin ada makhluk hidup yang mengidap penyakit-yang walaupun ringan, tetapi tidak diobati karena tidak mendapatkan obat atau dokter. Atau mereka mungkin bertemu dengan dokter yang memberikan obat yang salah. Orang ini sebenarnya belum saatnya meninggal, tetapi dibuat meninggal sebelum waktunya. Selain itu, ada orang yang percaya pada penganut aliran sesat yang matrialistis dan jahat, dukun ilmu hitam. Mereka akan memberikan kekuatan dan ketakutan dalam pikirannya. Karena orang yang disesatkan ini tidak bisa membedakan dengan tepat dalam hatinya, dia mengajukan pertanyaan sekitar nasibnya dan membunuh berbagai jenis makhluk hidup untuk menyenangkan kekuatan itu.

Dia mengundang makhluk halus untuk meminta berkah dan perlindungan dan memperpanjang hidupnya. Tetapi niat itu tak tercapai karena orang ini terperangkap dalam kebingungan dan kegelapan batin, terlalu percaya pada pandangan sesat sehingga akhirnya ia mengalami kematian sebelum waktunya dan masuk neraka tanpa bisa keluar dalam waktu tertentu. Inilah yang dikenal dengan kematian sebelum waktunya yang pertama.”

“Kematian sebelum waktunya yang kedua adalah melalui hukuman oleh undang-undang negara. Yang ketiga adalah seseorang yang suka berburu atau melakukan asusila, terlibat makan minum melebihi batas. Karena tidak mengenal disiplin dan hidup teratur, kekuatan intinya dirampas oleh makhluk jahat, dengan demikian menyebabkan kematian sebelum waktunya. Kematian sebelum waktunya yang keempat adalah terbakar api, yang kelima adalah tenggelam di air.”





“Ada yang dimangsa binatang buas, dengan demikian menjadi kematian sebelum waktunya yang keenam. Yang ketujuh adalah terjatuh dari tebing tinggi. Yang kedelapan adalah kematian oleh oleh tanaman beracun, ditenung, dan oleh mantera untuk membangkitkan mayat, setan dan lainnya. Yang kesembilan disebabkan kelaparan dan kehausan.”

Ini adalah penjelasan singkat dari Tathagatha tentang ke 9 jenis kematian sebelum waktunya. Di samping itu pada hakekatnya terdapat bencana dan kematian yang tidak-terhitung banyaknya dalam kehidupan di dunia ini yang tak dapat diungkapkan satu persatu.

“Kemudian Arya Ananda, Raja Yama itu berkuasa atas catatan nama semua orang didunia. Jika ada makhluk hidup yang tidak berbakti, melakukan 5 dosa berat yaitu : membunuh ayah, membunuh ibu, membunuh arwah, melukai Buddha dan merusak keharmonisan Sangha, merugikan dan mencemarkan Triratna, melanggar undang-undang negara, dan melanggar sila atau disiplin lainnya, maka Raja Yama akan menghukum mereka sesuai dengan berat ringannya pelanggaran dari pemeriksaannya. Itulah sebabnya sekarang aku mendorong semua makhluk hidup untuk menyalakan lampu, membuat panji, membebaskan makhluk hidup, berlandung dan merenungkan Buddha tersebut serta mengembangkan perbuatan bermanfaat lainnya. Ini akan menyebabkan mereka melewati penderitaan dan musibah serta terhindar dari berbagai jenis kesulitan.”

### **PANGLIMA YAKSA DAN JANJINYA**

Pada saat itu di dalam persamuan terdapat 12 Panglima Besar Yaksa yang duduk bersama. Nama mereka adalah : Kumbhira, Vajra, Mihira, Andira, Anila, Sandila, Indra, Pajra, Makura, Kinnara, Catura dan Vikalara. Masing-masing Panglima Yaksa ini mempunyai pasukan sebanyak 7.000 Yaksa.

Mereka berkata dengan serempak kepada Hyang Buddha: “Yang Dijunjung, karena kekuatan yang mengagumkan dari Hyang Buddha, kami telah memperoleh kesempatan mendengar nama Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan, sehingga kami tidak takut lagi akan terjatuh ke alam sengsara. Kami semuanya mempunyai pikiran yang sama untuk berlandung sepenuhnya kepada Buddha, Dharma, dan Sangha. Kami berkeinginan untuk memikul tanggung jawab melakukan perbuatan bermanfaat yang benar, membantu makhluk hidup mendapatkan keberuntungan, kedamaian dan kegembiraan kepada semua makhluk hidup, tanpa memandang desa, kota, ibukota atau hutan kecil tempat tinggal mereka.”

“Berkenaan dengan mereka yang menerima, menghayati dan mengedarkan Sutra ini maupun yang memuliakan nama Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan, serta memuja rupang atau gambar-Nya, di mana saja mereka berada apakah di desa, kota atau di hutan, kami beserta pengikut kami akan mengunjungi tempat itu untuk melindungi mereka. Kami akan mengusahakan agar mereka terbebaskan dari semua penderitaan dan kesulitan, serta agar semua keinginannya bisa terpenuhi. Mereka yang ingin terbebas dari penderitaan penyakit juga harus membacakan Sutra ini. Dengan menggunakan tali 5 warna sebanyak 12 utas, mereka harus mengikat simpul dengan nama mereka masing-masing di setiap tali, lalu digantungkan di sisi altar, dan bila keinginannya sudah tercapai simpul mereka itu boleh dibuka.”

Pada saat itu Sang Junjungan memuji semua Panglima Yaksa dengan berkata: “Bagus, bagus, Panglima Yaksa Besar! Cita-cita kalian patut dihargai ! Bila kalian berniat membalas kemurahan hati dan jasa Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru penyembuhan, kalian harus selalu melayani semua makhluk hidup dengan cara yang baru saja kalian katakan, dengan memberikan manfaat, kedamaian dan kegembiraan.”

### **MEMBERI NAMA SUTRA DAN KESIMPULAN**

Kemudian Ananda bertanya pada Hyang Buddha: “Yang Dijunjung, nama apa yang harus diberikan pada ajaran ini dan bagaimana seharusnya kami menjunjungnya?”

Hyang Buddha memberitahukan kepada Ananda: “Nama ajaran ini adalah: “Pahala dari Ikrar Utama Tathagatha Cahaya Lazuardi, Guru Penyembuhan”, juga disebut “Mantra Suci dari Ikrar Mengikat ke-12 Panglima Yaksa untuk Membantu Semua Makhluk Hidup”, juga disebut “Merenggut Semua Selubung Karma”. Dengan cara ini engkau harus menjunjungnya.”

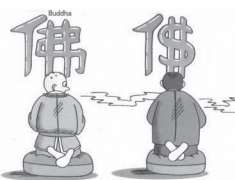
Sesudah Hyang Junjungan selesai berbicara, semua Bodhisattva, Mahasattva, Sravaka agung, para raja, menteri, brahmana, umat awam terpelajar, dewa, naga, yaksa, gandharva, asura, garuda, kinara, dan makhluk manusia maupun bukan manusia, di dalam persamuan besar, yang mendengarkan ajaran Hyang Buddha bersukacita. Mereka bertekad menerima dan mempraktekkan dengan tulus ajaran ini.



# 窮人想致富，都來念藥師七佛

(Orang Miskin yang menghendaki kaya makmur, segera lafalkan Bhaisajyaguru Tujuh Buddha)

Di dalam “Sutra Yao She Liu Li Kuang Chi Fo Pen Yuan Kung Te Cing” (藥師琉璃光七佛本願功德經), Buddha Shakyamuni bersabda: Barang siapa yang senantiasa memuliakan dan melafalkan nama Bhasajyaja Tujuh Buddha yang masing-masing memiliki ikrar agung-Nya, utamanya untuk melenyapkan berbagai penyakit, mengentaskan kemiskinan dan kesulitan, maka umat berkeyakinan yang sedang diserang banyak penyakit, dilanda kemiskinan dan bencana akan lenyap berganti menjadi sehat, selamat dan kaya makmur.



藥師七佛：

1. 南無善名稱吉祥王如來 (Na Mo Shan Ming Chen Ci Xiang Wang Ju Lai)
2. 南無寶月智嚴光音自在王如來 (Na Mo Pau Ye Ce Yen Kuang Ying Ce Cai Wang Ju lai)
3. 南無金色寶光妙行成就如來 (Na Mo Cing Se Pau Kuang Miao Xing Chen Ciu Ju Lai)
4. 南無無憂最勝吉祥如來 (Na Mo Wu Yu Cui Shen Ci Xiang Ju Lai)
5. 南無法海雷音如來 (Na Mo Fa Hai Lei Ying Ju Lai)
6. 南無法海勝慧游戲神通如來 (Na Mo Fa Hai Shen Hui Yu Shi Shen Thung Ju Lai)
7. 南無藥師琉璃光如來 (Na Mo Yao She Liu Li Kuang Ju Lai)



藥師七佛是最適合窮人稱念的佛號了，因為藥師七佛發願要使眾生遠離貧窮，得衣食無憂！

為什麼，藥師七佛最適合窮人念誦！讓我們看看藥師七佛所發宏願就會很清楚了：

## 1. 善名稱吉祥王如來

善名稱吉祥王如來所發的大願有：

第四個大願是：“願我來世得菩提時。若有眾生。少乏衣食瓔珞臥具財貨珍寶香花伎樂。若能至心稱我名者。由是力故所乏資生皆得充足。乃至菩提”

這一個大願的含義是：“願我來世成佛的時候，如果有眾生缺乏衣食瓔珞臥具財貨珍寶香花伎樂。但如果這些眾生若能誠心的稱念我“善名稱吉祥王如來”的名號，借助我的佛力所缺乏的資生之具都會得到充足的。直至這些眾生成佛！



## 2. 寶月智嚴光音自在王如來

寶月智嚴光音自在王如來所發的大願有：

第一大願是：“願我來世得菩提時，若有眾生為營農業及商賈事，令心擾亂，廢修菩提殊勝善法，於生死中不能出離，各各備受無邊苦惱，若能至心稱我名者，由是力故，衣服、飲食、資生之具、金銀珍寶隨願充足，所有善根皆得增長，亦不捨離菩提之心，諸惡道苦鹹蒙解脫，乃至菩提。

這個大願的含義是：“願我來世成佛的時候，如果有眾生經營農業及商業等工作，令心擾亂，廢棄修行菩提殊勝善法，於生死中不能出離，各各備受無邊苦惱，若能誠心稱念我“寶月智嚴光音自在王如來”的名





號，借助我的佛力，令這些眾生的衣服、飲食、資生之具、金銀珍寶 隨願充足，所有善根皆得增長，亦不捨離菩提之心，諸惡道苦全部解脫。直至這些眾生成佛。”

第二個大願是：“願我來世得菩提時，於十方界所有眾生，若為寒熱饑渴遍身受大苦惱，若能至心稱我名者，由是力故，先世罪業悉皆消滅，捨諸苦惱受人天樂，乃至菩提。”

這個大願的含義是：“願我來世成佛的時候，十方世界的所有眾生，若為寒熱饑渴遍身受大苦惱，如果能誠心稱念我‘寶月智嚴光音自在王如來’的名號，借助我的佛力，這些眾生前世所造的罪業悉皆消滅，所有人都能捨諸苦惱受人天樂，直至成佛。

### 3. 金色寶光妙行成就如來

金色寶光妙行成就如來所發的大願有：

第二個大願是：“願我來世得菩提時，若有眾生，作諸惡業盜他財物當墮惡趣，設得為人生貧窮家，乏少衣食常受諸苦，若聞我名至心稱念，由是力故，所有惡業悉皆消滅，衣服、飲食無所乏少，乃至菩提。”

這一個大願的含義是：“願我來世成佛的時候，若有眾生，作了偷盜他人財物的惡業，由於惡業的緣故當墮惡趣，若再轉生為人，就會生到貧窮人家，缺乏衣食常受諸苦，但若聽聞我金色寶光妙行成就如來的名號並誠心念誦，就會借助我的佛力，所有惡業悉皆消滅，衣服、飲食都不會缺少，直至成佛。

### 4. 無憂最勝吉祥如來

無憂最勝吉祥如來所發的大願有：第三個大願是：“願我來世得菩提時，若有眾生，造諸惡業殺盜邪淫，於其現身受刀杖苦當墮惡趣，設得人身，短壽多病生貧賤家，衣服、飲食悉皆乏少，常受寒熱饑渴等苦，身無光色，所感眷屬皆不賢良，若聞我名至心稱念，由是力故，隨所願求，飲食、衣服悉皆充足，如彼諸天身光可愛，得善眷屬乃至菩提。”

這一個大願的含義是：“願我來世得證無上菩提之時，若有眾生造諸惡業殺生、偷盜、邪淫，其於現世就會遭受刀杖加身的痛苦，死後當墮地獄、餓鬼、畜生三惡趣中，若再轉生為人時，就會遭到短壽多病，生貧賤家，衣服、飲食悉皆缺少，常受寒熱饑渴等苦，身無光色，所感眷屬皆不賢良的報應，但若聽聞我無憂最勝吉祥如來的名號誠心念誦，借助我的佛力的緣故，飲食、衣服悉皆充足，身色將如天人一般光明可愛，得善眷屬直至成佛。”

### 5. 法海雷音如來

法海雷音如來所發的大願有：第三個大願是：“願我來世得菩提時，若有眾生，衣服、飲食、臥具、醫藥、資生所須悉皆乏少，由此因緣生大憂苦，為求覓故造眾惡業，若聞我名至心稱念，由是力故，有所乏少隨念皆得，乃至菩提。”

這個大願的含義是：“願我來世成佛的時候，若有眾生飲食、臥具、醫藥、生活所需都很缺乏，由此原因而生憂愁、苦惱，為尋求飲食而造眾多惡業，這些眾生若聽聞我法海雷音如來的名號誠心念誦，借助我的佛力加持的緣故，所有缺乏的資生用品，隨願都能得到滿足，直至成佛。”（因缺少衣服、飲食、藥品、錢財等資生所需的朋友，千萬不要因此而發愁，不要為尋求錢財去造惡，請一定要念這位“法海雷音如來”的佛號，這樣一定可以借助佛的威神之力的加被，使缺少的資生所需隨念皆得）



## 6. 法海勝慧游戲神通如來

法海勝慧游戲神通如來所發的大願有：

第一個大願是：“願我來世得菩提時，若有眾生造眾惡業，種植耕耘損諸生命，或復興易欺誑他人，戰陣兵戈常為殺害，若聞我名至心稱念，由是力故，資生之具不假營求隨心滿足，常修眾善，乃至菩提。”

這一個大願的含義是：“願我來世成佛的時候，若有眾生造了很多的惡業，比如耕種農作物等等，這些損害眾生性命的行業，或者去欺騙他人，常常在戰場上被殺害，但若能聽聞我法海勝慧游戲神通如來的名號誠心念誦，借助佛的威神之力的加被下，所有所需的生活用品不用努力的經營求得就能隨心所欲的得到滿足，常修眾善，直至成佛。（在這個世上從事餐飲業就會造下殺生的罪業，耕種農作物如果打農藥也會造下殺生的罪業，從事經商業則可能經常會造下欺騙他人的罪業，這個世界上最罪惡的事就是戰爭，在這個世界上有很多的人都在戰場上被殺害了。所以我勸那些從是造下殺生，欺騙等罪業行業的人和飽受戰爭痛苦的人都來誠心的稱念“法海勝慧游戲神通如來”的名號呀。這樣可以借助佛的威神之力加被，使所需的資生之具不用通過太努力的營求就能隨心所欲的滿足了！）



## 7. 藥師琉璃光如來

藥師琉璃光如來所發的大願有：

第十一個大願是：“願我來世得菩提時，若諸有情饑火所惱，為求食故造諸惡業，若聞我名至心稱念，我當先以上妙飲食隨意飽滿，後以法味令住勝樂，乃至菩提。”

這一個大願叫得妙飲食願，他的含義是：“願我來世成佛的時候，若有有情眾生遭受到饑餓的痛苦折磨，為了求得食物而去造諸多的惡業，若能聽聞我藥師琉璃光如來的名號，誠心念誦，我將會以上妙的飲食令其遂願得到飽滿，然後會為其講述深奧的佛法令其安住於勝妙的快樂之中，直至證得無上菩提。”

第十二個大願是：“願我來世得菩提時，若諸有情身無衣服，蚊虻寒熱之所逼惱，若聞我名至心稱念，隨其所好，即得種種上妙衣服、寶莊嚴具、伎樂香華皆令滿足，離諸苦惱，乃至菩提。”

這一個大願叫得妙衣具願，他的含義是：“願我來世成佛的時候，若有有情眾生沒有衣服被蚊蟲叮咬及寒熱等苦所逼惱，若能聽聞我藥師琉璃光如來的名號誠心稱念，隨其所想要的就能得到種種上妙的衣服，裝飾品，樂器，塗香，鮮花等，全部令其得到滿足，遠離諸種苦惱，直至證得無上菩提。”

以上藥師七佛願願為有情眾生而發，再多的言語都無法表達藥師七佛的大慈大悲宏願。上述所願僅為眾生貧窮無助而發，我們再看看藥師七佛四十四大願：

本師釋迦牟尼佛於《藥師琉璃光七佛本願功德經》中，詳述藥師七佛淨土之種種相好以及眾生贊歎、書寫、持誦藥師七佛名號、經典，念誦藥師七佛明咒有何功德利益。

藥師七佛分別為善名稱吉祥王如來、寶月智嚴光音自在王如來、金色寶光妙行成就如來、無憂最勝吉祥如來、法海雷音如來、法海勝慧游戲神通如來、藥師琉璃光如來。

七位如來共發下四十四本誓，誓言救助未來為病、貧、煩惱所苦之眾生。其中以藥師琉璃光如來，俗稱「藥師佛」最為人所知，又被稱為「大醫王」。



### ◎ 善名稱吉祥王如來 八大願

第一大願：願我來世得無上菩提時，若有眾生，為諸病苦逼切其身，熱病諸瘡蠱道厭魅起屍鬼等之所惱害，若能至心稱我名者，由是力故所有病苦悉皆消滅，乃至證得無上菩提。

第二大願：願我來世得菩提時，若有眾生，盲聾瘡啞白癩癰狂眾病所困，若能至心稱我名





者，由是力故，諸根具足眾病消滅，乃至菩提。

第三大願：願我來世得菩提時，若有眾生，為貪瞋癡之所纏逼，造無間罪及諸惡行，誹謗正法不修眾善，當墮地獄受諸苦痛，若能至心稱我名者，由是力故令無間罪及諸業障悉皆消滅，無有眾生墮惡趣者常受人天殊勝安樂。乃至菩提。

第四大願，願我來世得菩提時，若有眾生，少乏衣食瓔珞臥具財貨珍寶香花伎樂，若能至心稱我名者，由是力故所乏資生皆得充足，乃至菩提。

第五大願：願我來世得菩提時，若有眾生，或被枷鎖系縛其身，及以鞭撻受諸苦惱，若能至心稱我名者。由是力故所有苦楚，皆得解脫，乃至菩提。

第六大願：願我來世得菩提時，若有眾生，於險難處為諸惡獸熊黑師子虎豹豺狼虵蛇蝮蠍之所侵惱，欲斷其命發聲大叫受大苦時，若能至心稱我名者，由是力故所有恐怖皆得解脫，諸惡獸等悉起慈心，常得安樂，乃至菩提。

第七大願：願我來世得菩提時，若有眾生，斗諍言訟因生憂惱，若能至心稱我名者，由是力故斗訟解散慈心相向，乃至菩提。

第八大願：願我來世得菩提時，若有眾生，入於江海遭大惡風吹其船舫無有洲渚而作歸依極生憂怖，若能至心稱我名者，由是力故皆得隨心至安隱處受諸快樂，乃至菩提。

### ◎ 寶月智嚴光音自在王如來 八大願

第一大願。願我來世得菩提時。若有眾生為營農業及商賈事，令心擾亂廢修菩提殊勝善法，於生死中不能出離，各各備受無邊苦惱，若能至心稱我名者，由是力故衣服飲食資生之具金銀珍寶隨願充足，所有善根皆得增長，亦不捨離菩提之心，諸惡道苦鹹蒙解脫，乃至菩提。

第二大願，願我來世得菩提時，於十方界所有眾生，若為寒熱饑渴遍身受大苦惱，若能至心稱我名者，由是力故先世罪業悉皆消滅，捨諸苦惱受人天樂，乃至菩提。

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。

第四大願，願我來世得菩提時，若有眾生，或與父母，兄弟姊妹妻子眷屬及諸親友行險難處，為賊所侵受諸苦惱，暫聞我名或復稱念，由是力故解脫眾難，乃至菩提。

第五大願，願我來世得菩提時，若有眾生行於闇夜作諸事業，被惡鬼神之所惱亂極生憂苦，暫聞我名或復稱念，由是力故從闇遇明，諸惡鬼神起慈悲意，乃至菩提。

第六大願，願我來世得菩提時，若有眾生，行鄙惡事不信三寶智慧匙少不修善法，根力覺道念定總持皆不修習，若能至心稱我名者，由是力故智慧漸增，三十七品悉皆修學，深信三寶，乃至菩提。

第七大願，願我來世得菩提時，若有眾生，意樂鄙劣於二乘道修行而住，棄背無上勝妙菩提，若能至心稱我名者，捨二乘見於無上覺得不退轉，乃至菩提。

第八大願，願我來世得菩提時，若有眾生，見劫將盡火欲起時生大憂怖苦惱悲泣，由彼前身惡業力故，受斯眾苦無所歸依，若能至心稱我名者，所有憂苦悉皆消滅，受清涼樂從此命終於我佛土蓮華化生常修善法乃至菩提。

### ◎ 金色寶光妙行成就如來 四大願

第一大願，願我來世得菩提時，若有眾生，造作種種屠害之業斷諸生命，由斯惡業受地獄苦，設得為人短壽多病，或遭水火刀毒所傷當受死苦，若聞我名至心稱念，由是力故，所有惡業悉皆消滅，無病長壽不遭橫死，乃至菩提。

第二大願，願我來世得菩提時，若有眾生，作諸惡業盜他財物，當墮惡趣，設得為人生貧窮家，乏少衣食常受諸苦，若聞我名至心稱念，由是力故所有惡業悉皆消滅，衣服飲食無所乏少，乃至菩提。

第三大願，願我來世得菩提時，若有眾生更相凌慢共為雠隙，若聞我名至心稱念，由是

力故各起慈心猶如父母乃至菩提。

第四大願，願我來世得菩提時，若有眾生貪欲瞋恚愚癡所纏，若出家在家男女七眾，毀犯如來所制學處造諸惡業，當墮地獄受諸苦報，若聞我名至心稱念，由是力故所有惡業悉皆消滅，斷諸煩惱敬奉屍羅，於身語心善能防護，永不退轉乃至菩提。

#### ◎ 無憂最勝吉祥如來 四大願

第一大願，願我來世得菩提時，若有眾生，常為憂苦之所纏逼，若聞我名至心稱念，由是力故所有憂悲及諸苦惱悉皆消滅，長壽安隱，乃至菩提。

第二大願，願我來世得菩提時，若有眾生，造諸惡業生在無間黑闇之處，大地獄中受諸苦惱，由彼前身聞我名字，我於爾時身出光明照受苦者，由是力故彼見光時，所有業障悉皆消滅，解脫眾苦生人天中，隨意受樂乃至菩提。

第三大願，願我來世得菩提時，若有眾生，造諸惡業殺盜邪淫，於其現身受刀杖苦當墮惡趣，設得人身短壽多病，生貧賤家衣服飲食悉皆乏少，常受寒熱饑渴等苦身無光色，所感眷屬皆不賢良，若聞我名至心稱念，由是力故隨所願求，飲食衣服悉皆充足，如彼諸天身光可愛，得善眷屬乃至菩提。

第四大願，願我來世得菩提時，若有眾生，常為藥叉諸惡鬼神之所燒亂，奪其精氣受諸苦惱，若聞我名至心稱念，由是力故，諸藥叉等悉皆退散各起慈心，解脫眾苦乃至菩提。

#### ◎ 法海雷音如來 四大願

第一大願，願我來世得菩提時，若有眾生邪見家，於佛法僧不生淨信，遠離無上菩提之心，若聞我名至心稱念，由是力故，無明邪慧日夜消滅，於三寶所深生正信，不復退轉乃至菩提。

第二大願，願我來世得菩提時，若有眾生，生在邊地，由近惡友造眾罪業不修善品，三寶名字曾不經耳，命終之後墮三惡趣，彼諸眾生暫聞我名者，由是力故，業障消除遇善知識不墮惡趣，乃至菩提。

第三大願，願我來世得菩提時，若有眾生，衣服飲食臥具醫藥資生所須悉皆乏少，由此因緣生大憂苦，為求覓故造眾惡業，若聞我名至心稱念，由是力故，有所乏少隨念皆得，乃至菩提。

第四大願，願我來世得菩提時，若有眾生，由先惡業，共相斗爭作不饒益，弓箭刀杖互為傷損，若聞我名至心稱念，由是力故各起慈心不相損害，不善之念尚自不生，況於前人欲斷其命，常行喜捨乃至菩提。

#### ◎ 法海勝慧遊戲神通如來 四大願

第一大願，願我來世得菩提時，若有眾生造眾惡業，種植耕耘損諸生命，或復興易欺誑他人，戰陣兵戈常為殺害，若聞我名至心稱念，由是力故，資生之具不假營求隨心滿足，常修眾善，乃至菩提。

第二大願，願我來世得菩提時，若有眾生造十惡業殺生等罪，由此因緣當墮地獄，若聞我名至心稱念，於十善道皆得成就不墮惡趣，乃至菩提。

第三大願，願我來世得菩提時，若有眾生不得自在，系屬於他，或被禁系桎械枷鎖鞭杖苦楚乃至極刑，若聞我名至心稱念，由是力故，所有厄難皆得解脫乃至菩提。

第四大願，願我來世得菩提時，若有眾生，造眾惡業不信三寶，隨虛妄見棄背正理愛樂邪徒，謗毀佛經言非聖說，外道典籍恭敬受持，自作教人俱生迷惑，當墮地獄無有出期，設得為人生八難處，遠離正道盲無慧目，如是之人若聞我名至心稱念，由是力故，臨命終時正念現前解脫眾難，常生中國受勝妙樂，乃至菩提。

#### ◎ 藥師琉璃光如來 十二大願

第一大願，願我來世得菩提時，自身光明照無邊界，三十二相八十隨好莊嚴其身，令諸

有情如我無異。

第二大願，願我來世得菩提時，身如琉璃內外清徹，光明廣大遍滿諸方，焰網莊嚴過於日月，鐵圍中間幽冥之處互得相見，或於此界闇夜游行，斯等眾生見我光明悉蒙開曉隨作眾事。

第三大願，願我來世得菩提時，以無量無邊智慧方便令諸有情所受用物皆得無盡。

第四大願，願我來世得菩提時，若諸有情行邪道者，悉令游履菩提正路，若行聲聞獨覺乘者，亦令安住大乘法中。

第五大願，願我來世得菩提時，若諸有情於我法中修行梵行，一切皆令得不缺戒善防三業無有毀犯墮惡趣者，設有毀犯聞我名已，專念受持至心發露還得清淨，乃至菩提。

第六大願，願我來世得菩提時，若諸有情諸根不具，丑陋頑瘁聾盲瘡啞攣臂背偻白癩癩狂，種種病苦之所纏逼，若聞我名至心稱念，皆得端嚴眾病除愈。

第七大願，願我來世得菩提時，若諸有情貧窮困苦無有歸趣，眾病所逼無藥無醫，暫聞我名眾病消散，眷屬增盛資財無乏，身心安樂，乃至菩提。

第八大願，願我來世得菩提時，若有女人，為女眾苦之所逼切極生厭離願捨女身，若聞我名至心稱念，即於現身轉成男子具丈夫相，乃至菩提。

第九大願，願我來世得菩提時，令諸有情出魔胃網，復有種種邪見之徒，皆當攝受令生正見，漸令修習諸菩薩行，乃至菩提。

第十大願，願我來世得菩提時，若諸有情王法所拘，幽禁牢獄枷鎖鞭撻乃至極刑，復有眾多苦楚之事逼切憂惱無暫樂時，若聞我名以我福德威神力故，皆得解脫一切憂苦乃至菩提。

第十一大願，願我來世得菩提時，若諸有情饑火所惱，為求食故造諸惡業，若聞我名至心稱念，我當先以上妙飲食隨意飽滿後以法味令住勝樂，乃至菩提。

第十二大願，願我來世得菩提時，若諸有情身無衣服，蚊虻寒熱之所逼惱，若聞我名至心稱念，隨其所好即得種種上妙衣服寶莊嚴具伎樂香華皆令滿足，離諸苦惱，乃至菩提。

Orang sesat berpandangan nasib di takdirkan oleh  
'Penciptanya'; Orang sadar nasib ditentukan oleh diri sendiri;  
Orang jahat cenderung suka merusak nasib; Orang bodoh  
selalu dipertainkan nasib; Orang lemah hanya bisa menerima  
nasib; Orang bijaksana mampu memperbaiki nasib; Orang suci  
sudah keluar dari lingkaran nasib.



Buddha

Kebahagiaan tidak bisa dikejar, tidak bisa dimiliki, tidak bisa  
digunakan atau dihabiskan dan tidak bisa dibeli. Kebahagiaan  
adalah pengalaman spiritual dari menikmati setiap detik  
kehidupan kita dengan penuh rasa cinta, rasa syukur dan  
terima kasih.







## Ini Alasan Ilmiah Puasa Buddhis Tetap Minum Air

Puasa dalam anggapan umum khususnya di Indonesia identik dengan menghindari makan dan minum dalam jangka waktu tertentu. Tapi dalam puasa Agama Buddha yang lebih mengedepankan pengendalian batin atau kemoralan, minum air bukanlah hal yang harus dihindari.

### Minum air yang cukup dapat menghindari dehidrasi.

Asal usul atau etimologi dari kata puasa dalam bahasa Indonesia berasal dari kata dalam bahasa Sanskerta yaitu *puvāsa* (baca: puwasa) yang terdiri dari kata “*pu*” (membersihkan, memurnikan) dan “*vasa*” (baca: wasa – berdiam, tinggal).

Jadi puasa berarti tinggal untuk memurnikan diri. Merupakan sebuah praktik para petapa atau brahmana yang dilakukan pada waktu-waktu tertentu dengan tinggal atau berdiam di asrama mereka. Memasuki asrama atau tempat berdiam atau tinggal untuk memurnikan diri disebut dengan *upavasatha* (baca: upawasatha). Istilah *upavasatha* tersebut juga dikenal dalam Agama Buddha sebagai *uposatha* (bahasa Pali) yaitu praktik latihan pelaksanaan moralitas (*sila*) yang bertujuan untuk membersihkan pikiran yang ternoda.

Dalam puasa Buddhis atau *uposatha*, umat Buddha melakukan praktik latihan pelaksanaan 8 moralitas (*aṭṭha-silā*) yang disebut juga *uposatha-silā* karena dilakukan pada hari *uposatha*. Waktu pelaksanaannya minimal idealnya 4 kali setiap bulan selama setahun berdasarkan fase bulan (penanggalan bulan) yaitu pada 1). bulan baru, 2). antara bulan baru dengan purnama, 3). purnama, 4). antara purnama dengan bulan baru selanjutnya. Dalam tradisi Buddhis tertentu hingga 10 kali setiap bulan selama setahun.

Dari 8 moralitas yang ada dalam *attha-sila*, salah satunya berkaitan dengan makan, yaitu menghindari makan pada waktu yang salah. Yang dimaksud waktu yang salah adalah waktu antara dari siang tengah hari hingga esok pagi. Dengan demikian umat Buddha tidak memakan apapun pada rentang waktu tersebut. Namun mereka diperbolehkan untuk minum air sepanjang waktu. Sehingga normalnya, umat Buddha yang mempraktikkan puasa ini tidak akan mengalami dehidrasi atau kehilangan cairan tubuh yang secara medis dapat mengganggu kesehatan fisik maupun batin.

Menurut HH Mitchell, *Journal of Biological Chemistry* 158, otak dan jantung terdiri dari 73 persen air, dan paru-paru sekitar 83 persen air. Setiap fungsi dalam tubuh tergantung pada air, termasuk kegiatan otak dan sistem saraf. Otak adalah salah satu organ paling penting dalam tubuh fungsinya tergantung pada akses air yang berlimpah.

Air memberikan otak energi elektrik untuk semua fungsi otak, termasuk proses berpikir dan memori. Menurut Dr. Corinne Allen, pendiri Advanced Learning and Development Institute, sel-sel otak membutuhkan dua kalilebih banyak energi daripada sel-sel lain dalam tubuh.

Ketika tubuh kehilangan lebih banyak air daripada yang masuk, dehidrasi akan datang dan fungsi otak akan terpengaruh. Penelitian menunjukkan bahwa meskipun dehidrasi ringan (1-3% dari berat badan) dapat mengganggu banyak aspek dari fungsi otak.

Dalam sebuah penelitian terhadap wanita muda yang kehilangan 1,36% cairan setelah olahraga, terjadi gangguan baik pada suasana perasaan (*mood*) dan konsentrasi, dan meningkatkan frekuensi sakit kepala.

Penelitian lain yang serupa, kali ini pada pria muda, menunjukkan bahwa kehilangan 1,59% cairan mengganggu kerja memori dan meningkatkan perasaan cemas dan kelelahan.

Banyak penelitian lainnya, mulai dari anak-anak sampai orang tua, telah menunjukkan bahwa dehidrasi ringan dapat mengganggu suasana perasaan, kinerja otak dan memori (1, 2, 3, 4, 5, 6).

Berdasarkan penelitian di atas, menghindari minum untuk waktu tertentu dalam jenis puasa tertentu, cenderung beresiko tinggi mengalami dehidrasi jika tidak ditanggulangi dengan tepat, dan akan berdampak pada terganggunya fungsi otak dan kondisi perasaan. Hal ini tentu akhirnya akan berdampak pada terganggunya aktivitas kehidupan sehari-hari, seperti mengemudi yang membutuhkan konsentrasi atau fokus.

Dengan tidak menghindari minum air, para praktisi puasa Buddhis atau *uposatha* memiliki resiko rendah terkena dehidrasi. Mereka dapat mengurangi resiko terganggunya kinerja otak dan suasana perasaan yang berdampak pada aktivitas kehidupan sehari-hari termasuk pelaksanaan 7 sila lainnya.

Sumber: <http://berita.bhagavant.com/2015/06/28/ini-alasan-ilmiah-puasa-buddhis-tetap-minum-air.html>



# KOSONG DARI APA?

(Oleh Utphala Dhamma)

SN 35.85. Suñña Sutta

Suatu ketika Yang Mulia **Ānanda** mendekati Sang Bhagava dan bertanya, Bhante, dikatakan 'Kosong adalah sifat dunia, dunia itu kosong ...' Dalam hal apa, Yang Mulia, bahwa dunia itu kosong?

Begini **Ānanda**, karena dunia kosong dari diri dan kosong dari apa yang menjadi milik atau terkait dengan diri, itulah yang dikatakan bahwa dunia kosong.

Dan apa itu, yang kosong dari diri dan kosong dari apa yang menjadi milik atau terkait dengan diri?

Mata, semua bentuk, kesadaran yang timbul diindera mata, kontak mata, dan perasaan apapun yang timbul akibat kontak mata, adalah kosong dari diri apapun dan kosong dari apa yang menjadi milik atau terkait dengan diri.

Telinga, semua suara, kesadaran yang timbul diindera pendengaran, kontak telinga, dan perasaan apapun yang timbul akibat kontak telinga, adalah kosong dari diri apapun dan kosong dari apa yang menjadi milik atau terkait dengan diri.

Hidung, semua bau, kesadaran yang timbul diindera penciuman, kontak di hidung, perasaan apapun yang muncul akibat kontak penciuman adalah kosong dari diri apapun dan kosong dari apa yang menjadi milik atau terkait dengan diri.

Lidah, semua rasa, semua kesadaran yang timbul pada indera pengecap, kontak di lidah, perasaan apapun yang muncul akibat kontak pengecap, adalah kosong dari diri apapun dan kosong dari apa yang menjadi milik atau terkait dengan diri.

Tubuh, semua bentuk sentuhan, kesadaran merasakan, seluruh kontak di tubuh, perasaan apapun yang timbul akibat kontak tubuh, itu juga kosong dari diri apapun dan kosong dari apa yang menjadi milik atau terkait dengan diri

...

Pikiran adalah kosong dari diri. Semua pemikiran dan ide-ide adalah kosong dari diri. Kesadaran yang muncul di indera pikiran adalah kosong dari diri. Kontak di indera pikiran adalah kosong dari diri. Apapun perasaan yang muncul akibat kontak pikiran, itu juga kosong dari diri apapun dan kosong dari apa yang menjadi milik atau terkait dengan diri.

Demikianlah, **Ānanda**, karena semua ini kosong dari diri dan kosong dari apa yang menjadi milik atau terkait dengan apa yang sebenarnya merupakan persepsi keliru mengenai diri, itulah yang dikatakan bahwa dunia itu kosong.

**INDERA MATA** adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri. Objek penglihatan... bukan diri. Kesadaran yang timbul lenyap pada mata... bukan diri. Kontak antara ketiganya (indera mata, objeknya, dan kesadaran)... bukan diri. Perasaan dan segala bentuk-bentuk batin yang timbul akibat kontak mata adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri.

**INDERA TELINGA** adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri. Objek pendengaran... bukan diri. Kesadaran yang timbul lenyap pada telinga... bukan diri. Kontak antara ketiganya (indera telinga, objeknya, dan kesadaran)... bukan diri. Perasaan dan segala bentuk-bentuk batin yang timbul akibat kontak telinga adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri.

**INDERA HIDUNG** adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri. Objek penciuman... bukan diri. Kesadaran yang timbul lenyap pada hidung... bukan diri. Kontak antara ketiganya (indera hidung, objeknya, dan kesadaran)... bukan diri. Perasaan dan segala bentuk-bentuk batin yang timbul akibat kontak hidung adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri.

**INDERA LIDAH** adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri... Objek rasa... bukan diri. Kesadaran yang timbul lenyap pada lidah... bukan diri. Kontak antara ketiganya (indera lidah, objeknya, dan kesadaran)... bukan diri. Perasaan dan segala bentuk-bentuk batin yang timbul akibat kontak lidah adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri.

**INDERA JASMANI PENGINDERA SENTUHAN** adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri... Objek sentuhan... bukan diri. Kesadaran yang timbul lenyap pada jasmani... bukan diri. Kontak antara ketiganya (indera jasmani, objeknya, dan kesadaran)... bukan diri. Perasaan dan segala bentuk-bentuk batin yang timbul akibat kontak jasmani adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri.

**INDERA PIKIRAN** adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri... Objek pikiran... bukan diri. Kesadaran yang timbul lenyap pada indera pikiran... bukan diri. Kontak antara ketiganya (indera pikiran, objeknya, dan kesadaran)... bukan diri. Perasaan dan segala bentuk-bentuk batin yang timbul akibat kontak pikiran adalah fenomena alami alam impersonal, bukan diri.

REFERENSI: MN 148. Chachakka Sutta ..

RUPAM sunyata sunyataiva rupam, Rupan na prithak sunyata sunyataya na prithag rupam, Yad rupam sa sunyata ya sunyata tad rupam; Evam eva VEDANA-SAMJNA-S AMSKARA-VIJNANA M... ~ Bait Pertama dari Prajna Paramita

## Hrdaya Sutra

Jasmani (rupa) adalah (bersifat) kosong (dari suatu diri) dan kosong adalah (sifat) jasmani, Maka jasmani tiada bukan (pasti) adalah kosong (dari suatu diri) dan kosong (dari suatu diri) pasti adalah hakekat dari jasmani. Beginilah jasmani yang bersifat kosong dan beginilah kekosongan jasmani; DEMIKIAN PULA halnya dengan Perasaan, Pikiran, Bentuk-bentuk pikiran, dan Kesadaran (PANCASKHANDHA / PANCAKKHANDHA).

Jadi bukan hanya RUPA, tapi VEDANA-SAMJNA-S AMSKARA-VIJNANA , kelima Pancakkhandha adalah bersifat kosong. Kosong dari apa? Dari suatu diri/atta/personal.

*Sebelum kemunculan Buddha atau sebelum mendengar Dhamma, kita cenderung menganggap bahwa dalam suatu makhluk ada satu komponen utama yang bersifat personal, atau suatu unsur utama personal, suatu inti diri berupa jiwa, suatu ruh, suatu atta. Persis perumpamaan yang diberikan Sang Buddha mengenai seorang raja yang terpesona oleh suara kecapi lalu menganggap suara tersebut adalah salah satu unsur, atau komponen inti, dari kecapi.*

SN 35.205. VINA SUTTA: ... Misalkan ada seorang raja atau menteri kerajaan yang belum pernah mendengar suara musik kecapi. Kemudian pada suatu hari ia mendengarkannya dan berkata, “Orang baik beritahukanlah kepadaku, suara apakah itu, yang begitu mempesona, begitu menyenangkan, begitu memabukkan, begitu menggairahkan, dengan kekuatan yang begitu mengikat?”

Lalu mereka berkata kepadanya, “Paduka, itu adalah suara musik kecapi. “

Maka ia berkata, “Pergilah, bawakan aku kecapi itu!”

Lalu mereka membawakan kecapi itu kepadanya tetapi ia berkata, “Cukup sudah dengan kecapi ini. Bawakan saja aku musiknya!”

Mereka lalu berujar, “Paduka, kecapi ini terdiri dari berbagai dan banyak bagian: perut, kulit, tangkai, kerangka, senar, kuda-kuda, dan upaya pemain. Dan kecapi itu bersuara karena mereka. Kecapi itu bersuara karena banyak bagian”.

Lalu raja tersebut memecahkan kecapi itu menjadi ratusan bagian, memecah dan memecahnya lagi, membakarnya, menaruh abunya dalam sebuah timbunan, dan menampinya dalam sebuah tong atau mencucinya dengan air agar dapat menemukan suara musiknya.

Setelah melakukan hal ini, ia berkata, “Kecapi merupakan benda yang sungguh jelek; apapun gerakan sebuah kecapi itu, dunia telah terbawa sesat oleh benda itu”.

Demikian pula, pada seseorang yang menyelidiki badan JASMANI sejauh apapun badan jasmani mengada dan berubah, menyelidiki PERASAAN..., menyelidiki PERSEPSI (pencerapan)..., menyelidiki BENTUK-BENTUK BATIN/PIKIRAN..., menyelidiki KESADARAN sejauh apapun kesadaran mengada dan berubah, tidak akan ditemukan atau muncul gagasan atau pandangan mengenai “Diriku, Milikku, Aku”. <SN 35.205. Vina Sutta, Samyutta Nikaya>\*\*\*\*\*

Di *Vajira Sutta*, Bhikkhuni Vajira, seorang Arahant, saat menegur dan memberi penjelasan pada Mara yang berusaha menggodanya, mengatakan bahwa yang kita sebut “diri” ini adalah semata kumpulan dari sankhara/bentukan (“fabrications”) seumpama “kereta” hanya ada karena komponen-komponennya berkumpul, berpadu atau terintegrasi. Anattalakkhana, Culasaccaka, Mahapunnama Sutta dll, menjelaskan bahwa masing-masing dari pancakkhandha bukanlah atta/diri/aku/personifikasi.

Kutipan SN 5.10 VAJIRA SUTTA: Mara, dengan tujuan mengganggu dan menteror, mendekat dan bertanya:

“Oleh siapa makhluk itu diciptakan?

Dimana Sang Pencipta berada?

Di mana makhluk diciptakan?

Di mana lenyapnya makhluk?”

Bhikkhuni Vajira, seorang Arahant, menjawab:

“Makhluk, kau bilang?

Itukah pemikiranmu?

Yang ada di sini, hanyalah kumpulan/tumpukan bentukan-bentukan (sankhara) semata. Tidak bisa ditemukan makhluk di tumpukan ini.”

Lanjut Sang Bhikkhuni:

“Seperti halnya bila komponen-komponennya lengkap berkumpul, ada istilah ‘kereta’; begitupula halnya bila khandha-khandha hadir berkumpul, maka sebagai perjanjian umum ada istilah ‘makhluk’.”

“Hanya yang mengecewakanlah yang mengada terbentuk;

Yang mengecewakanlah yang terbentuk dan lenyap;

Tiada apapun melainkan yang mengecewakan

Tiada apapun melainkan yang mengecewakanlah yang lenyap.”

Menyadari Sang Bhikkhuni mengenalinya, Mara kecewa dan segera menghilang.

<SN 5.10 Vajira Sutta>



## KONSEP MUKJIZAT MENURUT AJARAN BUDDHA

Dikisahkan pada zaman Sang Buddha, seorang bhikkhu bernama Pindola Bharadvaja, ketika pulang ke vihara setelah pindapata, melihat suatu sayembara. Seorang hartawan asal Rajagaha ingin mengetahui apakah masih ada seorang pertapa atau brahmana yang dapat menunjukkan kesaktiannya. Hartawan itu mengikat sebuah bokor cendana di atas tiang bambu. Barang siapa yang dapat mengambil bokor cendana itu tanpa menyentuh tiang bambu itu, boleh memilikinya. Sudah beberapa hari berlalu tapi belum ada satupun dari para petapa yang datang dapat memiliki bokor itu. Hartawan tersebut menjadi kecewa dan bermaksud ingin menutup sayembara karena berpikir tidak ada orang sakti di dunia ini. Bhikkhu Pindola Bharadvaja tiba di tempat itu dan dengan kekuatan gaibnya beliau terbang ke angkasa dan mengambil bokor tersebut. Selanjutnya, beliau kembali menunjukkan kekuatan gaibnya dengan terbang mengitari Rajagaha tiga kali. Semua orang kagum dan membicarakan di mana-mana. Peristiwa tersebut menjadi topik pembicaraan para bhikkhu di vihara.

Sang Buddha mendengar suara penduduk yang ramai bertepuk tangan. Beliau bertanya kepada Yang Mulia Ananda : *"Ananda, kepada siapakah mereka sedang bertepuk tangan?"*

Yang Mulia Ananda menjawab : *"Pindolabharadvaja telah terbang ke udara dan mengambil mangkuk yang terbuat dari kayu cendana merah dan penduduk bertepuk tangan untuknya."*

Sang Buddha lalu memanggil Yang Mulia Pindolabharadvaja untuk menghadap dan berkata : *"Apakah benar engkau telah melakukan seperti yang telah dilaporkan?"*

*"Benar, Yang Mulia."*

*"Bharadvaja, mengapa engkau melakukan hal ini?"*

Sang Buddha lalu menegur dan menyuruhnya memecahkan mangkuk tersebut menjadi potongan-potongan kecil dan menyerahkan potongan-potongan kayu tersebut kepada para bhikkhu untuk digiling dan dijadikan bubuk kayu cendana. Kemudian Sang Buddha menetapkan peraturan yang melarang para bhikkhu menunjukkan kekuatan supranatural kepada perumah tangga. **Beliau mengatakan bahwa seorang bhikkhu (bhiksu) yang menunjukkan kekuatan supranatural kepada umat awam ibarat seorang 'wanita', demi sedikit uang, menunjukkan bagian-bagian tubuhnya yang memalukan di depan publik.**

Dalam *Vinayapitaka*, Sang Buddha juga menetapkan peraturan bagi para bhikkhu bahwa barang siapa mengaku memiliki kesaktian padahal tidak memilikinya maka bhikkhu tersebut harus meninggalkan kebhikkhuan (Sangha). Namun demikian, bagi yang memang memiliki dan mempertunjukkannya kepada perumah-tangga akan dikenakan sanksi dukkata dan harus mengakui kesalahannya kepada bhikkhu lain. Jelaslah, Sang Buddha sendiri tidak menginginkan para bhikkhu memamerkan kesaktian walaupun memilikinya.



Sementara itu, kepada brahmana Sangarava, dalam *Anguttara Nikaya (A.III.60)*, Sang Buddha menjelaskan ada tiga macam mukjizat. Apakah tiga mukjizat itu? Mukjizat kekuatan supranormal, mukjizat membaca pikiran dan mukjizat pengajaran.

*"Apakah yang merupakan mukjizat kekuatan supranormal? Ada orang yang menikmati berbagai macam kekuatan supranormal: setelah menjadi satu dia berubah menjadi banyak; setelah menjadi banyak dia berubah menjadi satu; dia muncul dan lenyap; dia pergi tak terhalang menembus dinding, menembus benteng, menembus gunung seolah-olah melewati ruang; dia menyelam masuk dan keluar dari bumi seolah-olah itu adalah air; dia berjalan di atas air tanpa tenggelam seolah-olah itu adalah tanah; sementara duduk bersila dia pergi melalui udara bagaikan seekor burung; dengan tangannya dia menyentuh dan membelai matahari dan rembulan, begitu kuat dan berkuasa; dia menggunakan penguasaan atas tubuhnya bahkan sejauh alam Brahma. Inilah, brahmana, yang disebut kekuatan supranormal".*

*"Apakah yang merupakan mukjizat membaca pikiran? Ada orang yang dengan sarana tanda, menyatakan: 'Demikianlah pikiranmu, seperti inilah pikiranmu, demikianlah buah pikirmu.' Dan betapapun banyaknya pernyataan seperti itu yang dibuatnya, semua memang benar demikian dan tidak salah."*

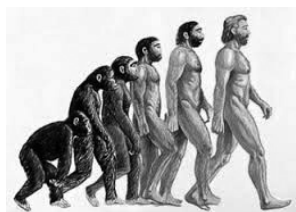
*"Orang lain tidak membuat pernyataannya lewat sarana tanda, melainkan setelah mendengar suara manusia, suara makhluk halus atau dewa? atau dengan mendengarkan suara getaran buah pikir seseorang? atau secara mental menembus arah kecenderungan mentalnya ketika dia berada di dalam keadaan meditasi yang*

bebas dari buah pikir. Dan betapapun banyaknya pernyataan seperti itu yang dibuatnya, semua memang benar demikian dan tidak salah. Inilah yang disebut mukjizat membaca pikiran.

“Dan brahmana, apakah mukjizat pengajaran? Ada orang yang mengajarkan demikian: ‘Engkau seharusnya berpikir dengan cara ini dan bukan berpikir dengan cara itu! Engkau seharusnya memperhatikan ini dan bukan itu! Engkau seharusnya meninggalkan ini dan harus berdiam di dalam pencapaian itu!’ Inilah yang disebut mukjizat pengajaran.”

“Inilah, O brahmana, tiga jenis mukjizat. Dari tiga jenis mukjizat ini, yang manakah yang tampak bagimu sebagai yang paling bagus dan paling tinggi?”

“Mengetahui mukjizat kekuatan supranormal dan pembacaan pikiran, Guru Gotama, hanya pelakunya saja yang akan mengalami hasilnya; hasilnya hanya dimiliki oleh orang yang melakukannya. Kedua mukjizat ini, Guru Gotama, bagi saya tampak memiliki sifat tipuan tukang sulap. Tetapi mengenai mukjizat pengajaran - inilah, Guru Gotama, yang bagi saya tampak sebagai yang paling bagus dan paling tinggi di antara ketiganya.”



## Pandangan Agama Buddha Tentang Mukjizat

Bila dalam ajaran lain, Keajaiban atau Mukjizat dijadikan daya tarik dan ‘selling point’ yang diagung-agungkan untuk menarik pengikut baru, maka Anda akan melihat hal yang bertolak belakang mengenai hal itu dalam agama Buddha.

Bagi Sang Buddha, keajaiban tidak menduduki peranan penting dalam pengembangan spiritual tetapi peranannya minor saja (yang tidak penting). Dengan menyaksikan keajaiban yang seringkali diperbesar-besarkan, seseorang tidak dapat memperoleh kemajuan spiritual atau manfaat apapun, tetapi sebaliknya hal ini akan membuat mereka semakin melekat terhadap hal ini, padahal keajaiban-keajaiban yang dipertontonkan tersebut belum tentu benar.

Pada suatu kesempatan, Sang Guru pernah mengatakan bahwa penggunaan keajaiban untuk membujuk orang masuk agama lain adalah seperti menggunakan gadis-gadis penari untuk menggoda orang untuk melakukan sesuatu. ***MenurutNya, keajaiban atau mukjizat yang sebenarnya adalah ketika dapat membuat seorang pembunuh, pencuri, teroris, pemabuk atau pelacur sadar bahwa apa yang telah ia lakukan adalah salah dan berhasil membuatnya meninggalkan jalan hidupnya yang buruk, tidak bermoral dan membahayakan. Perubahan menjadi baik seperti inilah yang merupakan mukjizat tertinggi yang dapat dilakukan orang.***

Oleh sebab itulah, walaupun Sang Buddha mempunyai dan mampu memperlihatkan segala jenis Keajaiban atau Mukjizat, tetapi selama 45 tahun pembabaran DhammaNya Beliau yang merupakan pendiri Agama Buddha tidak pernah menunjukkan, menyuruh atau memperbolehkan orang-orang yang menjalankan disiplinnya untuk menggunakan kemampuan supranatural tersebut hanya untuk menarik pengikut baru.

Karena itu, sebagai umat Buddha tidak seharusnya kita mencari kekuatan supranatural atau percaya begitu saja kepada mereka yang menguasai hal yang gaib-gaib. Hanya dengan mempertontonkan keajaiban, tidak berarti mereka mengajarkan kebenaran. Seseorang bisa saja memperoleh kekuatan ajaib tanpa pengembangan spiritual. Sang Buddha mengatakan bila orang tersebut mengembangkan kekuatan ajaib tanpa pengembangan spiritual, maka ia berada dalam keadaan yang cukup berbahaya karena bisa menyalahgunakan kekuatan itu untuk keuntungan duniawi. Sekarang ini banyak orang yang telah menyimpang dari jalan kebenaran dengan menggunakan kekuatan ajaibnya mendapatkan apa yang diinginkannya tanpa memiliki pengembangan spiritual apapun.

Keajaiban atau kekuatan luar biasa seperti itu tidak dapat mengantarkan seseorang menjadi suci, hal itu mungkin bisa membawa kebahagiaan semu untuk seketika, tetapi tidak akan membawa anda untuk memperoleh kebahagiaan sejati untuk waktu yang lama karena buah kamma seseorang harus diterima oleh orang itu sendiri, tidak ada yang dapat diwakilkan, dan tidak ada siapapun yang dapat lari dari buah kammanya termasuk mereka yang memiliki kekuatan-kekuatan luar biasa tersebut.

Untuk hal ini, Sang Buddha mengatakan bahwa:

***Tidak dengan mengandalkan kesaktian dan mukjizat, keberuntungan dan kebahagiaan dapat dicapai***

***Tidak dengan mengandalkan kesaktian dan mukjizat, kematian dapat dicegah***

***Tidak dengan mengandalkan kesaktian dan mukjizat, roda samsara dapat dihentikan.***



*Tidak dengan mengandalkan kesaktian dan mukjizat, kesucian dapat diperoleh.*

*Tidak dengan mengandalkan kesaktian dan mukjizat, penderitaan akan berakhir.*

*Tidak dengan mengandalkan kesaktian dan mukjizat, pembebasan dapat direalisasikan.*

*Sekali lagi perlu kita tegaskan disini bahwa Sang Bhagava (Buddha) tidak pernah mengajarkan kepada para pengikutNya untuk mencari kesaktian, keajaiban dan mukjizat apalagi meminta kita untuk mempercayai kekuatan-kekuatan seperti itu karena tidak akan memberikan berkah dan keselamatan.*

Dan bagi mereka yang senang akan kesaktian, keajaiban, mukjizat atau kekuatan-kekuatan seperti itu serta mencari perlindungan sesaat darinya, mereka tidak akan pernah melihat kebenaran Dhamma Nan Agung yang dibabarkan oleh Sang Buddha. Mereka yang demikian akan terlena dengan mencari kekuatan-kekuatan diluar dirinya dan lupa akan 'Pencapaian' yang menjadi tujuan akhir setiap manusia.

Mengenal hal ini, dapat kita lihat dalam kitab suci bahwa Sang Buddha tidak hanya sekali tetapi berulang kali dengan tegas melarang murid-muridNya menggunakan keajaiban untuk membuktikan kehebatan ajaran-ajaranNya, walaupun banyak dari mereka memiliki kemampuan itu. Sang Buddha hanya akan menggunakan kekuatannya tersebut bila memang benar-benar dibutuhkan untuk menolong orang lain. (lihat pada bab Keajaiban atau Mukjizat dalam Kehidupan Sang Buddha)

Di dalam *Digha Nikaya I*, Sang Buddha menyatakan bahwa *para pertapa (sramana) yang melakukan peramalan suratan tangan, meramal sesuatu yang akan terjadi, penujuman (termasuk hongshui), mempersembahkan korban, mendapatkan jawaban sabda para dewa, berkamat-kamit dengan kata-kata tertentu berlaku seperti orang suci dan berpraktek sebagai dokter?, merupakan pertapa-pertapa yang mendapatkan penghidupan dengan cara rendah.* Bila suatu saat kita menyaksikan ada seseorang yang menyatakan dirinya sebagai pengikut Sang Buddha tetapi melakukan hal-hal yang tidak terpuji sebagaimana yang telah dijabarkan di atas, maka kita harus berwaspada apakah beliau benar-benar murid Sang Buddha (bila murid Sang Buddha berarti beliau telah melanggar vinaya) atau seseorang yang hanya mencari keuntungan pribadi dengan menggunakan nama Sang Buddha (atau agama Buddha) yang sudah mempunyai reputasi Internasional hampir 2600 tahun lamanya.

Kita harus ingat bahwa kebijaksanaanlah yang ditekankan oleh Sang Buddha bagi pengikutnya, bukannya kepercayaan yang otoriter. Dengan ini diharapkan agar pengikut Sang Buddha dapat berpikir secara rasional dan tidak fanatik secara membabi-butu.

Bila sakit hendaknya umat Buddha mencari dokter untuk penyembuhan, bukannya mencari penyembuhan melalui kekuatan-kekuatan tertentu; Bila ingin hidup berkecukupan, bekerjalah secara baik dan benar bukannya berpangku tangan dengan meminta bantuan dari kekuatan-kekuatan seperti itu; Bila ingin bebas dari penderitaan, pelajirlah Dhamma dan laksanakan agar dapat membuahkan kebahagiaan, bukannya mencari perlindungan dari makhluk-makhluk atau benda-benda yang katanya memiliki/ menguasai keajaiban.

Berkah? Kebahagiaan dan Keselamatan? sebenarnya dapat kita ciptakan sendiri tanpa harus menunggu atau meminta-minta mukjizat dari Hyang Agung atau kekuatan-kekuatan di luar diri kita. Dengan mempratekkan Dhamma, ajaran nan agung yang telah dibabarkan oleh Sang Buddha, kita dapat menciptakan sendiri mukjizat-mukjizat dalam kehidupan kita.



Orang awam terbiasa melakukan kesalahan; Orang pandai  
berjuang memperbaiki kesalahan; Orang licik melemparkan  
kesalahan kepada orang lain; Orang jahat menikmati kesalahan;  
Orang bijak mencegah kesalahan; Oang suci bebas dari  
kesalahan.



# ILMU PENGETAHUAN & TEKNOLOGI DALAM PANDANGAN BUDDHIS

## 1.1. Sikap terhadap pengetahuan

Pentingnya ilmu pengetahuan ditekankan pada agama Buddha. Menurut *Khuddaka-Nikaya 817*, semua ilmu pengetahuan, baik yang kelas tinggi, sedang, ataupun rendah, patut dipelajari, diketahui dan dipahami maknanya, walaupun tidak seluruhnya perlu diterapkan seketika, karena suatu hari kelak bila tiba saatnya, pengetahuan itu mungkin membawa manfaat. Namun pengetahuan dan moralitas patut dijaga keseimbangannya (AN.II.8).



Dalam *Kalama-sutta*, Buddha memberi nasihat kepada warga suku Kalama:



Janganlah percaya begitu saja berita yang disampaikan kepadamu, atau oleh karena sesuatu yang sudah merupakan tradisi, atau sesuatu yang didesas-desuskan. Janganlah percaya begitu saja apa yang tertulis dalam kitab-kitab suci, juga apa yang dikatakan sesuai dengan logika atau kesimpulan belaka, juga apa yang katanya telah direnungkan dengan saksama, juga apa yang kelihatannya cocok dengan pandanganmu atau karena ingin menghormati seorang petapa yang menjadi gurumu... tetapi terimalah kalau engkau sudah membuktikannya sendiri...

Sikap pemikiran demikian disebut “Ehipassiko” yang berarti “datang dan lihatlah”. Buddha juga mengajarkan hal yang sama kepada Upali, seorang penganut kepercayaan lain yang ingin berpindah menjadi pengikut Buddha (*Upali-sutta, sutta ke-56 dari MN*), tetapi Buddha malah mengatakan, “telitilah dahulu secara sempurna, [wahai] Upali, karena adalah baik bagi orang terkemuka seperti Anda, untuk meneliti [telebih dahulu] secara sempurna.” Buddha tidak langsung menerima Upali begitu saja, melainkan menganjurkannya untuk melakukan penelitian (dalam konteks sains disebut juga observasi) terlebih dahulu secara saksama. Dengan kata lain, Buddha menganjurkan kita untuk bersikap kritis terhadap klaim-klaim baru yang belum teruji. Sikap kritis tersebut membuat kita lebih berhati-hati untuk mengambil kesimpulan dan mendorong kita menganalisis lebih mendalam terhadap hal-hal yang baru. Sejarah sains mencatat bahwa banyak penemuan besar dihasilkan dari sikap kritis semacam itu. Sebagai contoh *Nikolaus Kopernikus* tidak mempercayai pendapat umum saat itu bahwa matahari berputar mengelilingi Bumi. *Ferdinand Magelhaens*, orang pertama yang mengelilingi Bumi dengan kapal, juga tidak mempercayai pendapat umum saat itu bahwa Bumi berbentuk seperti piringan datar dengan jurang tanpa batas pada tepinya. Pada zaman itu orang takut berlayar terlalu jauh karena khawatir akan tercebur ke jurang semacam itu. Pelayaran Magelhaens membuktikan bahwa pendapat tersebut salah. Inilah yang dinamakan observasi. Dari dua kasus di atas kita dapat mempelajari bahwa apa yang sudah menjadi pendapat umum sekalipun belum tentu mewakili kebenaran mutlak atau dengan kata lain bukan sesuatu yang harus dipercayai begitu saja.

## 1.2. Akibat dari sikap terhadap ilmu pengetahuan

Semangat Ehipassiko seperti yang tercermin dalam Kalama-sutta menyebabkan Buddhis lebih terbuka terhadap perkembangan baru di dunia sains. Seandainya suatu penemuan baru sains terbukti bertentangan dengan doktrin Buddhis tertentu, maka Buddhis lebih siap mengadopsi penemuan sains dan tidak menanggapi dengan sikap antagonis. Ini tercermin dari perjalanan sejarah agama Buddha yang tidak pernah mengalami konflik dengan dunia sains.

## 1.3. Psikologi

Pada tahun 1974, *Chogyam Trungpa*, seorang guru Buddhis aliran Kaygu, meramalkan bahwa “agama Buddha akan datang ke Barat sebagai psikologi”. Pandangan ini diterima dengan skeptis pada waktu itu, tapi konsep Buddhis sesungguhnya telah memasuki arena sains psikologi. Beberapa teori psikologi modern seperti psikologi Rogerian, memperlihatkan paralel yang kuat dengan pemikiran Buddhis. *Rune Johansson* mengatakan,

Siapa pun yang berpengetahuan baik tentang psikologi dan sejarahnya dan membaca Nikaya Pali mesti dikagetkan oleh fakta bahwa terminology psikologis adalah lebih kaya disini daripada literatur kuno lainnya dan bahwa lebih banyak tempat dikhususkan untuk analisis psikologis dan penjelasan disini daripada literatur agama lain manapun.

Agama Buddha, kalau boleh dirangkumkan esensi ajarannya, terutama membahas pikiran dan metode mentransformasikannya. Penekanan terhadap aspek pikiran dalam agama Buddha tercermin dalam pembukaan kitab Dhammapada:

Pikiran adalah pelopor dari segala sesuatu, pikiran adalah pemimpin, pikiran adalah pembentuk. Bila seseorang berbicara atau berbuat dengan pikiran jahat, maka penderitaan akan mengikutinya bagaikan roda pedati mengikuti langkah kaiki lembuh yang menariknya. (*Dhp. 1*).

Pikiran adalah pelopor dari segala sesuatu, pikiran adalah pemimpin, pikiran adalah pembentuk. Bila seseorang berbicara atau berbuat dengan pikiran murni, maka kebahagiaan akan mengikutinya bagaikan bayang-bayang yang tak pernah meninggalkan bendanya. (*Dhp.* 2).

Dalam *SN.V.120*, pikiran dianalogikan dengan semangkuk air: pikiran yang tenang diibaratkan dengan semangkuk yang berisi air yang jernih dan tidak bergerak. Pikiran yang dipenuhi kemalasan seperti semangkuk air dimasukan sekumpulan rumput ganggang.

Pikiran yang dipenuhi kegelisahan seperti semangkuk air yang permukaannya tersapu oleh angin hingga beriak; pikiran yang dipenuhi keragu-raguan seperti semangkuk air diaduk dengan Lumpur hingga keruh. “Pikiran itu mudah goyah dan tidak tetap; pikiran susah dikendalikan dan dikuasai. Orang bijaksana meluruskannya bagaikan seorang pembuat panah meluruskan anak panah” (*Dhp.* 33). Tanpa transformasi pikiran, hal itu sangat berbahaya karena “pikiran yang diarahkan dengan keliru bahkan dapat menimbulkan kerugian yang jauh lebih besar” (*Ud.* 4.3). Hal yang serupa dikatakan dalam *Dhp.* 42,

Luka dan kesakitan macam apapun dapat dibuat oleh orang yang saling bermusuhan atau saling membenci. Namun pikiran yang diarahkan secara salah akan melukai seseorang jauh lebih berat.

Menurut agama Buddha, pikiran itu selalu mengembara jauh, tidak berwujud dan terletak jauh dalam lubuk hati. Buddha mengatakan kepada Mahakasyapa,

Lagipula, Mahakasyapa, pikiran seperti angin bertiup, yang tak dapat ditangkap oleh siapapun. Ia seperti air mengalir, muncul dan lenyap secara berkesinambungan. Ia seperti api dari lampu, yang disebabkan oleh beragam faktor. Seperti halilintar, karena ia lenyap dari momen ke momen. Ia seperti udara, yang terpolusi oleh debu objek luar. Ia seperti seekor monyet, karena ia melekat pada enam nafsu-indrawi secara bergantian. Ia seperti pelukis, karena mampu menciptakan sebab-musabab dan kondisi-kondisi karma yang banyak. (*Ratnakuta-sutra*)

Mereka yang dapat mengendalikan pikiran akan bebas dari jeratan nafsu indra (*Dhp.* 37). Namun nafsu indrawi dapat menembus pikiran yang tidak dikembangkan dengan baik bagaikan hujan yang dapat menembus rumah beratap (*Dhp.* 13). Kondisi ini mengacu pada pikiran yang belum ditransformasikan, yang dipengaruhi oleh tiga jenis nafsu keinginan, yaitu *kama-tanha* (kehausan akan kenikmatan), *bhava-tanha* (kehausan akan kelangsungan hidup), dan *vibhava-tanha* (kehausan akan pemusnahan). Ini parallel dengan konsep Freud dalam eros, libido, dan thanatos.

Buddha, jauh sebelum Aquinas atau Heisenberg, menekankan keunggulan pikiran dalam persepsi dan bahkan dalam “penciptaan” realitas, seperti dikatakan dalam *SN.I.39*,

Dunia kehidupan dikendalikan oleh pikiran, oleh pikiran pula dunia kehidupan diganggu, pikiran itu sendirilah yang membawa semua hal di bawah kekuasaannya.

Salah satu konsep sentral dalam agama Buddha adalah gagasan tentang “Segala sesuatu diciptakan dari pikiran”. Perbedaan apapun antara subjek dan objek adalah khayal dan dipilah-pilah oleh kesadaran yang diskriminatif. Buddha menggunakan sebuah metafora :

Pikiran adalah seperti seorang artis

Yang melukis seluruh dunia...

Bila seseorang mengetahui cara kerja pikiran

Sebagaimana ia secara universal menciptakan dunia

Orang ini lalu melihat Buddha

Dan memahami sifat-dasar Buddha yang sejati dan actual. (*Avatamsaka-sutra bab 20*)

Kita menyangka bahwa kita sedang melakukan observasi terhadap alam, tetapi apa yang kita amati sesungguhnya adalah pikiran kita sendiri yang sedang bekerja. Kita adalah subjek dan objek dari metodologi kita sendiri. Lagi pula, pikiran ini melingkupi seluruh alam semesta; tidak ada yang berada diluar pikiran dan tidak ada apapun yang tidak dikandung oleh pikiran, menurut Buddha.

Dalam bab 5, telah dibahas tentang lima skandha yang membentuk kepribadian seseorang serta Empat Kebenaran Mulia yang terdiri atas: kenyataan adanya dukkha, asal mulanya dukkha, lenyapnya dukkha, dan jalan menuju lenyapnya dukkha.. Dalam kitab Abhidharma dan kitab aliran Yogacara seperti *Lankavatara-sutra* dan *Samdhinirmocana-sutra*, dijelaskan secara terperinci mengenai berbagai macam kondisi pikiran dan kategori kesadaran. Oleh sebab itu *Dr. Carl G. Jung*, seorang pendiri Psikologi Analitik dan pelopor Psikologi Modern menyatakan bahwa psikologi analitik sangat dekat persamaanya dengan metode agama Buddha yang esensinya terkait dengan masalah asal timbulnya penderitaan beserta metode mengatasinya, kategori mental states, dan



pemahaman mendalam mengenai kesadaran (consciousness).

Agama Buddha aliran Yogacara menyebutkan bahwa dunia ini adalah manifestasi dari pikiran kita. Dunia dan alam semesta yang kita amati ini sesungguhnya merupakan proyeksi tiga dimensi dari pikiran kita sendiri. Pikiran adalah pelopor dan pencipta fenomena. Fenomena yang kita persepsikan sebagai realita bukanlah realita absolute karena masing-masing individu memproyeksikan dimensi pikirannya sehingga tidak ada realitas tunggal yang berlaku untuk semua orang. Masing-masing individu telah mendistorsi realita tersebut dengan kacamata berwarna yang diciptakan dari benih energi karma individu pada kehidupan-kehidupan sebelumnya. Hal ini dibahas oleh **B. Alan Wallace** dalam dua bukunya yang berjudul *The Taboo of Subjectivity* dan *Choosing Reality*. **Michael Talbot** dalam bukunya *Holographic Universe* mengumpamakan alam semesta tidak lebih nyata dibandingkan sebuah hologram yang merupakan suatu gambar tiga dimensi yang diproyeksikan ke dalam ruang (space) pikiran kita. Talbot, dalam bukunya *Mysticism and The New Physics* mengatakan, “kesadaran manusia mempengaruhi realitas.”

Para neurology mengklaim bahwa pikiran, kesadaran (awareness), dan kehendak, dapat dihubungkan dan dijelaskan dengan aktivitas di dalam otak. Teori ini dibantah 20 tahun yang lalu dengan penemuan Prof. Lorber terhadap seorang murid di Universitas Sheffield dengan IQ 126, tingkat kelas utama Matematika, tapi sama sekali tanpa otak (majalah Science, vol.210,12 Dec 1980). Belum lama ini Prof. Pim Van Lommel membuktikan eksistensi aktivitas kesadaran setelah dinyatakan meninggal secara klinis, yaitu ketika semua aktivitas otak telah berhenti (Lancet, vol.358, 15 Dec. 2001, p. 2039).

#### 1.4. Psikoterapi

##### 1.4.1. Dasar yang serupa

Empat kebenaran mulia dalam agama Buddha mengajarkan hakikat sejati penderitaan, dan jalan menuju lenyapnya penderitaan. Perjalanan spiritual seorang Buddhid dimulai dari kesadaran adanya penderitaan, dan didorong oleh keinginan untuk terlepas dari penderitaan dan menemukan kebahagiaan. Masalah penderitaan juga merupakan keprihatinan utama psikoterapi barat. Manusia mencari psikoterapis karena mereka menderita emosi yang negative, pemikiran, hubungan, dan pengalaman yang menyakitkan. Dengan demikian, psikoterapi Barat dan agama Buddha berbagi tujuan yang sama, persamaan yang pertama. Emosi negatif seperti kekhawatiran, stress, depresi, kemarahan, rasa berdosa, rasa malu, frustrasi, iri hati, cemburu dan lain lain, adalah bentuk-bentuk penderitaan. Penderitaan-penderitaan tersebut datang dari pikiran. Oleh sebab itu, baik Psikoterapi Barat maupun agama Buddha menaruh perhatian utama terhadap pikiran.

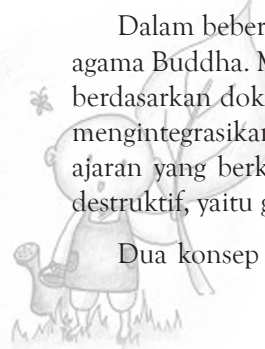
Agama Buddha sendiri menganggap bahwa penderitaan bukan disebabkan oleh kejadian-kejadian luar tetapi kualitas pikiran yang membentuk persepsi dan respons kita terhadap kejadian-kejadian. Karenanya, **“Kebahagiaan tidak ditemukan di dunia sosial luar, tapi dalam keadaan transformasi pikiran yang menghasilkan kebijaksanaan, ketenangan pikiran, dan welas asih”**. Para psikoterapis Barat juga percaya bahwa penderitaan tidak begitu banyak disebabkan oleh trauma-trauma eksternal, tapi lebih disebabkan oleh respons kita terhadap trauma-trauma ini. Respons-respons ini dikondisikan oleh faktor mental seperti nafsu keinginan dan ketakutan yang bisa ditolak dan ditekan. Ini adalah salah satu prinsip dasar dari psikoanalisis Freud. Penekanan pada aspek pikiran merupakan persamaan yang kedua.

Boleh dikatakan bahwa agama Buddha sesungguhnya lebih mirip dengan psikoterapi dari pada dengan agama-agama Barat. **Alan Watts** dalam bukunya *Psychotherapy East and West* mengatakan: Kemiripan utama antara cara hidup Timur dan psikoterapi Barat ini adalah dalam urusan membawa perubahan kesadaran, perubahan dalam cara kita merasakan eksistensi kita sendiri dan hubungan kita dengan masyarakat dan dunia alamiah.

Psikoterapis kebanyakan tertarik dalam mengubah kesadaran individu-individu yang mentalnya terganggu. Sedangkan disiplin agama Buddha dan Taoisme pada bagaimana mengubah kesadaran orang-orang yang normal dan beradaptasi dalam kehidupan sosial. Tetapi semakin jelas bagi psikoterapis bahwa keadaan kesadaran yang normal dalam kultur kita adalah konteks dan sarang penyakit mental.

Dalam beberapa dekade terakhir telah terbit banyak buku yang menelaah komparasi antara psikoterapi dan agama Buddha. Misalnya **Mark Epstein**, dalam bukunya *Thoughts Without a Thinker*, menguraikan psikoterapi berdasarkan doktrin dan metode Buddhisme. **John Welwood** dalam bukunya *Toward a Psychology of Awakening* mengintegrasikan praktik spiritual Buddhisme ke dalam psikoterapi Barat. Kitab Buddhisme mengandung banyak ajaran yang berkaitan dengan pikiran dan metode terapeutik untuk menyembuhkan pemikiran yang bersifat destruktif, yaitu gangguan mental (mental disorder). Gangguan mental mencakup fobia, neurosis, dan psikosis.

Dua konsep psikoterapi Barat yang fundamental adalah represi dan alam-tak-sadar. Konsep represi mirip







dengan ketidaktahuan (avidya) dalam agama Buddha. Perbedaannya: avidya adalah kegagalan untuk menghadapi fakta-fakta dasar mengenai sifat dasar diri dan fenomena, sementara represi adalah kegagalan dalam arti yang lebih sempit untuk menghadapi berbagai realita kehidupan seseorang, terutama pengalaman pahit yang di alaminya. Represi muncul sebagai akibat reaksi defensif terhadap kecemasan, suatu bentuk penderitaan mental yang disiasati oleh banyak orang dengan alkohol dan narkoba. Dalam pandangan psikoterapi Barat, kandungan mental dan emosi dari pengalaman pahit ditekan, dimodifikasikan, dikurangi, dan di alami kembali sebagai neurosis.

Ketika terapi Buddhis dibandingkan dengan psikoterapi Barat, nampaknya psikoanalisis dapat disejajarkan dengan diskusi persiapan antara seorang guru Buddhis dengan muridnya. Fungsi seorang guru/psikoterapis adalah menuntun pasien ke sebuah perjalanan penemuan-diri dan transformasi-diri yang dalam agama Buddha berakhir pada penemuan hakikat kehidupan yang sebenarnya.

Alam tak-sadar mengandung penyangkalan dan represi kita – kebohongan terdalam yang kita simpan. Gejala neurotic dan karakter pembelaan-diri kita adalah produk dari kebohongan terdalam. **Carl Jung** adalah orang pertama yang menemukan korespondensi antara mimpi dan mitos. Mimpi menyingkapkan alam tak-sadar personal dan mitos menyingkapkan alam tak-sadar kolektif. Dia menyebut ruang lingkup penyangkalan dan represi dengan istilah “bayangan”. Terapi Jung sebagian besar terdiri dari menghadapi bayangan, menghadapi apa yang telah ditolak tentang dirinya dan kualitas pengalaman yang fundamental, yang ia sebut dengan “pola dasar” (archetype).

Freud juga secara eksplisit menguraikan tujuan psikoanalisis sebagai mengangkat isi alam tak-sadar menuju alam sadar. Dalam pandangan psikoanalitik, gangguan neurotik disebabkan oleh penyangkalan dan represi atas pengalaman yang menyakitkan, dimana pengalaman ini ditekan atau direpresi ke alam bawah sadar. Pembebasan dari penderitaan dilakukan dengan membawa pengalaman yang ditekan menjadi penyadaran (awareness) dan menyelesaikan satu per satu emosi-emosi yang menyakitkan (membawa kenangan bawah sadar itu kembali ke alam sadar). Dengan demikian, dalam terapi Freud dan Jung, ekspansi kesadaran memerlukan transformasi kesadaran batiniah manusia, yang juga merupakan tujuan dari praktik Buddhis.

Dalam pandangan Buddhis, avidya tidak hanya berhubungan dengan penyangkalan fakta tentang diri sendiri dan dunia, tapi juga menganggapnya sesuatu yang sesungguhnya tak pernah eksis. Keadaan ketidaktahuan ini juga disebut ilusi atau delusi. Berdasarkan pandangan Buddhis, semua fenomena merupakan ilusi, karena bila ditelaah ke dalam hakikat eksistensi terdalam mereka, tidak berhasil ditemukan suatu inti yang kekal dan independent. Misalnya kita melihat benda padat sebagai bersifat kekal, tapi mereka pada akhirnya akan mengalami pelapukan. Kebijakan tertinggi dalam agama Buddha, kebijakan yang merealisasikan kekosongan, memahami bahwa segala fenomena dan “diri” adalah tidak kekal dan tanpa substansi.

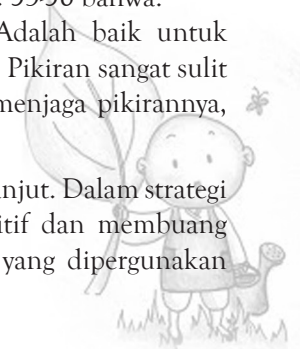
Kendati terdapat kemiripan antara psikologi Barat dan psikologi Buddhis, namun metode dan penekanan mereka berlainan. Psikologi Barat lebih menekankan memperhatikan perkembangan dari diri dan perilaku dari ego, dengan mengembangkan aneka teknik untuk mengembangkan suatu diri yang sehat dan utuh, sedangkan fokus agama Buddha adalah menumbuhkan ketidaklekatan atas keadaan-keadaan emosi negatif yang merupakan sumber penderitaan mental, dengan konsep anatta (Tanpa Inti/kepemilikan) dan ketidakkekalan. Kekuatan psikologi Barat terlekat pada fokusnya atas pembangunan karakter diri yang kuat, hubungan antar sesama, keakraban, dan panggilan tugas. Oleh sebab itu, agama Buddha, bisa juga mengadopsi teknik-teknik psikologi Barat dalam menganalisis emosi-emosi tanpa melekat pada emosi itu sendiri. Didasari sifat komplementer dari kedua disiplin tersebut, maka lahir suatu disiplin baru yang kini dikenal dengan istilah psikoterapi Bhuddis, yang merupakan perpaduan antara psikologi Barat dengan psikologi Buddhis.

#### **1.4.2. Definisi Buddhis bagi kesehatan mental**

Orang yang kesehatan mentalnya terganggu tidak akan memiliki pengendalian pikiran, yang merupakan salah satu tujuan agama Buddha dalam aspek pengembangan spiritual. Dikatakan oleh *Dhp.* 35-36 bahwa:

Sukar dikendalikan pikiran yang binal dan senang mengembara sesuka hatinya. Adalah baik untuk mengendalikan pikiran, suatu pengendalian pikiran yang baik akan membawa kebahagiaan. Pikiran sangat sulit untuk diawasi, amat lembut dan halus, bergerak sesuka hatinya. Orang bijaksana selalu menjaga pikirannya, seseorang yang menjaga pikirannya akan berbahagia.

Dengan pengendalian pikiran yang baik, maka pikiran positif bisa dikembangkan lebih lanjut. Dalam strategi kognitif, seperti halnya agama Buddha, ditekankan untuk mengembangkan pikiran positif dan membuang segenap pikiran negatif. Salah satu metodenya adalah meditasi penembusan (vipassana) yang dipergunakan





agama Buddha dalam mengenali akar dari pikiran negatif.

Contoh pikiran negatif adalah amarah. Setelah kita mengenali amarah dengan kekuatan meditasi penembusan, maka kekuatan dari emosi kemarahan akan berkurang dan suatu saat akan hilang. Semakin kita mengenali suatu pikiran negatif, semakin sulit bagi pikiran negatif itu untuk berkembang dan membuat pikiran kita menjadi kacau. Menurut psikoterapi maupun agama Buddha, kita harus berani menghadapi musuh dan berusaha mengenalinya sehingga suatu hari musuh tersebut menjadi teman baik kita. Kita tidak boleh lari dari musuh (pikiran negatif), karena suatu hari musuh tersebut pasti akan menyergap kita pada saat kita lengah. Sebaiknya kita mengenali musuh kita dan setelah mengenalinya, kita kemudian menganggapnya sebagai saudara sehingga musuh akan kehilangan senjata “serangan mendadak” dan akhirnya menjadi “jinak”.

Buddha memberikan resep agar kita selalu berpikiran positif demi mencapai kesehatan jiwa dan raga. Menurut Buddha, pemikiran negatif dan depresi mempengaruhi kesehatan seseorang. Suatu penelitian yang dilakukan oleh **David Spiegel** dan rekan-rekannya (*Kraemer, Bloom, dan Gotthel*) pada tahun 1989 telah membuktikan kebenaran bahwa pikiran yang depresi dapat memicu timbulnya atau memperparah penyakit. David Spiegel melakukan penelitiannya pada pasien penderita kanker dengan jalan memisahkan mereka menjadi dua kelompok, yang sama-sama mendapatkan terapi standar. Hanya saja perbedaannya, ada kelompok yang mengadakan pertemuan bersama guna memperkuat kondisi kejiwaan mereka seperti memecahkan berbagai masalah yang mereka hadapi, berbagai suka dan duka, menumbuhkan keberanian dalam menghadapi kematian, serta membangkitkan semangat hidup. Hasilnya, 48 bulan kemudian pasien kanker yang tidak berada di dalam kelompok pendukung tersebut hampir semuanya telah meninggal. Sebaliknya, pasien yang termasuk dalam kelompok pendukung dapat bertahan hidup lebih lama lagi. Kita melihat bahwa pikiran dapat menentukan kondisi fisik seseorang. Oleh karenanya, Buddha mengajarkan kita untuk selalu berpikir positif, tenang dan terkendali. Pikiran yang kacau dapat mendorong timbulnya penyakit.

Agama Buddha mempunyai metode praktis untuk menumbuhkan pemikiran yang positif yakni dengan melaksanakan Empat Brahma Vihara, yang terdiri dari: metta, karuna, mudita, dan upekkha. Metta berarti cinta kasih universal; Karuna berarti welas asih, turut merasakan penderitaan makhluk lain; Mudita berarti ikut bergembira atas kesuksesan orang lain; dan Upekkha berarti keseimbangan batin, tanpa membedakan musuh dan teman, sedih dan gembira, dan lain sebagainya.

Kita ambil contoh mudita. Dengan bermudita berarti kita tidak merasa iri melihat keberhasilan orang lain. Dengan menghindarkan diri dari rasa iri, maka kita menjauhkan diri dari pikiran yang terdepresi. Melatih keseimbangan batin (upekkha) berarti kita berusaha untuk tidak merasa senang atau sedih apabila dipuji atau pun dicela. Memang kesemua hal tersebut di atas tidak semudah membalik telapak tangan karena kita membutuhkan suatu latihan kejiwaan yang oleh Buddha disebut praktik Dharma. Praktik ini melibatkan seluruh aspek kehidupan kita sehingga kita dapat mencapai seperti apa yang dicapai Buddha yaitu Pencerahan Sempurna.

Dalam bidang psikoterapi belum tercapai konsensus standar kesehatan mental yang baku. Semua standar yang diajukan sangat teoritis dan sering dipengaruhi oleh nilai kultural Barat. Kesehatan mental yang diaspirasikan oleh Buddhis adalah mencapai kepribadian sehat yang disebut Arahata. Sifat-sifat kepribadian sehat tersebut telah ditransformasikan secara permanent dimana semua motif, persepsi, perbuatan yang sebelumnya dilakukan dibawah pengaruh faktor-faktor tak sehat akan lenyap. **Rune Johansson**, dalam karyanya *The Psychology of Nirvana*, mengali dari Abhidharma mengenai ciri-ciri khas kepribadian seorang Arahata, yang mana hal tersebut meliputi:

- Keterbebasan dari rasa tamak, ketakutan, kebencian, pandangan sempit, hawa nafsu, kemarahan, sikap membeda-bedakan, dan lain sebagainya.
- Diliputi oleh sikap-sikap seimbang dalam memandang orang lain, tenang dalam semua keadaan, waspada, keterbukaan, kepekaan, dan lain sebagainya.

Transformasi kepribadian semacam itu yang dianggap terlalu radikal oleh dunia Barat, sangat jauh melampaui tujuan dan harapan terapi kejiwaan (psikoterapi) Barat. Dilihat dari kacamata para psikolog di dunia Barat, sifat-sifat kebajikan tersebut terlalu susah dan mulia untuk diwujudkan. Meskipun demikian, seorang Arahata mempunyai sejumlah kemiripan dengan orang-orang yang mengalami aktualisasi sepenuhnya sebagaimana yang tercantum pada tulisan-tulisan Maslow dan Rogers. Selain itu, Arahata adalah suatu tipe ideal hasil pencapaian akhir suatu pelatihan bertahap yang tidak mungkin hanya terjadi semalam saja.

Dalam berbagai kesempatan dialog yang berlangsung dalam beberapa dekade terakhir antara Timur dan Barat

dalam hal psikologi serta psikoterapi, dapat disimpulkan bahwa metode psikoterapi dan ajaran ilmu kejiwaan di Barat belum mencapai tingkatan yang dikehendaki oleh filsafat Timur. **Medrad Boss**, seorang filosof Swiss yang terkemuka, pernah menyatakan bahwa dipandang dari sudut filsafat timur, metode-metode dan tujuan psikoterapi Barat masih belum dapat dianggap memadai. Menurut Boss, jika dibandingkan dengan tingkat pemurnian diri yang menjadi tujuan latihan spiritual dunia Timur, maka “latihan kejiwaan Barat yang paling baik sekalipun tidak lebih dari suatu kursus pengantar saja bagi praktik spiritual dunia Timur”.

#### 1.4.3. Seni Kebahagiaan

Dalam pandangan Buddhis, musabab utama penderitaan adalah kemelekatan pada diri. Dalam praktik Buddhis yang dikenal dengan meditasi analitik, “diri” ditelajangi ke-diri-nya sendiri. Lalu kita mencari diri ini. Di mana letaknya? Dalam tubuh? Di kepala atau di jantung? Di pikiran? Bagian mana dari pikiran? Menurut agama Buddha, “diri” yang kekal dan independen tak bisa ditemukan; adalah suatu kekeliruan bila kebahagiaan bisa ditemukan dengan mengejar nafsu dan menghindari sesuatu yang tak disukai (aversi). Pengejaran nafsu dan penghindaran aversi disebabkan oleh kemelekatan pada keakuan (ego). *Ud. 2.1* mengajarkan bahwa kebahagiaan tertinggi adalah menghilangkan kesombongan “Aku”, sedangkan *Piya Vagga XVI, 210* mengajarkan bahwa “janganlah melekat pada apa yang dicintai, ataupun apa yang tidak dicintai; pemisahan dengan apa yang dicintai adalah penderitaan!”. *Snp. 812* menambahkan, “sebagaimana setetes air tidak melekat pada daun teratai atau sebagaimana sekuntum bunga teratai tidak ternoda oleh air, begitu juga manusia bijaksana tidak melekat pada apapun – baik yang dilihat, didengar, atau dipikirkan.”

Filsafat Buddhis memberitahukan kepada kita bahwa semua ketidakbahagiaan dan konflik antar-perorangan terletak pada “tiga racun”: nafsu keinginan, kemarahan, dan delusi. “Sungguh bahagia jika kita hidup tanpa membenci di antara orang-orang yang membenci.. sungguh bahagia jika kita hidup tanpa penyakit di antara orang-orang yang berpenyakit... sungguh bahagia jika kita hidup tanpa keserakahan di antara orang-orang yang serakah” (*Dhp. 197-199*)

Prinsip dasar psikologi kelakuan adalah bahwa organisme dipolarisasikan antara perasaan sakit dan senang. Keinginan untuk memperoleh kesenangan dan menghindari perasaan sakit dianggap sebagai motivasi dasar dan kelakuan. Dalam *AN.IV.157* dikatakan bahwa ada delapan kondisi duniawi yang dapat mempengaruhi, mengombang-ambingkan, dan menguasai kehidupan manusia: untung dan rugi; mashyur dan reputasi jelek; pujian dan celaan; rasa menyenangkan dan rasa sakit. Apabila salah satu dari delapan kondisi ini timbul, maka seseorang harus merenungkan demikian:

Kondisi itu telah timbul pada diriku,  
Tetapi sifatnya tidak kekal dan tidak tetap  
Harus diketahui sebagaimana adanya,  
Dan tidak seharusnya untuk dikuasai oleh pikiran itu.

Dengan kata lain, seseorang janganlah terlalu bergembira terhadap hal-hal yang menyenangkan dan terlalu bersedih terhadap hal-hal yang tidak menyenangkan.

*Snp. 702* mengatakan:

Kembangkan pikiran yang tenang seimbang. Kamu akan selalu mendapat pujian dan celaan, tetapi jangan biarkan keduanya mempengaruhi ketenangan pikiran: ikutilah ketenangan, di mana tidak ada kesombongan.

Agama Buddha mengatakan bahwa justru keinginan egois untuk mendapatkan kebahagiaan-lah yang merupakan penyebab utama dari penderitaan yang kita kenakan pada diri kita dan orang lain. Dari pandangan ini, rahasia kebahagiaan melibatkan transformasi diri, termasuk rekonfigurasi gagasan kita tentang kebahagiaan itu sendiri, berdasarkan penyadaran yang lebih mendalam terhadap hakikat realitas. Salah satu rahasia menemukan kebahagiaan, menurut agama Buddha, adalah tidak mengingatkan hal-hal buruk yang telah lewat, tidak cemas dengan hal-hal dimasa mendatang, tetapi selalu hidup berkesadaran penuh (mindful living) dalam “kekinian”, melihat setiap objek secara mendalam, mengamati setiap fenomena secara momen-ke-momen, karena “yang telah lalu tidak seharusnya diingat terus; yang akan datang juga jangan diharapkan; yang telah lewat adalah sudah mati dan pergi; yang akan datang masih belum datang dan pasti” (*MN.III.131*). demikian pula dalam *SN.1.5* dikatakan bahwa bagi mereka yang tak mengharap apa-apa yang akan datang, tidak menyesali hal-hal yang telah lewat, menjalani hidup mereka pada saat ini, pembawaan mereka akan tenang.

Seni kebahagiaan, singkat kata, mengembangkan pemikiran positif dan menyerahkan emosi-emosi negatif. **Daniel Goleman**, dalam *Destructive Emotions*, menceritakan dialog yang berlangsung antara Dalai Lama dan para pakar psikologi Barat. Salah satu tema dari buku tersebut membahas cara-cara dalam mengatasi keadaan-keadaan



emosi yang bersifat destruktif seperti kemarahan, kecemburuan, dan nafsu keinginan yang tak terkendalikan.

#### **1.4.4. Meditasi untuk kesehatan mental**

Terapi perilaku dari psikoterapi parallel dengan meditasi, tapi beberapa aspek meditasi merupakan lingkup khusus dari agama Buddha. Terapi Buddhis dan psikoterapi keduanya setuju bahwa terapi verbal saja tidak cukup, hanya mampu mengobati gangguan mental yang paling ringan. Terapi perilaku lebih bisa masuk ke dalam kejiwaan dan mengobati gangguan mental yang lebih berat, salah satu metodenya disebut systematic desensitization untuk mengobati Fabio atau ketakutan yang irasional. Metode ini terdiri dari dua tahap: tahap pertama melonggarkan ketegangan syaraf dan otot namun tetap dalam kesadaran penuh; tahap kedua mendorong pasien menghadapi hal-hal yang ditakuti mulai dari rangsangan indera yang paling ringan sampai ke yang paling menyeramkan. Selama proses tersebut, pasien harus senantiasa tenang, tidak menanggapi dengan emosi atau lari. Metode ini ternyata agak mirip dengan meditasi. Tapi meditasi jenis Vipassana masih merupakan keunikan tersendiri bagi agama Buddha.

Dari perspektif psikoterapi, teknik meditasi bermanfaat bagi kesehatan mental sebagai reduksi stres yang tercermin dalam pengurangan konsumsi oksigen, melambatnya detak jantung, pengurangan tingkat pernapasan dan tekanan darah, perubahan pada pola gelombang otak, dan kemajuan dalam sirkulasi darah. Perubahan-perubahan fisiologis semacam ini disebut respon relaksasi. Bukti yang demikian ini menetapkan peranan meditasi sebagai strategi relaksasi yang efektif. Meditasi menumbuhkan kemampuan yang lebih tinggi dalam berkonsentrasi, kebebasan yang lebih besar dari gangguan, toleransi yang lebih tinggi terhadap perubahan dan kekacauan disekitarnya. Menurut pandangan Buddhis, walaupun tujuan akhir kesempurnaan, tingkat Arahat, memerlukan pelatihan meditasi yang panjang, manfaat duniawi sudah bisa dirasakan dalam waktu yang relatif singkat bagi yang serius melatihnya.

Dr. Jon Kabat-Zinn (1944- ), seorang professor kedokteran di University of Massachusetts, memelopori penerapan meditasi kesadaran penuh (mindfulness meditation) ke dalam dunia medis dan masyarakat luas. Ia mengajarkan meditasi tersebut sebagai teknik untuk membantu orang menghadapi stres, penyakit, kecemasan, rasa sakit, dan meningkatkan daya tahan tubuh. Ia mulai mengajarkan teknik yang ia sebutkan Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) pada 1979. Kabat-Zinn dalam naskah risetnya tahun 1982 memperlihatkan adanya manfaat meditasi berkesadaran penuh (mindfulness meditation) dalam menghadapi rasa sakit yang kronis.

Kitab Buddhis awal (seperti *Samyutta Nikaya*) juga mengandung referensi yang eksplisit terhadap nilai meditasi untuk mengendalikan rasa sakit. Sebagai contoh, Ananda, murid Buddha, pernah memberikan nasihat kepada seorang perumah tangga bernama Sirivaddha di kota Rajagaha. Mendengar pasien itu bertambah rasa sakitnya, Ananda menganjurkan ia berlatih meditasi berkesadaran penuh. Hal yang sama dilakukan terhadap seorang perumah tangga lain, Manadinna. Contoh terkemuka ditemukan dalam kisah tentang Biku Anuruddha yang jatuh sakit parah. Ketika beberapa biku yang mengunjunginya bertanya tentang rasa sakitnya, jawaban Arunddha adalah bahwa perasaan sakit pada tubuh tidak menggangukannya, karena pikirannya bertumpu kokoh pada kesadaran penuh: "Disebabkan saya besemayam dengan pikiran yang berlandaskan dalam kesadaran penuh. Itulah alasan mengapa sensasi sakit yang datang padaku tidak membuat kesan pada pikiranku." Buddha juga menganjurkan meditasi sebagai cara meraih tidur yang bebas gangguan (*Viyana-pitaka vol.1*).

**Richard Davidson**, seorang professor di University of Wisconsin Madison, mendapatkan adanya korelasi antara keadaan mental dan emosi dengan pola aktivitas otak. Ia memasang kawat ke kepala biku Tibet yang sedang bermeditasi, dan membuktikan bahwa otak mampu berkembang dan berubah sepanjang hidup, fenomena yang disebut neuroplasticity, yang sebelumnya dianggap mustahil oleh sains Barat. Ia juga berhasil mengidentifikasi prefrontal cortex bagian kiri sebagai lokus aktivitas neural yang berkaitan dengan meditasi.

#### **1.4.5. Kosmologi**

Dalam *Avatamasaka-sutra bab 5*, agama Buddha menyatakan bahwa bintang-bintang dan planet-planet berada di ruang angkasa tanpa ditumpu apapun,

Sistem Dunia tepian bunga

Adalah sama dengan jagad raya

Perhiasannya sungguh murni

Berada dengan damai di ruang angkasa

Hal ini berbeda dengan pandangan sezaman dengannya dimana Bumi dianggap ditopang oleh seorang raksasa semacam Atlas atau makhluk-makhluk ruang angkasa lainnya. Susunan materi alam semesta tercatat dalam



*Avatamsaka-sutra bab 4,*

Terdapat beberapa system samudera dunia

Terbentuk dari permata

Padat dan tak terhancurkan

Bernaung di atas bunga teratai nan berharga

Beberapa di antaranya terbentuk dari berkas cahaya murni

Yang asalnya tak dikenal

Semuanya merupakan berkas-berkas cahaya

Bernaung diruang kosong

Beberapa di antaranya terbentuk dari cahaya murni

Dan juga bernaung pada pancaran-pancaran cahaya

Diselubungi oleh awan cahaya

Tempat dimana para Bodhisattwa berdiam.

Kutipan di atas memperlihatkan bahwa agama Buddha telah mengenal alam semesta yang terdiri dari materi dan cahaya. Kalimat “padat dan tak terpecahkan” merujuk pada partikel atom yang menyusun materi. Bait kedua di atas nampaknya mengacu pada sinar kosmis yang merupakan sisa-sisa pembentukan jagad raya. Sementara bait ketiga mengacu pada pancaran cahaya yang berasal dari benda-benda langit. Sebagai tambahan sinar kosmis ini mulai diteliti oleh para fisikawan dari Institut Teknologi Kalifornia di Pasadena pada tahun 1932, dan didapati bahwa di dalamnya terkandung partikel-partikel elementer yang belum pernah dikenal sebelumnya. Partikel elementer merupakan partikel tunggal yang tidak terbagi-bagi lagi, mungkin berkorelasi dengan istilah “murni” dalam kutipan sutra tersebut.

Para ilmuwan dewasa ini menyatakan bahwa alam semesta merupakan serangkaian pengembangan, penciutan, pengerutan, dan penghancuran berupa ledakan besar (Big Bang) yang berlangsung secara terus-menerus tanpa akhir. Dengan kata lain, ini adalah suatu rangkaian fenomena yang tidak berujung pangkal yang kemudian disebut teori “pulsating” dari alam semesta.

Buddha mengajarkan hal yang sama dalam *Bhayabherava-sutta* (sutta ke-4 dari MN):

Ketika pikiran yang terkonsentrasi dengan demikian termurnikan, tidak tercela, mengatasi semua kotoran, mudah diarahkan, serta tenang, Aku memusatkannya pada kelahiran-kelahiran yang lampau, satu, dua,... Ratusan, ribuan, banyak kalpa dari penyusutan dunia, banyak kalpa pengembangan dan penyusutan dunia.

Dari sini kita bisa melihat bahwa proses penyusutan dan pengerutan tersebut berlangsung waktu yang sangat lama. Yang dimaksud dengan “kalpa” adalah satuan waktu India Kuno yang berlangsung selama miliaran tahun. Ada beberapa versi perhitungan “kalpa”, tetapi yang lazim dipakai adalah satu kalpa memakan waktu sekitar 139.600.000 (seratus tiga puluh sembilan juta enam ratus ribu) tahun.

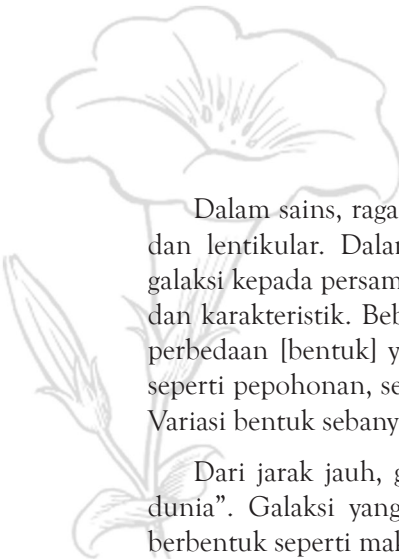
Dari kacamata Avatamsaka-sutra, Big Bang sebagaimana yang dipahami oleh sains hanyalah merupakan Big Bang lokal, karena proses Big Bang semacam ini berlangsung secara terus menerus di semesta-semesta lainnya yang tak terhingga jumlahnya. Sains merupakan banyaknya galaksi dan dunia lain.

Buddha juga mengajarkan hal yang sama dalam *Ananda-sutta* (AN.III.80):

Ananda apakah kau pernah mendengar tentang seribu Culanika loka dhatu (tata surya kecil) ? ..... Ananda, sejauh matahari dan bulan berotasi pada garis orbitnya, dan sejauh pancaran sinar matahari dan bulan di angkasa, sejauh itulah luas seribu tata surya. Di dalam seribu tata surya terdapat seribu matahari, seribu bulan, seribu Sineru, seribu jambudipa, seribu Aparayojana, seribu Uttarakuru, seribu Pubbavideha..... Inilah, Ananda, yang dinamakan seribu tata surya kecil (sahassi culanika lokadhatu). Ananda, seribu kali sahassi culanika lokadhatu dinamakan Dvisahassi majjhimanika lokadhatu. Ananda, seribu kali Dvisahassi majjhimanika lokadhatu dinamakan Tisahassi Mahasahassi Lokadhatu. Ananda, bilamana Tathagata mau, maka ia dapat memperdengarkan suara-Nya sampai terdengar di Tisahassi mahasahassi lokadhatu, ataupun melebihi itu lagi.

Sesuai dengan kutipan diatas dalam sebuah Dvisahassi majjhimanika lokadhatu terdapat  $1.000 \times 1.000 = 1.000.000$  tata surya. Sedangkan dalam Tisahassi Mahasahassi Lokadhatu terdapat  $1.000.000 \times 1.000 = 1.000.000.000$  tata surya. Menurut agama Buddha, alam semesta tidak terbatas pada satu milyar tata surya saja, tetapi jauh melampauinya. Banyak kitab Buddhis lainnya yang mendiskusikan sistem dunia lain, seperti dalam *Amitabha-sutra* dikatakan,

Saat itu Buddha berkata pada Sariputra, “Kesebelah barat dari sini, [melewati] seratus billion Dunia Buddha, adalah suatu dunia yang disebut dengan Sukhavati.



Dalam sains, ragam bentuk galaksi dikelompokkan menjadi empat jenis, yaitu elips, spiral, tidak beraturan, dan lentikular. Dalam *Avatamsaka-sutra* bab 4, Bodhisattwa Samantabhadra memaparkan ragam bentuk galaksi kepada persamuhan, Putra-putra Budha, samudra-samudra dunia-dunia (galaksi) memiliki aneka bentuk dan karakteristik. Beberapa berbentuk bulat atau segi empat, beberapa tidak bulat pun tidak segi empat. Ada perbedaan [bentuk] yang tak terhitung. Beberapa berbentuk seperti pusaran, seperti nyala api dari volcano, seperti pepohonan, seperti bunga-bunga, seperti istana, seperti makhluk hidup, atau mungkin seperti Buddha. Variasi bentuk sebanyak butiran debu [atom] di dalam sebuah samudra dunia-dunia.

Dari jarak jauh, galaksi kelihatan seperti lautan atau sungai, sehingga disebut “samudra-samudra dunia-dunia”. Galaksi yang berbentuk pusaran seperti Bima Sakti (galaksi kita) dan Andromeda. Galaksi yang berbentuk seperti makhluk hidup termasuk di antaranya Horse head Nebule. Galaksi dan kuasar yang meledak juga mungkin nampak seperti semburan lidah api volcano. Agama Buddha juga meyakini bahwa benda-benda angkasa juga tidak kekal, seperti kutipan dibawah ini :

Dalam setiap sistem dunia itu planet-planet luar biasa banyaknya sehingga tak terbayangkan, beberapa di antaranya sedang tercipta, beberapa di antaranya sedang menuju kemusnahannya, beberapa di antaranya bahkan telah musna. (*Avatamsaka-sutra* bab 5). Kutipan di atas dengan jelas mengatakan bahwa segala sesuatu di jagad raya ini senantiasa mengalami siklus kelahiran dan kemusnahannya. Jika ada bintang-bintang yang mengalami kemusnahan, maka di tempat lainnya terdapat pula bintang-bintang atau benda langit lainnya yang tercipta.

Jarak antara Bumi dan bulan tertera dalam sebuah bait dari *Salistamba-sutra ayat 37* (versi bahasa Mandarin dan Tibet) yang berbunyi sebagai berikut,

Lebih jauh lagi Sariputra, hal tersebut bagaikan rembulan pada langit yang indah, yang berjarak 42.000 yojana dari Bumi

Yojana adalah ukuran jarak India Kuno, yaitu jarak yang ditempuh oleh pasukan berkuda dalam waktu sehari ( $\pm 10$  km). dengan demikian 42.000 yojana adalah sekitar 420.000 km. angka ini relatif dekat dengan jarak rata-rata antara Bumi dan bulan, yakni sekitar 385.000 km.

Buddha juga menyatakan bahwa terjadi empat fase dalam kehidupan suatu sistem dunia yaitu fase kekosongan/pemadaman, fase pembentukan, fase kediaman/statis, dan fase kehancuran. Masing-masing fase tersebut berlangsung sangat lama, dimana dalam bahasa Buddhis disebut memakan waktu 20 kalpa menengah. Sutra-sutra Buddhis secara konsisten menyatakan bahwa pembentukan sistem dunia dan kehancuran sistem dunia memerlukan waktu yang lama, selaras dengan teori kosmologi yang mengatakan bahwa pembentukan planet, bintang dan galaksi memerlukan proses waktu yang sangat lama.

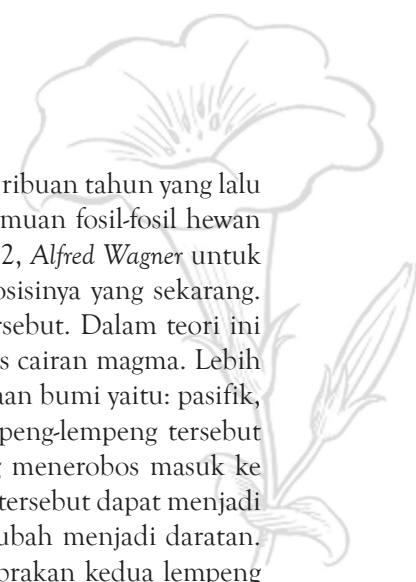
Menurut agama Buddha, pembentukan planet Bumi memerlukan 20 kalpa menengah, dimana satu kalpa kecil memakan waktu 139.600.000 tahun. Berdasarkan rujukan ini, maka masa pembentukan planet Bumi (fase pembentukan) memerlukan waktu 2.780.000.000 tahun atau hamper 3 milyar tahun lamanya. Intinya, menurut agama Buddha, pembentukan planet Bumi memerlukan waktu miliaran tahun, bukan enam hari atau enam ribu tahun. Para ahli astrofisika dan ahli geologi setuju bahwa umur Bumi bukan ribuan tahun melainkan sudah miliaran tahun.

Fase pembentukan planet Bumi selama 2,78 Milyar tahun tersebut belum termasuk fase kediaman/statis (ada makhluk hidup yang menghuni). Fase kediaman, menurut agama Buddha, sudah memasuki pertengahan kalpa ke-11. bila digabungkan fase pembentukan Bumi dengan fase kediaman yang sudah memasuki kalpa ke-11, maka total umur Bumi menurut agama Buddha adalah 4,38 milyar tahun ( $2,78 \text{ milyar} + 11,5 \times 139.600.000$ ). adapun menurut estimasi ahli geologi, umur Bumi adalah sekitar 4,55 milyar tahun.

Bila kita telah memasuki kalpa ke-11, berarti masih ada sembilan kalpa kecil lagi sebelum Bumi memulai proses kehancuran yang juga memerlukan waktu 20 kalpa kecil. Jadi menurut agama Buddha, akhir zaman (kiamat) itu ada tetapi masih sangat lama dari sekarang. Proses kehancuran Bumi juga dijelaskan secara rinci di beberapa sutta Buddhis. Namun karena hari kiamat belum terjadi sehingga tidak bisa dilakukan studi perbandingan dengan sains, untuk itu proses kehancuran Bumi dari pandangan Buddhis tidak dibicarakan di sini.

#### 1.4.6. Geologi

Bumi adalah suatu planet yang dinamis dimana tenaga-tenaga yang tersimpan di dalamnya selalu aktif. Daratan



dan lautan telah bertukar posisi dan berubah bentuk sepanjang waktu. Jadi apa yang pada ribuan tahun yang lalu merupakan lautan, kini dapat saja menjadi daratan dan demikian juga sebaliknya. Penemuan fosil-fosil hewan laut di daerah pegunungan telah membuktikan kebenaran akan hal ini. Pada tahun 1922, *Alfred Wagner* untuk pertama kalinya mengeluarkan teorinya bahwa daratan-daratan telah terangkat pada posisinya yang sekarang. Pada zaman modern ini para ahli telah menemukan kebenaran teori *Alfred Wagner* tersebut. Dalam teori ini dikatakan bahwa permukaan bumi terdiri dari lempeng-lempeng yang mengapung di atas cairan magma. Lebih lanjut dikatakan bahwa permukaan bumi terdiri dari lempeng yang membentuk permukaan bumi yaitu: pasifik, Amerika Utara, Amerika Selatan, Eurasia, Afrika, Indo-Australia, dan Antartika. Lempeng-lempeng tersebut kadang-kadang saling bertabrakan, dan pada zona tabrakan tersebut ada lempeng yang menerobos masuk ke lempeng satunya, sedangkan yang satunya lagi terangkat naik. Bagian yang terangkat naik tersebut dapat menjadi pegunungan-pegunungan tinggi; jika dahulu merupakan laut, maka sekarang dapat berubah menjadi daratan. Sebagai contoh adalah Pegunungan Himalaya yang juga terdesak naik ke atas karena tabrakan kedua lempeng tersebut.

Agama Buddha juga mengemukakan hal yang sama mengenai pergerakan daratan dan samudra, yang berpengaruh pada perubahan topografi dan bentuk-bentuk daratan dan lautan. Dalam *Buddhavacana-maitreya-bodhisattva-sutra*, misalnya, disebutkan perubahan kondisi lautan dan daratan: O, Arya Sariputra! Pada saat Buddha dimasa mendatang dilahirkan di dunia Jambudwipa (nama lain untuk dunia ini), situasi dan kondisi dunia Jambudwipa ini jauh lebih baik daripada sekarang! Air laut agak susut dan daratan bertambah. Diameter permukaan laut dari ke empat lautan masing-masing akan menyusut kira-kira 3 ribu yojana.

Lalu, kalau begitu berapakah usia bumi? Agama Buddha mengajarkan bahwa proses pembentukan Bumi memakan waktu 20 kalpa kecil, dimana satu kalpa kecil sama dengan 139.600.000 tahun. Dengan demikian, menurut agama Buddha, proses pembentukan dunia ini menghabiskan waktu 2.792.000.000 tahun, angka yang hampir sama dengan dugaan ilmuwan bahwa pembentukan bumi memakan waktu miliaran tahun. Ajaran Buddhis berbeda dengan pandangan zaman kuno yang mengatakan bahwa bumi dan alam semesta ini diciptakan hanya beberapa hari saja.

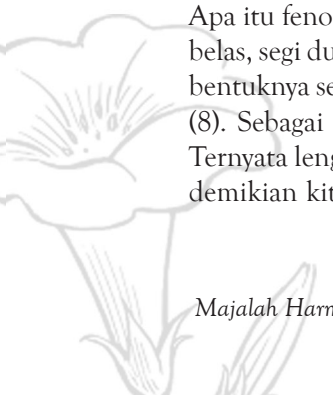
#### 1.4.7. Biologi

Agama Buddha tidak mempercayai konsep penciptaan yang langsung membuat makhluk hidup memiliki ragam bentuk dan aneka sifat seperti keadaan sekarang, tapi melalui sebuah proses perubahan panjang. Bahkan *William S. Waldron* mengatakan biologi evolusi dan agama Buddha sama-sama sepakat bahwa: Bentuk-bentuk dan struktur-struktur kehidupan manusia merupakan hasil tindakan akumulatif dari para makhluk yang tak terhingga jumlahnya sepanjang banyak generasi yang tak terhitung. Seperti halnya semua spesies, kita juga telah dibentuk dan dikondisikan oleh rangkaian transformasi-transformasi yang luar biasa panjang dan kompleks.

Juga terdapat perbandingan yang menarik antara teori Yogacara dari agama Buddha Mahayana dengan biologi evolusi modern. Menurut teori Yogacara, benih karma disimpan dalam kesadaran kedelapan (alaya). Teori Yogacara mengatakan bahwa bila seseorang bunuh diri, misalnya benih karma itu akan tertanam di dalamnya dan selalu terbawa ke kehidupan berikutnya. Energi kebiasaan yang tersimpan di dalam alaya tersebut menjadi penyebab mengapa ada orang yang cenderung bunuh diri. Dalam bahas modern, perwujudan dari kecondongan tersebut tercermin dalam bentuk pola DNA yang khusus bagi orang yang cenderung bunuh diri. Teori Yogacara cukup berhasil dalam menjelaskan pembentukan sifat kepribadian ditinjau dari dua aspek : (1) sifat dasar sejak lahir (nature) yang dikondisikan oleh benih karma dalam bentuk DNA ; (2) pengasuhan sejak kecil dan dibesarkan dalam lingkungan tertentu (nurture). Menurut *William S. Waldron*, nurture dan nature tidak boleh dibuat dikotomi, tapi saling mengkondisikan.

*Avatamsaka-sutra* menyebutkan bahwa ada 84.000 makhluk dalam mangkuk air yang dibawa oleh Buddha. Tentu saja hal itu tidak disadari seseorang hingga abad ke-17 saat *Anthoni van Leeuwenhoek* menemukan mikroskop.

#### 1.4.8. Matematika



Kitab Agama Buddha membahas tentang konsep ketakterhinggaan, angka nol, dan persamaan pangkat. Apa itu fenomena “tak terhingga”? Cobalah kita gambarkan suatu segi delapan, dan selanjutnya sebuah segi dua belas, segi dua puluh, dan seterusnya. Fenomena apakah yang kemudian kita lihat? Ternyata semakin banyak segi, bentuknya semakin mendekati lingkaran. Jadi suatu lingkaran dapat dikatakan sebagai suatu segi “tak terhingga” (8). Sebagai contoh lain, anda dapat menggambar lingkaran yang radiusnya semakin besar. Apa yang terjadi? Ternyata lengkungan lingkaran tersebut makin mendekati garis lurus jika radiusnya semakin diperbesar. Dengan demikian kita dapat mengatakan bahwa garis lurus adalah bagian dari suatu lingkaran yang mempunyai radius





tak terhingga” panjangnya. Demikianlah konsep mengenai ketakterhinggaan ini menjadi begitu penting, karena membawa kita pada hal-hal serta ide-ide yang tidak pernah kita pahami sebelumnya.

Kalau kita mempelajari sejarah matematika dan ilmu hitung, ternyata konsep mengenai ketakterhinggaan ini harus masuk ke dalam matematika semenjak abad ke-18, yang selanjutnya mendorong timbulnya ilmu hitung limit dan integral. Para ahli filsafat pada zaman kuno nampaknya menunjukkan ‘ketakutan’ atau ‘keengganan’ pada konsep mengenai ‘ketakterhinggaan’ ini.

Ahli Matematika China yang bernama **Cu Zhongzhi** (429-500M), telah berhasil menghitung nilai “pi” (...) secara akurat, dengan cara membagi-bagi sebuah lingkaran menjadi segmen-segmen yang semakin banyak untuk membandingkan panjang keliling lingkaran dengan garis tengahnya. Meskipun hal ini memberikan kesan seperti adanya konsep ketakterhinggaan, namun tetap saja Cu masih jauh dari memahami konsep tersebut.

Dalam agama Buddha, konsep ketakterhinggaan tertera dalam Avatamsaka-sutra bab 30, yang berjudul “Tak Dapat Dihitung”, yang mengandung Tanya jawab antara seorang Bodhisattwa bernama Raja Pikiran dengan Buddha. Ia bertanya kepada Buddha mengenai makna ketakterhinggaan, ketakterukuran, ketanpabatasan dan lain sebagainya. Singkat kata, Raja Pikiran bertanya kepada Buddha, “Bhagawa, para Buddha selalu mengatakan tentang angka-angka Yang tak terhitung, tanpa ukur, tanpa batas, tak dapat dibandingkan, tak terkira banyaknya, tak tercakup, tak terbayangkan, tak terukur, tak terkatakan, tak terhingga-apakah ini semuanya?

Sebagai jawaban atas pertanyaan-pertanyaan tersebut, Buddha membuat suatu persamaan matematis dengan sistem pangkat, pengalihan, dan penambahan pangkat. Buddha berkata, “sepuluh pangkat sepuluh dikalikan sepuluh pangkat sepuluh sama dengan sepuluh pangkat dua puluh;...” Untuk memudahkan pembaca mengikuti alur pemikiran Buddha, marilah kita mengikuti penjabaran matematika Buddha dengan angka. Buddha mengatakan :

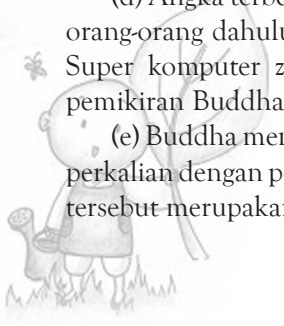
”1010 X 1010=1020 ; 1020 X 1020=1040;  
1040 X 1040=1080 ; 1080 X 1080=10160;  
10160 X 10160 = 10320; 10320 X 10320 = 10640;  
.....  
.....  
(1050.746.646.305.159.326.377.662.819.205.120)2  
10101.493.292.610.318.652.755.325.638.410.240 = A

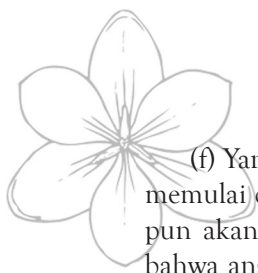
Menurut Buddha, dari hasil angka A, bisa didefinisikan konsep-konsep tak terhingga lainnya, seperti :

A2 = B = tak terhitung ;  
B4 = C = tanpa ukur ;  
C4 = D = tanpa batas ;  
D4 = E = tak dapat dibandingkan ;  
E4 = F = tak terkira banyaknya ;  
F4 = G = tak tercakup ;  
G4 = H = tak terbayangkan ;  
H4 = I = tak terukur ;  
I4 = J = tak terkatakan ;  
J4 = K = tak terhingga ;  
K X K X = L = tak terhingga pangkat dua.

Lalu apakah makna yang bisa dipetik dari semua angka-angka dan latihan yang diperlihatkan oleh Buddha kepada Bodhisattwa Raja Pikiran ? makna-makna yang bisa ditarik adalah sebagai berikut :

- (a) Buddha telah menggabungkan progresi arimatik dengan progresi geometric ;
- (b) Buddha telah memperlihatkan persamaan aljabar, yaitu dengan rumus  $10a \times 10b = 10(a+b)$  ;
- (c) Angka-angka yang diperlihatkan oleh Buddha merupakan angka deret hitung yang tertua di dunia ;
- (d) Angka terbesar adalah angka L, merupakan ekspresi angka tak terhingga yang tidak bisa dibayangkan oleh orang-orang dahulu maupun zaman sekarang. Cobalah anda hitung sendiri angka nol untuk angka computer. Super komputer zaman sekarang tidak bisa mengakomodasi angka L. Ini menunjukkan betapa hebatnya pemikiran Buddha terhadap angka-angka;
- (e) Buddha mengetahui bahwa cara tercepat untuk mendapatkan angka besar adalah dengan menggabungkan perkalian dengan perpangkatan. Bagi orang di zaman sekarang pengetahuan ini sangat biasa, namun pengetahuan tersebut merupakan hal yang luar biasa di masa ribuan tahun lalu;





(f) Yang sangat mengagumkan adalah bahwa Buddha telah mengenal konsep angka nol (0). Buddha sengaja memulai deret hitung tersebut dengan angka dasar 10. Buddha mengetahui bahwa angka 10 dipangkat berapa pun akan menghasilkan angka yang jumlah nolnya tergantung pada besar pangkatnya. Buddha mengetahui bahwa angka nol (0) bukan berarti tidak ada nilai, melainkan angka nol bisa menyebabkan munculnya angka besar bila digabungkan dengan angka bukan nol dan posisinya bukan di depan. Buddha telah mengetahui konsep angka nol jauh sebelum perkembangan peradaban di dunia barat mengenal konsep angka nol di bidang matematika pada abad ke-16. Hal ini benar-benar luar biasa, karena berarti Buddha adalah orang yang pertama menggunakan angka nol untuk memperlihatkan angka-angka yang besar.

Buddha mengajarkan kepada umat manusia: “Tidak ada apa-apa (ah-nate-sa).” Pernyataan ini digambarkan oleh Buddha dengan jari telunjuk dan jempol yang membuat sebuah lingkaran. Sungguh suatu kemiripan dengan lambang bilangan nol.

Menurut *Avatamsaka-sutra*, konsep ketakterhinggaan bisa dirumuskan dengan angka besar yang diturunkan dari perpangkatan dan perkalian. Ekspresi lain dari ketakterhinggaan dapat dijumpai dalam ungkapan yang sering dijumpai pada sutra-sutra Buddhis, seperti : “Bagaikan butiran pasir di Sungai Gangga.....” Jumlah dari pasir-pasir tersebut mewakili sesuatu yang tak terhingga.

Konsep mengenai ketakterhinggaan ini juga membawa pengaruh yang besar pada bidang kosmologi. Para ahli filsafat dan keagamaan pada zaman dahulu tidak dapat membayangkan ruang angkasa yang tak terhingga luasnya. Mereka membayangkan langit yang dihuni para dewa-dewa serta alam bawah yang merupakan neraka. Pandangan semacam itu merupakan suatu hal yang umum pada zaman kuno. Sedangkan dalam agama Buddha, kita membaca dari kitab *Sutra Intan* bahwa ruang angkasa adalah tak terbatas, [Buddha bertanya kepada Subhuti:] ‘subhuti, apakah ruang angkasa di sebelah selatan, barat, utara, atau ruang di antara di atas dan di bawah dapat diukur?’

[Subhuti menjawab :] ‘Tidak dapat, Bhagawa.’

Pada zaman modern, konsep ketakterhinggaan mendorong timbulnya ilmu hitung limit dan integral. Tanpa ilmu hitung integral, sulit bagi kita untuk menghitung misalnya kekuatan konstruksi bangunan, sehingga mustahil pada saat sekarang kita bisa melihat gedung-gedung pencakar langit. Juga tanpa ilmu hitung integral, mustahil pada saat sekarang kita dapat meluncurkan manusia ke bulan.

Ketakterhinggaan dapat pula berarti perjalanan ke dalam diri kita sendiri atau melambangkan kesunyataan itu sendiri. Berusaha menyelami kesunyataan atau ke-realitaan dari segala sesuatu (Tathata) adalah sama dengan menapaki jalan menuju Nirwana.

#### 1.4.9 Fisika

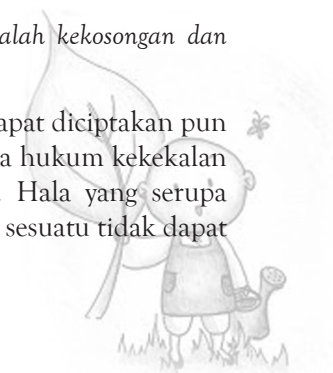
Salah satu Hukum dasar fisika adalah kesetaraan massa dan energi. Hukum ini menyatakan bahwa massa bisa ditransformasikan menjadi energi dan dari energi menjadi massa berdasarkan rumus terkenal **Albert Einstein**, yaitu  $E = mc^2$ . dikotomi massa dan energi adalah suatu kekeliruan. Selanjutnya teori-teori medan dari fisika modern memaksa kita untuk mengabaikan pembedaan klasik antara partikel material dan kekosongan. **Walter thirring** mengatakan: Medan selalu ada dimana-mana; medan tak bisa dihilangkan. Medan membawa seluruh fenomena material. Medan adalah ‘kekosongan’ yang darinya pohon menghasilkan pion. Mewujud dan musnahnya partikel-partikel hanyalah bentuk-bentuk gerak dari medan itu.

**Fritjof Capra** mengatakan: Vakum jauh berbeda dari sekadat kosong. Sebaliknya, vakum berisi tak terhingga banyaknya partikel yang tercipta dan musnah tanpa henti...Seperti kekosongan Timu, “vakum fisis” – sebagaimana biasa disebut dalam teori medan-bukanlah ketiadaan belaka, namun mengandung potensialitas untuk seluruh bentuk dari dunia partikel. Bentuk-bentuk ini bukanlah entitas fisis independent, namun hanyalah manifestasi sementara dari Kekosongan yang melandasinya.

Prinsip serupa tertera dalam kitab *Sutra Hati*,

Wujud tidak berbeda dari kekosongan dan kekosongan tidak berbeda dari wujud. Wujud adalah kekosongan dan kekosongan adalah wujud.

Dalam hukum termodinamika pertama berlaku kekekalan energi dimana energi tidak dapat diciptakan pun tak dapat dimusnahkan. Dengan adanya implikasi dari rumus Einstein yakni  $E = mc^2$ , maka hukum kekekalan massa dan hukum kekekalan energi digabung menjadi hukum kekekalan massa-energi. Hala yang serupa dikatakan dalam *Avatamsaka-sutra* bab 14, ‘segala sesuatu tidak dilahirkan/diciptakan, segala sesuatu tidak dapat dimusnahkan’.





Hukum aksi dan reaksi dalam ilmu fisika klasik dipahami dengan istilah lain dalam agama Buddha, yakni hukum sebab Akibat. SN.1.293 menyatakan,

Sebagaimana benih yang ditabur, itulah buah yang akan dituai; pembuat kebajikan akan menuai kebajikan, pembuat kejahatan akan menuai kejahatan.

Menurut agama Buddha, fenomena tidak lahir secara spontan, melainkan melalui proses penyatuan dan penggabungan aneka sebab-musabab dan kondisi-kondisi tertentu. Tidak mungkin bisa muncul buah tanpa benih dan kondisi-kondisi yang ideal.

Dalam *Avatamsaka-sutra bab 37* tercatat: Sebagaimana dengan miliaran planet, alam semesta tidaklah terbentuk hanya karena satu kondisi saja, tidak oleh [hanya] satu fenomena saja –alam semesta hanya dapat terbentuk oleh aneka sebab-musabab dan kondisi-kondisi yang tak terhitung.

Agama Buddha menyatakan bahwa segala fenomena mengalami transformasi. Oleh karena energi dan wujud tidak dualis, maka bisa terjadi transformasi wujud dan sebaliknya. Dengan kata lain, yang ada tidak bisa menjadi tidak ada; yang tidak ada tak bisa menjadi ada. Bila yang tidak ada bisa mendadak menjadi ada, maka ini merupakan prinsip spontanitas. Menurut agama Buddha, seandainya doktrin spontanitas diyakini betul adanya, maka dunia dapat menjadi kacau balau tanpa adanya hukum-hukum alam yang baku, seperti sekuntum bunga bisa mendadak muncul di tengah udara tanpa sebab. Oleh sebab itulah dalam agama Buddha istilah “penciptaan” (bentuk lain dari dari spontanitas) diganti dengan istilah “transformasi” atau juga disebut dengan “kelahiran yang bersifat ilusi”.

Dalam teori relativitas yang dirintis oleh **Albert Einstein**, ruang dan waktu kehilangan karakteristik absolutnya sebagaimana yang diajarkan dalam mekanika Newton. Einstein menunjukkan bahwa ruang dan waktu bisa didefinisikan hanya dalam kerangka relatif tergantung pada gerakan pengamat dan intensitas medan gravitasi di sekelilingnya. Di sekitar sebuah “lubang hitam”, satu detik bisa mengulur menjadi keabadian. Dimensi waktu dapat berjalan melambat atau bertambah cepat tergantung dari kecepatan sang pengamat serta kekuatan gravitasi. Berdasarkan teori tersebut, dimensi waktu kehilangan sifat universalnya. Apa yang bagi seorang pengamat merupakan “satu jam”, dapat dirasakan sebagai “satu tahun” menurut pengamat lainnya. Menurut Einstein, dimensi waktu tidak lagi tak terpisah dari alam sekitarnya, melainkan tergantung pada kecepatan gerak sang pengamat. Makin cepat sang pengamat bergerak, makin lambat waktu berjalan. Sebagai contoh kalau seseorang mengendarai pesawat ruang angkasa yang mempunyai kecepatan 87 % kecepatan cahaya, maka waktu akan melambat menjadi setengahnya. Artinya pertambahan umur seseorang telah melakukan perjalanan tersebut akan menjadi setengah kali lebih lambat dibandingkan dengan orang-orang yang ada di Bumi. Dengan demikian, orang-orang yang ada di bumi akan menjadi lebih cepat tua dibanding orang-orang yang melakukan perjalanan tersebut.

Agama Buddha juga tidak menerima konsep adanya waktu yang bersifat universal dan absolut. Menurutnya, dimensi waktu masih merupakan bagian dari kebenaran relatif fenomena dunia (sammutisacca). Dengan kata lain, dimensi waktu hanya bisa mempunyai makna di dalam alam relatif karena ia merupakan suatu proyeksi mental dari kesadaran pikiran yang bersifat diskriminatif; dimensi waktu adalah suatu ilusi yang diciptakan oleh pikiran. Dalam kitab *Atthasalini* dari Abhidhamma-pitaka dinyatakan: “Dengan dimensi waktu, orang suci melukiskan pikiran, dan dengan pikiran melukiskan waktu”.

**Bertrand Russel**, dalam bukunya yang berjudul *Our Knowledge of the External World*, mengatakan: “... kita tidak bisa memberikan apa yang disebut dengan tanggal-tanggal yang absolute, tetapi hanya untuk peristiwa tertentu yang terjadi pada waktu itu.” Kitab Buddhis berjudul *Atthasalini 58*, mengatakan: Waktu yang bersifat kronologis, yang ditunjukkan melalui referensi terhadap ini atau itu, semata-mata merupakan suatu ekspresi yang konvensional...Oleh karena ia tak mempunyai eksistensi dengan sendirinya, kita harus memahaminya sebagai sebuah konsep belaka.

Agama Buddha sendiri mendefinisikan waktu sebagai “sebuah pengukuran terhadap perubahan”. Kita dapat mengukur perubahan, baik perubahan fisik yang terlihat maupun perubahan yang diproyeksikan oleh mental kita. Terdapat aneka metode dalam mengukur perubahan dimana waktu hanyalah salah satu metode pengukuran perubahan yang timbul dari pikiran kita yang dualis. “Waktu” tidak boleh dikatakan sebagai tidak eksis meskipun ia merupakan suatu proyeksi mental, oleh karena ia dapat mempengaruhi kita dengan cara yang berbeda. Misalnya, saat kita sedang bersenang-senang, ‘waktu’ terasa berlalu begitu cepat. Tetapi ketika saat kita sedang gelisah menunggu sesuatu atau sedang mengalami siksaan batin, waktu sehari terasa sangat panjang. Dimensi waktu dipersepsikan dan di alami secara subjektif.



Subjektivitas persepsi tercermin dalam perbedaan para makhluk melihat dimensi waktu. Sebagai contoh, agama Buddha membagi alam kehidupan ini menjadi 31 kategori. Pada alam surga pertama misalnya, yaitu Alam Surga Caturmaharajika, satu hari sama dengan 50 tahun manusia, dimana dewa di sana hidup selama 500 tahun surga tersebut. Pada alam surga kedua yang disebut Tiga-Puluh -Tiga dewa (Tavatimsa), satu hari sama dengan 100 tahun manusia dimana mereka hidup selama 1.000 tahun surga tersebut. Pada alam surga Yama, satu hari sama dengan 200 tahun manusia dimana mereka hidup selama 2.000 tahun surganya; di surga ke-6, satu hari sama dengan 1.600 tahun manusia di mana mereka hidup sampai 16.000 tahun surga yang bersangkutan. Sementara itu di Surga brahma, kehidupan mereka jauh lebih lama lagi karena dimensi waktu yang memanjang secara geometric. Ini adalah penjabaran relativitas waktu dalam konsep Buddhis.

Menurut agama Buddha, dimensi waktu adalah ilusi yang tingkat keilusiannya tergantung pada proyeksi mental dan tingkat kesucian pikiran seseorang. Oleh karenanya, orang-orang suci dapat mengubah atau melepaskan diri dari kungkungan dimensi waktu, seperti yang dikatakan dalam *Vimalakirti-nirdesa-sutra bab 6*

...Boddhisatwa ini akan memperpanjang satu minggu menjadi satu kalpa...; Bodhisattwa ini akan memperpendek satu kalpa menjadi satu minggu...

Seperti halnya dalam agama Buddha, relativitas waktu mengajarkan bahwa ide tentang masa lalu dan masa depan hanyalah merupakan sebuah ilusi, dengan memperhatikan bahwa apa yang bagi kita merupakan masa depan mungkin saja merupakan masa lalu bagi orang kedua dan masa sekarang bagi orang ketiga-semuanya tergantung pada gerakan-gerakan relatif, “masa-masa” tidak berlalu melainkan tetap berada pada kedudukannya masing-masing.

Revolusi teori fisika selanjutnya setelah teori relativitas adalah teori kuantum, yang fondasinya diletakkan oleh **Max planck** (1858-1947) dan **Ernest Ruherford** (1871-1937), yang selanjutnya dikembangkan oleh **Neihl Bohr** (1885-1962) dengan penemuan model atom barunya. Kemudian fisikawan perancis Louis de broglie menemukan persamaan yang mengaitkan ciri gelombang dengan ciri partikel untuk sembarang benda kuantum ; artinya electron berpenampilan rangkap sebagai gelombang dan partikel sekaligus, Erwin Schrodinger (1887-1961) mengembangkan teori kuantum lebih lanjut dengan konsep gelombang berdiri dan menemukan rumus persamaan gelombang untuk meramalkan posisi electron dalam atom. Pada waktu hampir bersamaan Werner von Heisenberg (1901-1976) merumuskan metode untuk menebak posisi electron berdasarkan matriks. Rumusannya dikenal kemudian dengan istilah prinsip ketidakpastian Heisenberg. Dengan prinsip ini, sudah tidak mungkin lagi memastikan kedudukan maupun kecepatan partikel dengan ketelitian sempurna. Singkat kata, semakin banyak kita tahu dengan posisi electron, semakin tidak pasti dengan kecepatannya. Ciri utama dari rumusan Schrodinger maupun Heisenberg adalah bahwa segala hal adalah probabilitas karena tidak bisa diketahui secara pasti.

Salah satu konsep dari fisika kuantum adalah fenomena interpendensi dan interkoneksi, di mana seluruh fenomena pada dasarnya saling berkaitan; tidak ada satupun fenomena yang benar-benar dapat berdiri sendiri secara otonom dan memiliki substansi dasar. Menurut Bohr dan Heisenberg, tidak bisa lagi kita membicarakan tentang atom dan electron sebagai entitas nyata dengan atribut yang lengkap pendefisiannya, seperti halnya kecepatan dan posisi. Kita harus mempertimbangkan atom dan electron sebagai bagian dari sebuah dunia yang terdiri dari potensialitas dan bukan dari objek-objek.

Sebagai contoh, massa dan cahaya mempunyai keterkaitan yang erat. Mereka bisa saling bertukar atribut tergantung pada pengamat dan yang diamati (obyek). Sifat demikian tidak lagi unik, tetapi dualis dan komplementer. Suatu fenomena yang kita sebut ‘partikel’ menjadi sebuah gelombang ketika kita tidak sedang mengamatinya. Tetapi begitu kita melakukan pengukuran atau observasi, ia mulai nampak seperti sebuah partikel lagi. Realitas intrinsik sebuah partikel ataupun realitas yang dimiliki sebelum di amati, akan menjadi tak berarti karena kita tidak akan pernah dapat memahaminya. Hanya ketika sebuah pengukuran dilakukan baru sebuah fenomena kuantum menjadi “eksis”, suatu penemuan yang menantang asumsi bahwa dunia objektif semata-mata menunggu untuk ditemukan.

Konsep interpendensi atau hubungan saling ketergantungan antar fenomena di dunia ini menempati posisi yang sangat penting dalam agama Buddha. Konsep mengenai saling ketergantungan ini mirip dengan konsep ketidakterpisahan dalam fisika kuantum. Kedua konsep tersebut membawa kita pada pertanyaan yang mendasar tetapi sederhana: “Dapatkah sesuatu atau fenomena terjadi tanpa ketergantungan satu dengan yang lainnya?” Padanan kata untuk interpendensi dalam bahasa Sanskerta adalah *paticcasamupadda*, yang dapat dijelaskan dalam dua cara di bawah ini:







(a) hal ini terjadi karena hal itu, yang artinya bahwa sesuatu benar-benar terjadi, namun tidak mungkin terjadi dengan sendirinya; dengan demikian, doktrin spontanitas dipatahkan.

(b) Ini, setelah terjadi, menghasilkan itu, yang artinya bahwa tidak ada sesuatupun yang dapat menjadi musabab (kausa) bagi dirinya sendiri. Doktrin ini mematahkan konsep kausa prima (prime cause)

Kedua prinsip tersebut dijelaskan secara sistematis dalam *Sagaramati-pariprccha-sutra* dengan sebuah sajak sebagai berikut :

Para bijak telah memahami hubungan sebab musabab yang saling bergantung

Mereka tidaklah bertumpu pada pandangan ekstrem

Mereka mengetahui bahwa segala sesuatu mempunyai musabab dan kondisi

Dan tidak sesuatu pun yang tanpa musabab ataupun kondisi.

Dengan kata lain, segala fenomena saling berkaitan dan bergantung satu sama lain, baik secara langsung maupun tidak langsung. Dengan demikian, segala fenomena di dunia ini pasti memiliki hubungan dengan yang lainnya; tidak ada fenomena yang timbul secara terpisah dari fenomena-fenomena lainnya.

Tidak berbeda dengan agama Buddha, sains modern juga telah menemukan bahwa suatu realita tidak terpisahkan satu sama lain; mereka saling bergantung, baik pada tingkat subatomic (mikrokosmos) maupun makrokosmos. Hal ini didapatkan dari suatu percobaan pada tahun 1935 yang dilakukan oleh Einstein beserta dua rekannya dari Universitas Princeton, yaitu Boris Podolsky dan Nathan Rosen, dimana percobaan ini kemudian dinamakan EPR yang diambil dari nama belakang ketiganya.

Pada dasarnya, eksperimen tersebut menemukan bahwa cahaya (dan juga materi) mempunyai sifat ganda. Partikel-partikel yang kita sebut “foton” ataupun “electron”, serta partikel-partikel lainnya mempunyai sifat bagaikan dua sisi mata uang logam (pada buku *The Quantum and The Lotus* hlm. 65, disebut bagaikan Dewa Janus, yaitu nama salah satu dewa Romawi yang mempunyai dua wajah, satu menatap kedepan dan satunya lagi menatap ke belakang). Kadang-kadang mereka dapat bersifat seperti partikel dan kadang-kadang seperti gelombang. Seperti kedua sisi mata uang logam yang saling tergantung satu sama lain, demikian pula sifat-sifat tersebut. Tidak ada satu pun sisi yang dapat berdiri sendiri.

Sifat sebagai partikel atau gelombang tergantung dari sudut pandang sang pengamat. Jika kita berusaha untuk mengamatinya sebagai partikel, maka sebuah partikel akan muncul. Namun apabila kita tidak mencoba mengamatinya sebagai partikel, maka kondisinya akan tetap sebagai gelombang.

Ternyata hal tersebut tidak hanya terjadi pada tingkat subatomik saja, melainkan juga terjadi pada tingkatan makro. Sebagai contoh, pada tahun 1851, **Leon Foucault** mencoba membuktikan bahwa bumi berputar pada porosnya. Ia melakukan sebuah eksperimen dengan menggantungkan sebuah bandul pada Gedung Pantheon di Paris serta membiarkannya berayun kesana kemari. Pada mulanya pendulum berayun pada arah utara-selatan, namun kemudian keanehan segera terjadi dimana setelah beberapa waktu ayunan pendulum tersebut secara bertahap mulai merubah arahnya dan berayun pada sumbu timur-barat. Foucault menjelaskan bahwa hal tersebut disebabkan karena bumi berputar pada porosnya. Lebih lanjut ia mengemukakan bahwa sesungguhnya pendulum tersebut tidak sedikitpun merubah ayunannya, melainkan perputaran bumilah yang menyebabkan ia seolah-olah merubah arah ayunnya. Dengan demikian, Foucault telah berhasil membuktikan bahwa bumi berputar pada porosnya.

Namun sayangnya eksperimen tersebut masih kurang lengkap. Sesungguhnya suatu gerakan hanya dapat didefinisikan kalau kita mempunyai suatu titik referensi yang dianggap diam tak bergerak. Oleh karenanya, suatu gerak absolute sesungguhnya tidak pernah ada; yang ada adalah gerak relatif terhadap yang lainnya.

Sebagai contoh, waktu kita sedang mengendarai mobil dan melewati sebuah tiang listrik, maka kalau kita menganggap tiang listrik tersebut sebagai titik referensi yang diam, kita dapat mengatakan kita sedang “bergerak” menjauhi tiang listrik. Sebaliknya kalau kita menganggap diri kita sendiri sebagai titik referensi yang diam, maka kita dapat mengatakan bahwa tiang listrik yang sedang bergerak menjauhi kita. Kedua hal tersebut akan sama sahnyadi dalam sains. Dari sini kita dapat melihat bahwa fenomena-fenomena fisik adalah bergantung dari sang pengamatnya, yang merupakan salah satu pembuktian dari prinsip interdependensisegala sesuatu.

Pada tahun 1982, sebuah tim peneliti yang dilakukan oleh fisikawan Alain Aspect, Jean Dalibard, dan Gerard Roger dari Institute of Optics di University of Paris, melakukan suatu eksperimen dan menemukan bahwa dalam lingkungan tertentu, partikel-partikel subatomik seperti foton, mampu berkomunikasi satu sama lain dengan seketika tanpa tergantung pada jarak yang memisahkan mereka. Tidak ada bedanya apakah



mereka terpisah 10 kaki atau 10 milyar km. Entah bagaimana tampaknya setiap partikel selalu tahu apa yang dilakukan oleh partikel lain.

Ada dua opsi jawaban dari hasil eksperimen tersebut. Yang pertama penemuan itu melanggar prinsip Einstein yang membatasi komunikasi tidak lebih daripada kecepatan cahaya. Atau kemungkinan kedua adalah bahwa kaitan antara kedua foton bersifat non-lokal. Fisika modern cenderung memilih opsi kedua, yaitu kedua foton bersifat non-lokal, tanpa harus melanggar prinsip Einstein. Non-lokal maksudnya kelihatan terpisah, tapi secara fundamental terkoneksi satu sama lain. Pakar fisika teoritis dari University of London, David Bohm, yang merupakan seorang anak didik Albert Einstein dan salah satu fisikawan yang paling dihormati di dunia, yakin bahwa temuan Aspect menyiratkan bahwa realitas objektif itu tidak ada; bahwa sekalipun tampaknya pejal (padat), alam semesta ini pada dasarnya merupakan khayalan, maya, suatu hologram raksasa yang terperinci secara sempurna. Apa itu hologram? Hologram adalah sebuah gambaran 3-D yang diproyeksikan ke angkasa dengan bantuan laser. Pembahasan yang lebih mendalam tentang alam semesta yang bersifat maya dan seperti hologram itu diperoleh dari buku *The Holographic universe* karya Michalel Talbot.

Bohm yakin bahwa alasan mengapa partikel-partikel subatomik mampu berhubungan satu sama lain tanpa terpengaruh oleh jarak yang memisahkan mereka adalah bukan karena mereka mengirimkan isyarat bolak-balik, melainkan oleh karena keterpisahan mereka adalah ilusi. Bohm berkilah bahwa pada suatu tingkat realitas yang lebih dalam, partikel-partikel seperti itu bukanlah entitas-entitas individual, melainkan merupakan perpanjangan dari sesuatu yang esa dan fundamental.

Dalam dunia atomik dan subatomik, eksperimen-eksperimen sejenis EPR dan Alain Aspect telah menunjukkan kepada kita bahwa “realitas” adalah “tak terpisahkan”. Dua partikel cahaya yang telah berinteraksi satu sama lainnya, akan berlanjut beraksi sebagai bagian dari suatu realitas. Seberapapun jauh mereka berpisah, mereka selalu berkorelasi secara spontan tanpa adanya pertukaran informasi. Inilah salah satu prinsip lainnya dari interdependensi.

Secara teoritis, implikasi dari penemuan Aspect membuat kemahatahuan bisa dicapai manusia karena bila kita menembus kedalam pemahaman satu titik, berarti kita bisa menembus ke pemahaman seluruh titik di alam semesta. Namun ironisnya, kemahakuasaan tidak bisa digapai karena melakukan intervensi di satu titik berarti mengganggu titik-titik lainnya di semesta. Ini menguatkan doktrin agama Buddha yang mengatakan bahwa setiap makhluk bisa mencapai kebuddhaan yang bersifat mahatahu, tetapi tidak ada makhluk mahakuasaan yang bisa melakukan intervensi setiap saat tanpa mengganggu keseimbangan sistem interaksi energi karma.

Interdependensi dari segala fenomena bermakna bahwa tidak ada satu pun yang eksis secara inheren atau merupakan kausanya sendiri. Konsep ini mengajarkan kepad kita bahwa segala fenomena tidak bisa didefinisikan dalam paradigma absolut, tetapi hanya dalam hal keterkaitannya dengan sesuatu yang lain. Setiap fenomena tidak bisa berdiri sendiri.

Gagasan interdependensi ini menuntut kita langsung ke ide kekosongan yang bukan berarti “tiada apa pun”, melainkan ketiadaan eksistensi yang inhren. Oleh karena setiap hal adalah saling bergantung, maka tidak ada sesuatu yang bisa eksis secara inheren. Fisika kuantum memperkuat dugaan itu.

Konsep Buddhis tentang interdependensi adalah identik dengan kekosongan yang pada gilirannya juga akan identik dengan ketidakkekalan. Dunia adalah bagaikan sebuah aliran besar kejadian-kejadian dan arus-arus dinamis yang semuanya saling berkaitan dan selalu berinteraksi. Konsep perubahan terus-menerus ini sesuai dengan kosmologi modern. Pandangan mengenai surga yang tak berubah atau kekal dari Aristoteles dan alam semesta yang statik dari Newton sudah tidak berlaku lagi. Setiap benda adalah bergerak, berubah dan tidak kekal, termasuk galaksi-galaksi, bintang-bintang dan manusia.

Dalam prinsip interdependensi dan interkoneksi, meskipun segala fenomena saling berhubungan, masing-masing fenomena tetap mempertahankan karakteristiknya masing-masing dan tidak bercampur baur dengan yang lainnya – mereka tidak saling meniadakan atau menghalangi fenomena lainnya. Implikasinya adalah, suatu kejadian di satu titik mempunyai pengaruh terhadap kejadian di suatu titik yang terletak di “ujung” dunia semesta, namun masing-masing titik tersebut masih mempunyai corak dan kekhasan tersendiri. Avatamsaka-sutra secara gamblang dan eksplisit mengatakan,

Dalam cara yang sama, setiap objek di dunia tidak semata-mata berdiri sendiri, tetapi melibatkan



setiap objek lainnya dan, sesungguhnya, adalah segala sesuatu lainnya

Makna dari kutipan di atas adalah bahwa didalam suatu fenomena terkandung segala fenomena lainnya. Konsep terakhir ini disebut dengan prinsip interpenetrasi segala fenomena, termasuk di dalamnya interpenetrasi dimensi waktu dan ruang. Ini adalah fenomena yang paling sulit dicerna.

Sebagai contoh, misalnya saja kita melihat sepotong kemeja, lantas dapatkah kita melihat awan di dalam sepotong kemeja? Tentu banyak orang yang merasa bingung apabila ditanya masalah ini. Namun kalau kita merenungkan dari mana datangnya kemeja ini, kita akan mendapatkan jawabannya. Kemeja berasal dari pohon kapas yang mendapat sinar matahari dan hujan. Hujan itu sendiri dating dari awan. Setelah kapas yang sudah tumbuh diambil dan ditenun menjadi benang, kemudian benang dirajut menjadi kain, dan selanjutnya menjadi kemeja. Maka jelas kita dapat melihat sinar matahari dan awan serta hujan didalamnya. Ini adalah interpenetrasi fenomena. Di dalam sebuah fenomena terkandung fenomena lainnya yang berkaitan.

Prinsip interpenetrasi segala fenomena bisa ditemukan di beberapa sutra Buddhis, seperti Avatamsaka, Surangama, dan Vimalakirti-nirdesa. Prinsip interkoneksi dan interpenetrasi digambarkan secara menarik di Avatamsaka-sutra dengan sesuatu penggambaran yang dinamakan Jala Indra. Jala Indra adalah suatu jarring-jaring yang terdiri dari banyak permata dimana masing-masing permata memantulkan permata lainnya. Hal yang sama tertuang dalam Avatamsaka-sutra bab 39, yang mengisahkan tentang sebuah menara yang dilihat oleh Sudhana, seorang peziarah spiritual dalam naskah tersebut. Salah satu bagian di bab tersebut berbunyi sebagai berikut,

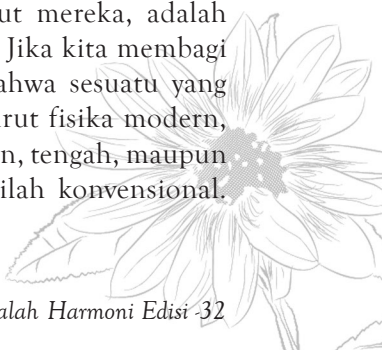
Ia melihat menara tersebut benar-benar luas dan lebar, seluas seluruh alam semesta, dihiasi dengan aneka perhiasan yang tak terhitung... Juga di dalam menara besar tersebut ia melihat barisan ratusan ribu menara yang serupa [dengannya], ia melihat menara tersebut sebagai tak terbatas luasnya bagaikan angkasa, berderet-deret pada seluruh penjuru, menara-menara ini tidak bercampur dengan yang lainnya, benar-benar berbeda satu dengan yang lainnya. Sementara keberadaan mereka saling tercermin pada masing-masing [menara] yang lainnya dan segala objek seluruh menara yang lainnya.

Prinsip interpenetrasi dimensi waktu tertuang dalam Avatamsaka-sutra dengan adanya tiga periode masa (dulu, sekarang, dan mendatang) yang dapat dikembangkan menjadi sepuluh waktu. Mereka terdiri dari:

- (c) Tiga waktu dari masa lalu yakni:
  - a) waktu lalu dari masa lalu;
  - b) waktu sekarang dari masa lalu;
  - c) waktu mendatang dari masa lalu.
- (d) Tiga waktu dari masa sekarang yakni:
  - a) waktu lalu dari masa sekarang;
  - b) waktu sekarang dari masa sekarang;
  - c) waktu mendatang dari masa sekarang.
- (e) Tiga waktu dari masa depan yakni:
  - a) waktu lalu dari masa depan;
  - b) waktu sekarang dari masa depan;
  - c) waktu mendatang dari masa depan.
- (f) Satu jenis waktu yang mengandung semua kesembilan waktu yang disebutkan diatas.

Menurut agama Buddha, kesepuluh waktu yang tertera dalam Avatamsaka itu pada hakikatnya juga merupakan ilusi dan kembali ke “tanpa masa”. Dimensi waktu “tanpa masa” mengandung sembilan dimensi waktu karena pada dasarnya dimensi waktu bersifat holistik, tidak dapat dipisahkan antara masa lalu, masa sekarang, dengan masa mendatang.

Para fisikawan kuantum juga berpandangan bahwa dimensi waktu memiliki hakikat yang tak dapat dibagi-bagi karena eksistensinya tidak hanya hadir pada saat sekarang saja. Menurut mereka, adalah mustahil untuk menandai awal, sedang berlangsungnya, atau akhir dari suatu periode. Jika kita membagi suatu periode menjadi bagian awal, tengah, dan akhir, maka akan menjadi jelas bahwa sesuatu yang merupakan “keseluruhan” tidak terdapat pada salah satu dari ketiga bagian ini. Menurut fisika modern, tidak bisa eksis suatu periode atau kurun waktu yang hadir terpisah dari bagian permulaan, tengah, maupun akhirnya. Oleh karenanya, “suatu periode atau kurun waktu” murni merupakan istilah konvensional.



Dimensi waktu, sebagaimana juga dimensi ruang, hadir hanya di dalam kaitannya dengan pengalaman kita. “Dimensi” adalah suatu konsep yang berhubungan dengan perubahan-perubahan yang dapat diamati oleh indra. Jadi jelas sekali bahwa tidak dapat dikatakan eksis di bagian awal, tengah, maupun akhirnya.

Lalu bagaimana dengan interpenetrasi dimensi ruang? Konsep interpenetrasi dimensi ruang disebutkan dalam beberapa kitab Buddhis, seperti dalam Vimalakirti-nirdesa-sutra bab 6 berjudul “Pembebasan yang Tak Terbayangkan”, yang mencatat bahwa dengan kekuatan batin Vimalakirti, sebuah ruangan kecil ditransformasikan menjadi dapat manampung 32.000 kursi singgasana setinggi 84.000 yojana yang didatangkan Vimalakirti dari dunia Buddha bernama Merudhvaja. Lebih lanjut sutra tersebut mengatakan,

Ruang tersebut mengandung semua 32.000 singgasana namun tidak saling menghalangi satu sama lain dan tidak merintang apa pun di kota Vaisali,... di mana segala sesuatu tetap tidak berubah seperti semula.

Ini adalah salah satu bentuk dari interpenetrasi dimensi ruang. Prinsip serupa tertuang dalam Avatamsaka-sutra bab 36,

Di dalam setiap atom tunggal, mereka melihat seluruh alam semesta.

Jika para makhluk mendengar hal ini, mereka akan gila karena kebingungan.

Demikian juga dalam Surangama-sutra bab 2 dinyatakan,

Dengan tubuh dan pikiran sempurna dan terang, Anda adalah mandala yang bergeming, di mana ujung sebuah bulu mampu secara meyeluruh mengandung daratan-daratan dari sepuluh penjuru.

Vimalakirti-nirdesa-sutra bab 6 mengatakan:

...pembebasan yang direalisasikan oleh semua Buddha dan Mahabodhisattwa adalah tak dapat dibayangkan. Bila seorang Bodhisattwa meraih pembebasan tersebut, dia mampu memasukkan Gunung Sumeru yang mahabesar ke dalam sebiji sawi yang tidak bertambah atau berkurang ukurannya... dan para dewa dari Surga Empat Dewa Raja (surga pertama) dan Trayastrimsaha (Tavatimsa, surga kedua) bahkan tidak menyadari mereka dimasukkan empat samudra besar dari Gunung Sumeru ke dalam sebuah pori-pori tanpa menyebabkan ketidaknyamanan pada ikan-ikan,... Sedangkan samudra tetap dalam keadaan sama dimana para naga, hantu, makhluk halus lainnya dan asura bahkan tidak menyadari bahwa mereka telah dipindahkan dan ditempatkan.

Lebih lanjut sutra tersebut menyatakan,;

... seorang Bodhisattwa agung yang telah meraih pembebasan yang tak terbayangkan mampu mengambil dan meletakkan di atas telapak tangan kanannya satu milyar dunia kecil seperti seorang pembuat tembikar memegang rodanya, melemparkannya jauh melampaui dunia-dunia sebanyak jumlah pasir di Sungai Gangga, kemudian mengambilnya kembali ke tempat semula sedangkan semua makhluk di dalamnya tidak menyadari mereka telah dilemparkan dan dikembalikan tanpa adanya perubahan pada dunia.

Dalam bab 6 dari Avatamsaka-sutra, bisa ditemukan banyak tempat yang menulis tentang interpenetrasi dimensi ruang, seperti kutipan di bawah ini,

Boddhisattwa mampu melatih perbuatan baik universal,  
Menjelajah tapak jalan sebanyak jumlah partikel atom di kosmos;  
Dalam setiap atom tersingkap daratan tak terhingga banyaknya,  
Murni dan besar seperti angkasa.

Mereka memanifestasikan kekuatan mistik seluas angkasa raya  
Dan pergi ke Boddhimanda di mana bersemayam para Buddha;  
Di atas tempat duduk teratai mereka menyingkapkan banyak wujud,  
Dalam setiap tubuh terkandung semua daratan-daratan.

Dalam setiap atom dari daratan-daratan di kosmos  
Terbentang samudra besar yang terdiri banyak dunia  
Awan para Buddh melingkupi seluruhnya,  
Memenuhi setiap tempat.

Daratan-daratan yang termanifestasi dalam sebuah atom  
Berasal dari kekuatan ajaib dari kekuatan tekad sumpah awal:  
Disesuaikan dengan aneka perbedaan dalam kecondongan pikiran



Semua bisa dibuat, di tengah-tengah angkasa.

Dalam semua atom-atom dari semua daratan  
Buddha memasuki, setiap dari mereka,  
Memunculkan pertunjukan ajaib untuk para makhluk:  
Demikianlah cara Wairocana.

Dalam setiap atom terdapat banyak samudra dunia-dunia,  
Lokasi mereka masing-masing berbeda, semua suci dalam keindahan;  
Demikianlah ketakterhinggaan memasuki ke setiap mereka,  
Namun masing-masing jelas berbeda, tanpa menghalangi.

Dalam setiap atom terdapat banyak Buddha yang tak terbayangkan  
Muncul di setiap tempat sesuai dengan pikiran makhluk,  
Sampai di setiap tempat di semua samudra dunia-dunia:  
Teknik inidari mereka adalah sama untuk semua.

Hiasan indah yang tak terhingga dari samudra dunia-dunia  
Semuanya memasuki sebuah atom;  
Demikianlah kekuatan mistik para Buddha  
Semuanya lahir dari sifat-dasar tindakan

Dalam setiap atom para Buddha dari semua masa  
Muncul, sesuai dengan kecenerungan;  
Sementara sifat-dasar esensial mereka tidak datang pun tidak pergi,

Dengan kekuatan tekad sumpah mereka meliputi dunia-dunia.  
Kombinasi interpenetrasi dimensi ruang dan dimensi waktu bisa ditemukan dalam dagian sutra yang sama, yakni Avatamsaka-sutra bab 6,

Dalam setitik waktu mereka menyingkap masa lalu, sekarang, dan masa mendatang,  
Di mana semua samudra daratan-daratan dibentuk.  
Buddha, dengan teknik yang cocok, memasuki mereka semuanya:  
Inilah yang Buddha Wairocana telah sucikan.

Kalpa masa lalu, masa mendatang, dan sekarang,  
Semua daratan di sepuluh penjuru,  
Dan segala hiasan yang di dalamnya,  
Semua muncul di setiap daratan.

Hiasan-hiasan dari semua kalpa  
Bisa muncul dalam satu kalpa;  
Atau hiasan-hiasan dari satu kalpa  
Bisa memasuki semua kalpa-kalpa tak terbatas.

Prinsip kuantum telah menjungkirbalikkan apa yang kita sebut dengan realitas. Seperti halnya dalam konsep Buddhis mengenai Samskara atau “kejadian”, mekanika kuantum telah secara radikal menisbikkan konsep kita mengenai sebuah objek dengan membuatnya di bawah “kekuasaan” kejadian (event). Ini adalah prinsip ketidakpastian dalam kuantum. Ketidakpastian kuantum membuat batasan yang ketat mengenai keakuratan kita dalam mengukur realitas. Dengan kata lain, akan selalu terdapat derajat ketidakpastiaan mengenai posisi maupun kecepatan dari sebuah partikel. Massa dan dimensi telah kehilangan substansinya karena realitas lebih ditentukan oleh “kejadian” daripada data parameter semata.

Sumber : *Kajian Tematis Agama Kristen dan Agama Buddha*; oleh Djoko Mulyono, Petrus Santoso dan Kristianto Liman, Freepress Publisher, 2008, hal. 670 – 718  
<http://cakrawala.blogspot.co.id/2011/06/ilmu-pengetahuan-teknologi.html>

# Semua Hanya Akan Menjadi Penyesalan

Written By Kebajikan (De 德)

Setelah melalui keributan yang sangat hebat sepasang suami isteri, datang menghadap kepada Master Zen untuk meminta pencerahan.

Sang Suami berkata, "Master, kami sudah lama menikah, anakpun sudah besar-besar, tetapi rumah tangga kami selalu dirundung masalah, keributan dan ketidakcocokan selalu terjadi setiap hari.

Saya sebagai suami ingin bercerai dengan isteri saya dan hendak mencari pasangan hidup yang baru, mohon pencerahan dari Master."

Sang Isteri tidak mau kalah berkata, "Master yang bijaksana, bagaimana saya tidak sabar, setiap hari perlakuan suami saya kasar, tidak peduli dengan anak-anak, saya dengan tulus mengurus semua keperluan rumah tangga, menyiapkan semuanya untuk suami dan anak-anak tercinta dengan penuh kesabaran, melayani suami tanpa pamrih, dan saya selalu setia menemani suami saya walau dengan air mata dan hati yang terluka setiap hari, kerana pada dasarnya ia tidak setia, maka pernah senang berada di rumah. Saya ingin bercerai, bagaimana pendapat Master?"

Master Zen berkata, "Apapun keputusan yang kalian ambil, **Semua Hanya Akan Menjadi Penyesalan**, Silakan pulang dengan Bahagia". Tetapi mereka tidak merasa puas dan berkata, "Mengapa demikian?"

Master Zen pun berkata, "Bila saya menyetujui kalian bercerai, maka kamu sebagai isteri akan menderita, setiap saat bermandikan air mata **Penyesalan** karena selama ini kalian telah hidup bersama dalam suka mau pun duka demi untuk membesarkan anak kalian dengan susah payah, hanya karena hal-hal Negatif yang selalu terlihat sehingga melupakan hal yang Positif dari suamimu kemudian bercerai dan harus menghadapi segala persoalan sendiri, mengerjakan semua sendiri, kamu hanya akan selalu menyalahkan diri sendiri.

Kamu selalu akan berpikir tentang semua kekuranganmu dan akan Menyesali perceraian ini, mengapa dahulu tidak mau berubah, mengapa tidak lebih sabar menghadapi suami dan memaafkan semua kesalahannya, mengapa tidak mencoba memperbaiki hubungan ini dan memberikan perhatian yang lebih kepadanya."

"Kamu sebagai suami, mungkin akan memperoleh kebahagiaan yang baru dengan pilihanmu sendiri, selama belum terjadi masalah baru, maka semua akan terlihat baik-baik saja, benarkah?

Semua kondisi kehidupan memiliki dua sisi positif dan negatif, begitu muncul persoalan-persoalan dalam hidupmu yang baru, apakah kau tetap akan merasa bahagia?

Apakah tidak akan muncul Penyesalan ? Mengapa telah mengecewakan orang yang kau telah nikahi dan menemanimu selama ini dan meninggalkan anak demi kepuasan sesaat, masalah yang sama akan kembali hadir dan masalahmu akan menjadi bertambah, kekecewaan dan penyesalahan akan muncul di hari tuamu, melihat sikap benci yang terpancar dari anak-anakmu terhadap kamu, Jadi Penyesalan pasti akan ada.

"Bila aku mencegah kalian untuk tidak **Bercerai**, maka Penyesalan pun akan ada, karena kalian akan pulang sekarang dan kemudian hari akan terulang semua hal yang sama. Kalian akan menyalahkan saya karena tidak mencegah kalian untuk bercerai, kalian tetap tidak akan puas, karena dalam pikiran kalian hanya ada **KATA CERAI**, tidak ada kata **BERUBAH** bahkan kata **CINTA** pun telah lenyap dari pikiran kalian dan yang pasti kalian tetap hidup dalam **KETIDAKPUASAN** dan tidak ada jalan keluarnya" jadi **"PULANGLAH DENGAN BAHAGIA!"**

Tapi coba kalian renungkanlah pesan ini : "Kebanyakan orang merasa **TIDAK PUAS** dengan apa yang telah **DIPILIHNYA**". "Ketika kalian telah memilih seseorang untuk menjadi pendamping hidup kalian, tentu akan melewati proses yang tidak mudah, bila semua berjalan baik-baik saja, hidup kalian akan bahagia, tetapi begitu muncul segala macam masalah, maka pikiran yang muncul adalah **SEANDAINYA....., SEHARUSNYA....., BILA PADA AWALNYA...** semua akan membawa ingatan kalian pada pilihan yang dulu telah tersedia.

Dan kalian akan menyalahkan keadaan, menyalahkan kondisi, menyalahkan diri sendiri. Mengapa ketika memilihnya tidak memilih yang satunya ?". "Sama seperti memilih membeli barang dari tersedianya pilihan, ketika kita mengambil keputusan untuk membelinya dan kemudian terjadi **KETIDAKPUASAN**,



maka kita akan segera berpikir, seandainya dulu saya memilih yang satunya.”

Padahal bila kita memilih pilihan yang lain itu sendiri, belum tentu juga bahagia, pasti akan kembali terulang hal yang sama, karena pada dasarnya sifat **KETIDAKPUASAN** itu selalu ada dalam pikiran kita.”

”Yang salah bukan pilihannya, yang salah adalah **PIKIRAN** dan **SIFAT** orang yang memilihnya, yang tidak pernah memiliki rasa **PUAS** dan **BERSYUKUR** dengan apa yang telah didapatkannya.

Dari pada memilih lagi, lebih baik menjaga apa yang telah ada, merawat yang telah terjalin dan memperbaiki sesuatu yang perlu diperbaiki.”. ”Jadi Pulanglah dengan **BAHAGIA**, **BERCERAILAH** dengan **BAHAGIA**, atau Kembalilah bersama-sama membina **RUMAH TANGGA YANG BAHAGIA**. Saranku **CARILAH KEBAHAGIAAN**, bukan **PENDERITAAN**.”

Semua kembali pada penilaian masing-masing, kebijaksanaan masing-masing, seorang Master Zen yang hebat sekalipun tidak dapat menentukan kebahagiaan anda, karena anda sendiri yang dapat membuat diri anda **BAHAGIA**. Semoga semua makhluk berbahagia selalu.

<http://kebajikandalamkehidupan.blogspot.sg/semua-hanya-akan-menjadi-penyelasan.html>



Aku adalah pemilik karmaku sendiri Pewaris karmaku sendiri  
Lahir dan karmaku sendiri Berhubungan dengan karmaku sendiri  
Terlindung oleh karmaku sendiri Apa pun karma yang kuperbuat  
Baik atau buruk Itulah yang akan kuwarisi.  
Hendaklah ini kerap kali direnungkan.



## 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](http://www.infobuddhis.com), E-mail: [info@infobuddhis.com](mailto:info@infobuddhis.com)

[www.InfoBuddhis.com](http://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](mailto:jj88_ng@yahoo.com)**





## MASIH TERPENJARAKAH KITA?

oleh UP Dharma Mitra (Peter Lim)

*“Di dunia ini, apabila seseorang dikuasai oleh keinginan kotor dan beracun, kesedihan niscaya berkembang bagaikan rumput birana, yang tumbuh subur karena tersirami air hujan” Tanha Vagga XXIV : 335.*

Penjara merupakan salah satu sarana (alat), untuk menghukum atau menyadarkan segelintir orang-orang, yang tindak tanduknya di luar dari jalur kebenaran. Di dalam penjara ini, nantinya para pelaku kejahatan, menerima sanksi (hukuman) yang disesuaikan dengan derajat kesalahan-kesalahan yang telah diperbuat. Yang pasti, di kondisi yang kurang menyenangkan ini, segala bentuk aktivitas jadi serba terbatas, keinginan-keinginan yang didambakan, juga tidak bisa dipenuhi dan di samping itu, apa yang telah direncanakan, tidaklah bisa direalisasikan. Itulah yang disebut dengan penjara duniawi. Singkatnya, sukkha (kebahagiaan) yang dirasakan, kadarnya jauh lebih sedikit dari pada dukkha (derita) yang diterima. Dan di luar dari penjara duniawi ini, masih terdapat lagi sebuah penjara, yang akibatnya jauh lebih dukkha (menderita). Akibatnya, bukan saja bisa dirasakan di kehidupan ini, tetapi juga kehidupan-kehidupan mendatang. Penjara tersebut dikenal dengan sebutan penjara bathin, yang terciptakan oleh kebodohan (moha) diri kita sendiri. Di dalam kitab suci Digha Nikaya III : 230 dan 276, Samyutta Nikaya V : 59 dan Vibhanga 374, disebutkan bahwa salah satu pencetus terbentuknya penjara batin ini adalah upadana (kemelekatan) diri kita akan keduniawian. Dan secara garis besarnya, upadana ini dapat dibagi atas 4 (empat) bagian besar, yang terdiri dari:

### **A. Kamupadana: kemelekatan akan nafsu indera.**

Menurut konsep Buddhis, setiap manusia memiliki 6 (enam) indera, yang terdiri dari :

- a. mata
- b. telinga
- c. hidung
- d. lidah
- e. jasmani(kulit) dan
- f. pikiran.

Yang dimaksudkan dengan kamupadana adalah timbulnya kemelekatan dan keinginan, untuk menguasai (memiliki) atau menghancurkan sesuatu dikala :

- g. melihat yang disukai atau tidak
- h. mendengar yang menyenangkan atau tidak
- i. mencium aroma yang wangi atau tidak
- j. mengecap yang enak atau tidak
- k. merasakan sentuhan yang lembut atau tidak
- l. berpikir yang indah atau tidak.

Terjadinya kemelekatan setelah adanya kontak antara indera dengan objek-objek (sasaran- sasaran) yang tersentuh, itulah penjara. Seseorang yang begitu melekat dengan apa yang dia inginkan, berhasil diraih atau tidak, suatu saat pasti akan menimbulkan derita. Mengapa...? Jika berhasil diraih, dia diharuskan mencurahkan perhatian, untuk merawat dan menjaganya. Dalam hal ini, apakah semua kondisi yang terdiri dari perpaduan unsur-unsur, kekal keberadaannya...? Benda apapun yang berada di sekitar kita, cepat maupun lambat, apakah dikehendaki atau tidak, pasti akan mengalami proses kehancuran. Jika proses kehancuran ini sampai terjadi sedangkan diri kita begitu terlekat olehnya, apakah yang bakal terjadi...? Tiada lain adalah dukkha (derita). Begitu juga sebaliknya, jika tidak berhasil mendapatkan, apa yang telah diidam-idamkan, derita lah yang dirasakan. Mengapa bisa demikian...? Karena kemelekatan yang demikian eratnya mencengkram bathinnya, akan selalu menimbulkan kecewaan, kesedihan dan kefrustasian. Oleh karena itu, agar nafsu indera tidak berkesempatan membelenggu bathin ini, tebaslah setiap wujud (bentuk) dari kemelekatan. Bagaimana caranya...? Caranya yaitu dengan menyadari sebaik-baiknya bahwa benda apapun yang terdapat di alam semesta ini, tidaklah kekal keberadaannya. Dapatpun belum tentu bahagia dan apalagi tidak dapat, logiskah kita terlekat olehnya...? Di dalam sabda-Nya Sang Buddha menyabdakan : **“Makhluk-makhluk yang terjerat pada keinginan, merontar-ronta seperti kelinci yang terperangkap oleh pemburu. Mereka yang terjerat dalam belenggu dan ikatan bathin, niscaya mengalami penderitaan berulang-ulang dalam jangka waktu yang lama”.**

Berdasarkan pada kesunyataan (kebenaran) ini, masih logiskah kita terbelenggu oleh nikmatnya ikatan ikatan duniawi...?



### **B. Ditthupadana : kemelekatan akan pandangan salah.**

Pandangan salah dalam hal ini adalah tidak bisa menerima atau mengerti, akan kebenaran kebenaran yang berlaku di alam semesta ini.

Kebenaran kebenaran tersebut, misalnya adalah :

- a. setiap perbuatan, pasti akan menimbulkan akibat
- b. benda apapun yang terdapat di alam semesta ini, tidaklah kekal keberadaannya
- c. perbuatan baik akan menimbulkan kebahagiaan dan yang jahat akan menghasilkan penderitaan.

Tidak sedikit dijumpai, yang hanya dikarenakan kesalahan pandangan hidup, seseorang enggan dan menolak, untuk mau berdana (beramal). Baginya, berdana itu adalah suatu perbuatan yang sia sia saja serta mubazir. Dan jika sakit, bukannya segera ke dokter, eeeh malahan ke orang orang yang bisa kesurupan. Dikarenakan pandangan salahnya, dia pun berkeyakinan bahwa orang orang yang bisa kesurupan adalah orang orang yang hebat, pilihan dan suci. Apakah benar demikian...? Didalam konsep Buddhis ditegaskan, bahwa seseorang yang mengalami kesurupan atau tubuhnya bisa disusupi oleh makhluk makhluk dari alam halus, tidaklah terlepas karena sati (kesadaran) nya sangat lemah sekali. Sati (kesadaran) ini, istilah awamnya dikenal dengan sebutan roh atau arwah. Mengapa sati (kesadaran) ini bisa melemah....? Faktornya adalah :

d. kekuatan kebajikan yang dimiliki telah mulai berkurang, yang bisa saja dikarenakan tidak pernah berbuat

baik atau suka melakukan perbuatan perbuatan jahat .

e. suka memakan atau meminum, sesuatu yang mana bisa menyebabkan hilangnya kesadaran/menimbulkannya

ketagihan (kecanduan), misalnya : jenis jenis obat penenang (morphin, ganja, ekstasi atau minuman

man berkadar alkohol tinggi).

Berdasarkan pada fakta kebenaran ini maka bagi seseorang yang tubuhnya, bisa disusupi oleh makhluk makhluk dari alam halus, tidaklah akan bisa meraih proses kesucian di kehidupan ini. Singkatnya, orang orang yang tubuhnya bisa disusupi oleh makhluk makhluk dari alam halus adalah jenis orang orang yang pantas dikasihani. Hingga saat ini, bagi anggota Sangha (persaudaraan para bhikkhu/ni) yang **“vinaya : peraturan peraturan yang dipedomani”** nya terawat dengan baik, tidak akan ada peluang sedikitpun bagi makhluk makhluk dari alam halus, untuk bisa (mampu) menyusupi tubuh (jasmani) mereka. Selanjutnya, pandangan salah yang cukup dominan kita dengar adalah **“orang baik, pada umumnya lebih menderita dari pada orang jahat”**.

Didalam kitab suci Anguttara Nikaya I : 227, Sang Buddha menyabdakan : **“Sesuai dengan benih yang telah ditabur, demikianlah buah yang akan dipetik. Pembuat kebajikan akan mendapat kebajikan (kebahagiaan) dan pembuat kejahatan akan memetik kejahatan (penderitaan) pula. Tertaburlah olehmu biji biji dan engkau pula yang akan merasakan buah buah dari padanya.”** Berdasarkan pada sabda Sang Buddha ini, tidaklah mungkin perbuatan baik akan menimbulkan penderitaan, sedangkan perbuatan jahat mengakibatkan kebahagiaan. Kalau disaat berbuat jahat, seseorang kelihatannya berbahagia, semuanya bisa saja terjadi, tidaklah terlepas karena:

f. dia lagi menikmati hasil dari karma (perbuatan) baik, yg pernah diperbuat dimasa sebelumnya.

g. bisa saja luarnya kelihatan bahagia, tetapi dalamnya siapa tahu....?

Sesuai dengan konsep hukum karma, apapun yg diperbuat maka itulah yang akan dipetik (diterima) hasilnya. Menanam jambu maka jambulah yg akan dipanen, dan tidaklah mungkin menghasilkan kelapa. Dan siapapun yg menyemai kejahatan, pasti akan dicengkram oleh kekecewaan, ketakutan dan kecemasan. Mungkinkah kondisi kondisi ini menimbulkan kebahagiaan.....? Selanjutnya, di dalam agama Buddha ditegaskan pula bahwa kebahagiaan itu, bukan hanya bisa dinikmati di alam manusia tetapi juga di alam Dewa, Brahma atau Nibbana (Nirvana). Setiap makhluk yang terlahirkan (berada) di salah satu dari 31 alam kehidupan adalah disesuaikan dengan kekuatan dari karma (perbuatan) yang dimiliki. Kalau kuantitas (jumlah) karma (perbuatan) nya, tidak sesuai lagi di alam manusia, apakah di inginkan atau tidak, maka dia diharuskan pindah ke alam lain, yang disesuaikan dengan kekuatan dari karma (perbuatan) yg dimiliki. Ibarat memiliki uang yang jumlahnya hanya 50 juta maka rumah yang didiami, bentuknya adalah sederhana. Tetapi jika suatu saat, uangnya telah mencapai ratusan juta maka kondisi

ini, akan membuat dirinya mencari rumah yang jauh lebih indah dan mewah, dari yang sebelumnya. Jadi bisa disimpulkan, bahwa kematian di usia yang dini dikala berbuat baik, akan membuka peluang bagi diri seseorang, untuk terlahirkan di alam yang lebih baik, dibandingkan yang sebelumnya. Didalam sabdaNya, Sang Buddha menyabdakan bahwa lebih baik hidup sehari, yang dipenuhi dengan kebajikan, daripada hidup ratusan tahun lamanya, yang dicengkram oleh kejahatan. Hidup yang senantiasa dipenuhi oleh kejahatan, akan menjerumuskan diri seseorang ke lautan “*samsara : kelahiran dan kematian*”, yang tiada akhirnya. “*Selama perbuatan jahat belum menghasilkan buah, orang sesat menganggapnya manis seperti madu. Tatkala perbuatan itu menghasilkan buah, ia niscaya mengalami penderitaan*” Bala Vagga V : 69. Jadi, berdasarkan pada fakta kebenaran ini, perbuatlah kebajikan sedini mungkin dan yakinilah dengan sebaik baiknya, bahwa kematian itu bukanlah suatu hal yang menakutkan atau merupakan jalur yang akan menuntun kita, untuk terlahirkan di alam derita.

### **C. Silabbatupadana : kemelekatan akan upacara upacara.**

Yang dimaksud dengan silabbatupadana adalah suatu pandangan salah, yang meyakini bahwa dengan hanya memberikan (meletakkan) persembahan persembahan (sajian sajian), di altar suci Para Buddha, Bodhisattva dan Dewa, akan bisa mendapatkan pahala pahala atau berkah berkah. Dan yang lebih fatal lagi adalah mempersembahkan daging dagingan (sebagai hasil dari pengorbanan makhluk hidup) di altar suci Para Buddha, Bodhisattva dan Dewa. Apakah hal ini pantas atau logis dilakukan...? Di dalam kitab suci ditegaskan bahwa salah satu syarat utama, agar kita bisa terlahirkan /mendiami alam “*suggati : bahagia*” adalah dengan mengembangkan “*metta : cinta kasih universal*”, yang mengharamkan segala bentuk kebrutalan, kekejaman, kesadisan dan pembunuhan. Tanpa adanya pengembangan cinta kasih yang sifatnya universal, maka alam “*suggati : bahagia*”, tidaklah mungkin bisa dicapai atau kesucian akan jauh keberadaannya. Cara yang terbijaksana menghaturkan persembahan persembahan di altar suci Para Buddha, Bodhisattva dan Dewa adalah dalam bentuk sayur sayuran atau buah buahan. Logikanya, jika persembahan daging dagingan rutin dihaturkan maka yang namanya makhluk makhluk suci, akan segera kabur dari tempat tersebut dan tidaklah mungkin sanggup bertahan untuk jangka waktu yang lama, ditempat itu lagi. Dan tidak tertutup kemungkinan, tempat tersebut akan dipenuhi (diisi) oleh makhluk makhluk, yang kesadarannya jauh lebih rendah daripada manusia. Makhluk makhluk yang kesadarannya di bawah alam manusia adalah peta (setan), asura (rakasa/jin), niraya (neraka) dan tiracchana (hewan). Sedangkan makhluk makhluk yang kesadarannya, di atas alam manusia (makhluk makhluk suci) adalah para Buddha, Arahata, Bodhisattva, Brahma dan Dewa. Jadi, persembahan persembahan (sajian sajian) dalam bentuk apapun (daging dagingan, sayur sayuran atau buah buahan), yang diiringi dengan sejumlah pengharapan pengharapan, mis : ingin mendapatkan kekayaan, jodoh, kekuasaan atau kesucian adalah merupakan pandangan yang salah. Semuanya itu adalah wujud dari pengharapan yang sia sia saja. Didalam agama Buddha, terdapat 4 (empat) jenis persembahan wajib, yang selalu dihaturkan, di altar suci Para Buddha, Bodhisattva dan Dewa. Ke empat persembahan wajib tersebut adalah:

- a. air yang melambangkan kerendahan hati atau kesucian (menyucikan “*kilesa kilesa : kekotoran kekotoran batin*” dari kegelapan ke jalur yang terang)
- b. lilin yang melambangkan penerangan
- c. bunga yang melambangkan ketidak-kekalan dan
- d. dupa yang melambangkan harumnya kebajikan yang diperbuat.

Dari ke empat persembahan wajib yang tertera di atas, tidak satupun yang bermakna atau mengandung unsur meminta (bagaikan pengemis) atau mendambakan hal hal yang diluar dari kelogikaan. Makna sesungguhnya dari persembahan, yang dihaturkan di altar suci Para Buddha, Bodhisattva dan Dewa adalah untuk mengikis kesombongan diri, dengan menyadari bahwa segala sesuatunya, tidaklah kekal keberadaannya. Oleh karena itu, tidak ada satu kelebihan pun, yang pantas disombongkan ! Disamping itu, jadilah pelita di dalam kehidupan ini, yang mana bisa menuntun atau menerangi siapapun juga, agar terbebas dari aneka bentuk kejahatan, melalui banyaknya kebajikan yang diperbuat. Persembahan (sajian) apapun yang dihaturkan, di altar suci Para Buddha, Bodhisattva dan Dewa, yang perlu direnungkan adalah

- e. janganlah dari hasil pembunuhan
- f. janganlah sampai terdapat unsur barternya. Misalnya dengan mengutarakan “ “JIKA PERMINTAANKUTERKABULKAN MAKA AKAN KUPERSEM-BAH-KAN, YANG LEBIH LUAR BIASA LAGI !”, ini adalah salah satu contoh dari ungkapan (janji) yang sangat salah, yang tidak sesuai dengan konsep Buddhis !

- g. jadikanlah persembahan tersebut, hanya sebagai wujud rasa terima kasih (katannukatavedi) dan mengurangi ke EGOIS an serta meningkatkan tekad untuk menimbun kebajikan sedini mungkin.

***“Orang tersucikan, bukanlah karena kelahiran (keturunan) atau harta benda, melainkan perbuatan, pengetahuan, dharma (kebenaran), kesilaan (moral yang baik) dan penghidupan yang luhur ,”*** Samyutta Nikaya, Sagathavagga 147.

#### ***D. Attavadupadana : kemelekatan akan ke egois an***

***“Semakin banyak yang diketahui maka akan semakin banyak pula, yang tidak diketahui “.*** Dari pribahasa yang singkat ini, bisa ditarik suatu kesimpulan bahwa, tidak ada seorangpun yang serba tahu atau sempurna, di dalam kehidupan ini. Dan berdasarkan pada kebenaran ini, pantaskah kita melekat dengan ke EGOIS an diri...? Terlahir kaya, pintar, berkuasa, sehat dan lain sebagainya, pantaskah dilekati atau disombongkan...? Tanpa adanya dukungan atau timbunan karma (perbuatan) baik, yang telah disemai di kehidupan kehidupan sebelumnya, tidaklah mungkin kita bisa menikmati kelebihan kelebihan disaat ini. Mengapa ke EGOIS an bisa timbul....? Ke EGOIS an bisa timbul, umumnya karena adanya kebanggaan yang berlebihan atas kelebihan kelebihan yang telah dimiliki, misalnya terlahir kaya, pintar, cantik dan berkuasa. Menyombongkan kelebihan kelebihan yang telah dimiliki, cepat maupun lambat, akan menuntun seseorang ke liang derita.

Fakta telah membuktikan bahwa orang yang ke EGOIS an sangat menonjol, akan mudah sekali mengalami frustrasi, kecewa dan patah semangat. Kalau kaya, dia hanya akan memanfaatkan kekayaannya, untuk melampiaskan kepuasan dirinya semata mata. Dan dengan kepintarannya, dia selalu memperdaya pihak lain. Kerupawanan yang dimiliki, hanya dimanfaatkannya untuk menghancurkan pihak lain dan jika berkuasa, otoriternya luar biasa, siapa yang menentang maka akan langsung disingkirkan. Di akhirnya, apakah yang akan terjadi....? Tiada lain yang akan dia rasakan, selain dari pada penderitaan. Jadi, attavadupadana dalam kondisi dan keadaan yang bagaimanapun juga, tidaklah akan memberikan dampak yang positif, disamping menimbulkan penderitaan yang berlarut larut. Oleh karena itu, agar terbebas dari kondisi yang tidak baik ini, sadarilah dengan sebaik baiknya bahwa kemelekatan akan apapun juga (termasuk diri sendiri) adalah derita. ***“Kamehilokamhi na hatthi titti : di dunia ini, tidak ada kepuasan dalam penikmatan nafsu inderawi “,*** Majjhima Nikaya, Majjhima pannasaka 451.

#### ***Kesimpulan***

Setelah beragama Buddha sekian tahun lamanya dan belum juga merasakan kebahagiaan yang sesungguhnya, mengapakah kondisi ini bisa terjadi....? Kondisi ini bisa terjadi, tidaklah terlepas karena bathin kita masih terpenjara. Terpenjara dalam hal ini, maknanya adalah terbelenggu atau buta sama sekali, akan fakta fakta kebenaran. Yang benar bisa saja dikatakan salah dan yang salah dikatakan benar. Bagaikan si buta yang jalannya meraba raba dan pasti cenderung melakukan kesalahan kesalahan, itulah gambaran yang sesungguhnya, bagi seseorang yang bathinnya terpenjara. Penjara bathin yang membuat diri kita menderita, pada umumnya adalah:

##### ***a. Kamupadana : kemelekatan akan nafsu indera.***

Adanya keinginan untuk mau memiliki (menguasai) atau menghancurkan dikala melihat, mendengar, membaui, mengecap, merasa dan berpikir, itulah kemelekatan akan nafsu indera, yang pasti berdampak negatif (penderitaan). Tetapi jika kita bisa mengontrol diri agar indera kita, tidak sampai terlekat oleh objek objek (sasaran sasaran) yang tersentuh, maka yang namanya “dukkha : derita”, tidak akan berkesempatan lagi mendera bathin kita.

##### ***b. Ditthupadana : kemelekatan akan pandangan salah.***

Agar ditthupadana ini bisa dihindari, milikilah sedini mungkin makna dari kebenaran, dengan mau mempelajari, menyelami dan mengamalkan dharma (kebenaran) di setiap derap langkah yang akan dilalui. Umat Buddha yang telah mengenal Buddha Dharma, tidak akan mencari hal hal yang aneh jika sakit. Dia tidak akan mencari dukun atau orang yang bisa kesurupan, untuk menangani sakitnya. Pilihan utamanya, hanya kepada seorang dokter dan memakan obat yang telah diresepkan. Dan jika ingin berlindung maka perlindungannya, hanyalah kepada Sang Tri Ratna (Sang Buddha, Dharma dan Sangha) serta para Bodhisattva Mahasattva lainnya. Dia tidak akan mencari perlindungan, yang diluar dari kelogikaan, misalnya pada benda benda keramat, dukun dukun atau orang orang yang katanya sakti, yang mana bisa kesurupan ini dan itu.

**c. Silabbatupadana : kemelekatan akan upacara-upacara.**

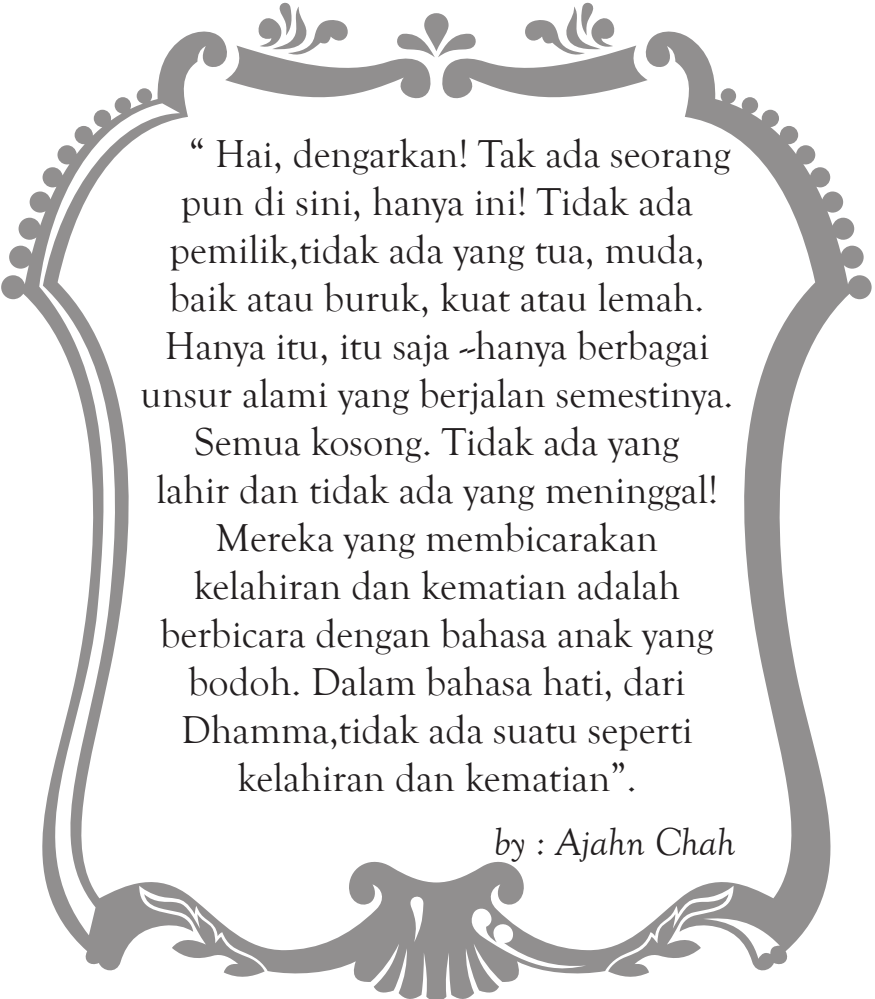
Agar terbebas dari kondisi yang salah ini, yakinilah terlebih dahulu dengan sebaik-baiknya, bahwa persembahan persembahan (sajian-sajian) yang dihaturkan di hadapan altar suci Para Buddha, Bodhisattva dan Dewa, bukanlah untuk mendapatkan ini dan itu, di kemudian hari. Di samping itu, persembahan-persembahan yang diberikan, janganlah sampai terdapat unsur pembunuhan (mis. : daging-dagingan). Persembahan-persembahan yang sepantasnya dihaturkan di altar suci Para Buddha, Bodhisattva dan Dewa adalah dupa (melambangkan harumnya kebajikan), lilin (melambangkan penerangan ke jalur yang benar), bunga (melambangkan ketidak-kekalan), air (melambangkan kerendahan hati/kesucian), buah-buahan (melambangkan buah-buah karma (perbuatan) yang baik) dan lain sebagainya. Pada prinsipnya, persembahan-persembahan yang dihaturkan di altar suci Para Buddha, Bodhisattva dan Dewa adalah untuk memotivasi dan menyadarkan diri kita, agar senantiasa mau berbuat dan berlaku, yang baik-baik.

**d. Attavadupadana : kemelekatan akan ke egois an.**

Agar terbebas dari kondisi ini, sadarilah dengan sebaik-baiknya bahwa tiada suatu makhluk pun, yang belum mencapai kesucian, yang lahir sempurna di alam semesta ini dan juga tiada satupun kelebihan kelebihan yang telah dimiliki, pantas dan logis disombongkan. Mengapa.....? Semuanya tidaklah kekal keberadaannya dan suatu hari kelak, apakah diinginkan atau tidak, pasti (harus) ditinggalkan.

Semoga dengan terbebasnya diri kita dari penjara bathin ini, hidup yang terjalani penuh dengan hal-hal yang baik, bermanfaat bagi diri sendiri dan makhluk lain. Sabbe satta sabba dukkha pamuccantu - sabbe satta bhavantu sukhitata : Semoga semua makhluk terbebaskan dari derita dan semoga semuanya senantiasa berbahagia.....sadhu,....sadhu,....sadhu,.....

[http://cahayakebahagiaan.tripod.com/masih\\_terpenjarakah\\_kita.html](http://cahayakebahagiaan.tripod.com/masih_terpenjarakah_kita.html)



“ Hai, dengarkan! Tak ada seorang pun di sini, hanya ini! Tidak ada pemilik,tidak ada yang tua, muda, baik atau buruk, kuat atau lemah. Hanya itu, itu saja ~hanya berbagai unsur alami yang berjalan semestinya. Semua kosong. Tidak ada yang lahir dan tidak ada yang meninggal! Mereka yang membicarakan kelahiran dan kematian adalah berbicara dengan bahasa anak yang bodoh. Dalam bahasa hati, dari Dhamma,tidak ada suatu seperti kelahiran dan kematian”.

by : Ajahn Chah



## 8 TIP SUKSES PEBISNIS SOSIAL

Melakukan aktivitas sosial tak melulu mendatangi panti asuhan, mengunjungi panti jompo, atau memberi makan anak jalanan. Aktivitas sosial juga bisa dilakukan sambil berbisnis, sehingga tujuan sosial tercapai dan keuntungan finansial diperoleh. Bagaimana caranya?



Rhenald Kasali, Guru Besar Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia yang juga merupakan pendiri Rumah Perubahan, berbagi tip menjadi pebisnis sosial sukses, dalam seminar LA Inspiraction di UOB Plaza, Jakarta.

Menurut Rhenald, ciri seorang pebisnis sosial yang sukses adalah memiliki pemikiran dan tindakan yang ‘tak masuk akal’. Berikut adalah alasan mengapa pebisnis sosial melakukan aktivitas yang dianggap tak masuk akal:

### **Pendobrak inovasi**

Pebisnis sosial umumnya adalah pendobrak inovasi, karena mereka memiliki inovasi-inovasi yang kadang tak terpikirkan oleh pebisnis pada umumnya. Bahkan, inovasi yang mereka lakukan sebelumnya dianggap sebagai sesuatu yang tidak menguntungkan. Contohnya Steve Jobs saat membuat inovasi iPad. Awalnya iPad dianggap tidak menguntungkan, sehingga para investor meninggalkan Apple. Tapi sekarang, siapa yang tak kenal iPad?

### **Bekerja dengan Emosi**

Pebisnis sosial biasanya bekerja dengan penuh emosi. Bukan berarti marah, melainkan menyerahkan seluruh perasaannya, hatinya, jiwanya, terhadap bisnis yang dijalaninya. Bukan keuntungan finansial yang dicari, melainkan bagaimana agar bisnisnya bisa berguna bagi orang lain, minimal di sekitar tempat usaha tersebut dibangun.

### **‘Peramal’ masa depan**

Pebisnis sosial yang sukses selalu berpikir bahwa mereka tahu masa depan. Mereka seolah-olah mengerti bahwa keadaan suatu wilayah akan berubah menjadi lebih baik jika berada di tangan mereka.

### **Mencari celah yang tak biasa**

Pebisnis sosial yang sukses biasanya melakukan aktivitas bisnis dalam kegiatan yang kerap dianggap tidak menguntungkan di kacamata pebisnis lain. Misalnya berinisiatif membuat usaha kedai balita, yakni kedai keliling yang menunya khusus untuk anak balita.

Sekilas tampak tidak menguntungkan, namun di daerah perkotaan, di mana para ibu sibuk berkarier, kedai balita ini ternyata sangat membantu para ibu bekerja, sehingga sangat menguntungkan. Ia juga bisa membuat semacam franchise kecil-kecilan, yang penjualnya bisa direkrut dari warga sekitar yang membutuhkan pekerjaan.

### **Mengabaikan bukti-bukti**

Seorang pebisnis sosial yang sukses adalah orang yang mengabaikan bukti-bukti yang sudah ada. Misalnya, sudah diketahui bahwa di atas kertas suatu bisnis betul-betul tidak menguntungkan. Pebisnis sosial akan mengabaikan bukti-bukti itu dan membuat bukti baru bahwa ia bisa mencetak keuntungan dengan cara sosialnya.

### **Menolak Disebut Superhero**

Meskipun pebisnis sosial merupakan orang yang lebih mengutamakan ‘membantu orang lain’ dan mengubah keadaan menjadi lebih baik, namun mereka yang sukses biasanya menolak disebut sebagai pahlawan hebat (superhero). Apa yang dilakukannya murni untuk membantu orang lain. Berguna bagi orang lain dan mampu mengubah keadaan menjadi lebih baik, sudah menjadi kepuasan tersendiri bagi sang pebisnis sosial ini.



### **Sangat ambisius**

Pebisnis sosial yang sukses merupakan orang-orang yang sangat ambisius. Bukan ambisius untuk memperkaya dirinya sendiri, tetapi ambisius untuk mengubah sesuatu menjadi lebih baik. Ia ingin mematahkan segala mitos dan membuat fakta baru yang bisa diterima oleh orang lain.

### **Sosok yang tidak masuk akal**

Pebisnis sosial yang sukses memiliki karakter yang kadang tak masuk akal. Mereka bukan orang normal yang mampu menerima keadaan begitu saja. Di benaknya akan selalu muncul inovasi dan keinginan untuk mengubah sesuatu, meski membutuhkan waktu belasan hingga puluhan tahun untuk memetik hasil yang optimal.

Tenni Purwanti

<http://www.pesona.co.id/8.tip.sukses.pebisnis.sosial>



## MENCINTAI & DICINTAI DALAM BUDAYA VALENTINE'S DAY..!

Tanggal 14 akan segera tiba, dan seperti tahun-tahun sebelumnya diseluruh dunia entah di belahan benua manapun semua orang terutama muda -mudi, ABG, orang tua dan bahkan anak-anak akan merayakan hari kasih sayang atau Valentine's Day meskipun sebenarnya banyak dari kita yang tidak mengetahui dengan pasti mengapa harus merayakan hari tersebut dengan gembira, penuh kemesraan dan kalau perlu dalam suasana yang romantis bagi pasangan yang sedang dimabuk cinta. Pada hari kasih sayang ini banyak juga pemuda atau pria yang mengambil kesempatan untuk “nembak” (menyatakan isi hatinya) atau menyatakan cintanya kepada pemudi atau wanita yang dicintai dan sedang dikejar-kejanya.

Perayaan Valentine's Day di negara-negara barat merupakan salah satu perayaan yang terbesar setelah Natal terutama dalam pengiriman Kartu ucapan, termasuk juga kado atau hadiah. Valentine's Day identik dengan coklat, setangkai bunga mawar warna merah atau pink, dan segala sesuatu yang berhubungan dengan Valentine's day identik dengan warna pink. Perayaan hari kasih sayang selalu juga menjadi ajang bisnis yang menguntungkan bagi para pengusaha, baik krisis atau tidak krisis, karena toh untuk orang yang kita sayangi, pada hari yang sakral seperti ini apapun akan dilakukan, kalau perlu dengan menunda

### Sejarah Hari Valentine

Asal mula hari Valentine tercipta pada jaman kerajaan Romawi. Menurut adat Romawi, 14 Februari adalah hari untuk menghormati Juno. Ia adalah ratu para dewa dewi Romawi. Rakyat Romawi juga menyebutnya sebagai dewi pernikahan. Di hari berikutnya, 15 Februari dimulailah perayaan 'Feast of Lupercalia.' Pada masa itu, kehidupan belum seperti sekarang ini, para gadis dilarang berhubungan dengan para pria. Pada malam menjelang festival Lupercalia berlangsung, nama-nama para gadis ditulis di selembar kertas dan kemudian dimasukkan ke dalam gelas kaca. Nantinya para pria harus mengambil satu kertas yang berisikan nama seorang gadis yang akan menjadi teman kencannya di festival itu. Tak jarang pasangan ini akhirnya saling jatuh cinta satu sama lain, berpacaran selama beberapa tahun sebelum akhirnya menikah.



Di bawah pemerintahan Kaisar Claudius II, Romawi terlibat dalam peperangan. Claudius yang dijuluki si kaisar kejam kesulitan merekrut pemuda untuk memperkuat armada perangnya. Ia yakin bahwa para pria Romawi enggan masuk tentara karena berat meninggalkan keluarga dan kekasihnya. Akhirnya ia memerintahkan untuk membatalkan semua pernikahan dan pertunangan di Romawi.

Saint Valentine yang saat itu menjadi pendeta terkenal di Romawi menolak perintah ini. Ia bersama Saint Marius secara sembunyi-sembunyi menikahkan para pasangan yang sedang jatuh cinta. Aksi ini diketahui kaisar yang segera memberinya peringatan, namun ia tak bergeming dan tetap memberkati pernikahan dalam sebuah kapel kecil yang hanya diterangi cahaya lilin, tanpa bunga, tanpa kidung pernikahan. Hingga suatu malam, ia tertangkap basah memberkati sebuah pasangan. Pasangan itu berhasil melarikan diri, namun malang ia tertangkap. Ia dijebloskan ke dalam penjara dan divonis mati. Bukannya dihina, ia malah dikunjungi banyak orang yang mendukung aksinya. Mereka melemparkan bunga dan pesan berisi dukungan di jendela penjara.



Salah satu dari orang-orang yang percaya pada cinta itu adalah putri penjaga penjara. Sang ayah mengijinkannya untuk mengunjungi St. Valentine di penjara. Tak jarang mereka berbicara selama berjam-jam. Gadis itu menumbuhkan kembali semangat sang pendeta itu. Ia setuju bahwa St. Valentine telah melakukan hal yang benar. Di hari saat ia dipenggal, 14 Februari 270 Masehi, ia menyempatkan diri menuliskan sebuah pesan untuk gadis itu atas semua perhatian, dukungan dan bantuannya selama ia dipenjara. Diakhir pesan itu, ia menuliskan : “Dengan Cinta dari Valentinemu.”

Seperti yang telah dijelaskan di atas, pada masa itu itu rakyat Romawi telah mengenal Februari sebagai festival Lupercalia, tradisi untuk memuja para dewa. Dalam tradisi ini para pria diperbolehkan memilih gadis untuk pasangan sehari. Dan karena Lupercalia mulai pada pertengahan bulan Februari, untuk menandingi dan menggantikan perayaan Lupercalia yang tidak Kristiani, maka Paus Gelasius pada tahun 496 menetapkan nama Hari Santo Valentinus untuk menggantikan nama perayaan itu. Sejak itu mulailah para pria memilih gadis yang diinginkannya bertepatan pada hari Valentine. Namun hari raya ini dihapus dari kalender gerejawi pada tahun 1969 sebagai bagian dari sebuah usaha yang lebih luas untuk menghapus santo-santa yang asal-muasalnya bisa dipertanyakan dan hanya berbasis legenda saja. Namun pesta ini masih dirayakan pada paroki-paroki tertentu

## GLOBALISASI TRADISI VALENTINE'S DAY

Tak dapat dipungkiri perayaan hari kasih sayang yang tadinya hanya dirayakan oleh masyarakat di negara-negara barat kemudian juga dirayakan oleh masyarakat di negara belahan dunia yang lain. Bahkan menurut wikipedia, bisa dikatakan hari raya ini merupakan perayaan terbesar kedua setelah Natal dalam hal pengiriman kartu-kartu ucapan, sejak dimulai pertama kali di AS oleh Miss Esther Howland yang tercatat sebagai pengirim kartu valentine pertama. Sejak tahun 1800-an, hari valentine dirayakan besar-besaran, dimulai di AS pada paruh kedua abad 20, tradisi mengirim kartu ucapan diperluas dengan bermacam hadiah, termasuk coklat dan bunga mawar, terutama oleh pria kepada wanita, sementara diperkirakan hampir 85 % yang membeli kartu valentine adalah wanita. Pada tahun 1980-an, industri berlian mulai memperkenalkan pemberian perhiasan berlian sebagai ungkapan rasa cinta dan kasih sayang.



Dalam perkembangannya, tradisi merayakan valentine tidak hanya menyangkut ungkapan cinta dan kasih sayang dari pria dan wanita yang dimabuk cinta entah sebagai sepasang kekasih atau suami istri, tetapi juga meluas dari anak kepada orang tua, murid kepada guru, kepada sahabat baik, dan bahkan bawahan kepada atasan. Semua hal ini sudah pasti sangat menguntungkan dari sisi bisnis, terlebih lagi dalam budaya pop yang mengglobalisasi, dimana bagi pasangan yang sedang jatuh cinta tidak merayakan hari valentine malah seperti mahluk asing. Bahkan banyak wanita yang menyerahkan keperawanannya kepada pria yang dicintainya pada hari valentine, tentunya setelah melewati perayaan makan malam yang romantis, ungkapan cinta dan juga hadiah, seperti yang banyak dilakukan oleh para remaja di Jepang.



Mungkin ada diantara kita, entah pria atau wanita [ terutama wanita ] yang akan bete, cemberut atau ngambek dan kemudian minta putus ! dimana pada saat hari valentine pasangannya seperti bersikap biasa-biasa saja, tidak memberikan ucapan berupa ungkapan mesra baik berupa sms atau kartu ucapan, apalagi memberikan hadiah ! Kenapa itu terjadi ? Yaitu, karena trend dan budaya pop yang sedemikian besar mempengaruhi kehidupan kita.

## PRO DAN KONTRA VALENTINE'S DAY

Bagi masyarakat yang hidup di negara-negara barat atau di negara yang pengaruh budaya barat sangat kuat, perayaan hari valentine tidak akan menimbulkan pro dan kontra, bahkan disambut dengan antusias. Tetapi bagi sebagian masyarakat yang hidup di negara-negara belahan timur dengan tradisi dan agama yang berbeda, seperti di negara-negara Timur Tengah termasuk juga sebagian masyarakat Indonesia yang menentang dan bahkan melarang anggota masyarakatnya merayakan hari valentine, karena bertentangan dengan nilai-nilai agama dan budaya yang mereka pegang.



Lucunya, beberapa karyawan kami yang masih remaja yang tinggal disekitar lokasi pabrik kami, mengatakan bahwa, setiap menjelang hari valentine begini, akan keluar "larangan" bahwa dari 'tokoh agama tertentu', atau 'penyebarkan agama tertentu' di berbagai rumah ibadah mengatakan bahwa merayakan hari valentine adalah dilarang hukumnya, tetapi anehnya coklat di minimarket seperti indomart atau alfamart laku bak kacang goreng, bahkan sampai habis ! Seperti yang diakuinya oleh karyawan tersebut, dia sudah membeli silverquin untuk diberikan kepada wanita yang akan "ditembak"(menyatakan isi hatinya) nya pada hari valentine.

Sementara bagi banyak remaja di gereja, hari valentine banyak dijadikan sebagai salah satu kegiatan dalam menunjang acara 'rame-ramean' dalam meningkatkan rasa keakraban dan persahabatan diantara mereka, dan tentu saja pasti dijadikan juga ajang untuk merayakan cinta kasih atau ajang 'tembak-menembak' ungkapan cinta. Selama ini tidak pernah terdengar bahwa ada gereja yang melarang anggotanya terutama yang muda-mudi merayakan hari valentine, walaupun ada mungkin jumlahnya hanya minoritas sekali.

**Notes ini:** tidak membahas masalah pro dan kontra dan tidak ingin memasuki wilayah perdebatan dari sisi agama atau kepercayaan manapun dalam hal pro dan kontra, karena hanya ingin menjelaskan fenomena yang terjadi di masyarakat kita akibat pengaruh globalisasi dalam merayakan hari valentine, seperti karyawan kami yang hanya sekolah sampai SMP, dimana budaya pop yang terutama dari barat sangat amat mempengaruhi masyarakat kita !

## ANOMALI VALENTINE'S DAY

Yang justru menganehkan adalah dalam kondisi globalisasi dijamin sekarang, dimana hari valentine begitu didengungkan dengan keagungan serta kesucian dari cinta dan kasih sayang baik dalam ungkapan kata-kata entah via sms, BBM, atau kartu ucapan bahkan juga dengan hadiah coklat, bunga mawar pink dan mungkin perhiasan berlian bagi yang mampu, adalah tingkat perceraian dan perselingkuhan yang semakin tinggi dalam kehidupan masyarakat kita ! Logikanya adalah seharusnya dengan semakin meriahnya perayaan hari kasih sayang, seharusnya kehidupan pasangan kekasih atau



suami istri menjadi lebih bahagia, lebih pengertian, lebih sabar dan mau saling memaafkan, sehingga tingkat perselingkuhan dan perceraian menjadi berkurang ! Tetapi bukankah saat ini yang terjadi adalah sebaliknya ? Bahkan dikalangan rohaniwan dan pemuka agama, perselingkuhan serta perceraian juga semakin meningkat ! Tidak percaya ? silakan cari informasi dan buktikan sendiri!

Apakah kehidupan masyarakat yang serba modern, instant dan cepat berubah-ubah, sehingga kita seperti kejar-kejaran dengan waktu menyebabkan hari valentine menjadi hari yang “sakral “ atau khusus untuk mengungkapkan kasih sayang kepada orang yang paling kita sayangi, kasih dan cintai dengan sepenuh hati, sementara di hari-hari lain sepertinya tidak ada waktu ! Itulah yang disebut anomali valentine day !

### MENCINTAI DAN DICINTAI

Saya pribadi tidak anti dengan perayaan hari valentine, bahkan dahulu waktu masih berpacaran juga turut merayakan hari valentine dengan mantan pacar yang sekarang telah menjadi istri. Justru setelah menikah kami tidak pernah merayakan lagi hari valentine, dan pada kenyataannya cinta kasih diantara kami tidak berkurang tetapi dari hari ke hari semakin bertambah !



Ungkapan kasih sayang dan cinta tidak hanya dinyatakan dalam kata-kata entah yang diucapkan bibir kita, ditulis dalam kartu ucapan atau via sms dan bbm ! Ungkapan kasih sayang dan cinta lebih baik dinyatakan dalam tindakan nyata ! Kadang-kadang tindakan lebih berarti dari kata-kata, walaupun kata-kata juga perlu untuk menciptakan suasana yang hangat diantara kita dan pasangan kita !

Ungkapan kasih sayang dan cinta diantara dua orang akan menjadi kisah yang manis dan bahagian apabila saling berbalasan dan tidak bertepuk sebelah tangan ! Tidak ada pernah kisah cinta yang berakhir bahagia karena penolakan, yang ada malah rasa sakit hati, marah dan keinginan untuk membalas penolakan tersebut ! Oleh karena itu adalah hal yang mudah bagi seseorang untuk MENCINTAI dan DICINTAI orang lain, dan bahkan lebih sangat manusiawi bagi kita untuk hanya ingin DICINTAI dan mengabaikan MENCINTAI ! Adalah sangat manusiawi kalau kita, entah wanita atau pria menuntut untuk disayangi, dikasihi, diperhatikan, mendengarkan oleh pasangan kita ! Adalah sangat manusiawi kalau kita menuntut hal yang sama kepada pasangan kita !

- Karena saya mencintai kamu maka saya harus dicintai kamu..!
- Karena saya memperhatikan kamu maka saya harus diperhatikan kamu !
- Karena saya menyayangi kamu maka saya harus disayangi kamu !
- Karena saya mengasihi kamu maka saya harus dikasihi kamu !
- Karena saya mendengarkan kamu maka saya harus didengar kamu !
- Karena saya memperlakukan kamu mesra maka saya juga harus diperlakukan mesra !



JADI SAYA DAN KAMU MEMPUNYAI HAK DAN KEWAJIBAN YANG SAMA  
HAK UNTUK DICINTAI DAN KEWAJIBAN UNTUK MENCINTAI..!

JADI KITA ADIL ! KITA IMPAS !

KARENA APA YANG SAYA TERIMA DARI MENCINTAI HARUS SAMA DENGAN  
APA YANG SAYA BERIKAN DARI DICINTAI !

APA YANG SAYA BERI KARENA MENCINTAI HARUS SAMA DENGAN APA  
YANG SAYA TERIMA KARENA DICINTAI !

Hukum mencintai dan dicintai seperti di atas itulah yang menjadi landasan bagi kita semua dalam membina dan membangun hubungan cinta kasih dengan seseorang, antara suami dengan istri antara kekasih pria dan wanita. Dan apabila ada yang tidak seimbang, ada yang tidak adil, ada yang curang, ada yang merasa lebih besar kewajibannya dari haknya ! Maka hubungan cinta kasih menjadi goyah dan menjadi rapuh ! Sehingga sering kita mendengar kata-kata atau ungkapan yang bisa menjadi umpatan seperti :

- KAMU MAUNYA DIDENGAR TETAPI TIDAK MAU MENDENGAR !
- KAMU MAUNYA DIPERHATIKAN TETAPI TIDAK MAU MEMPERHATIKAN !
- KAMU MAUNYA DISAYANG TETAPI TIDAK MAU MENYAYANGI !
- KAMU MAUNYA DIKUTIN MAUNYA TETAPI TIDAK NGIKUTIN MAU SAYA
- KAMU MAUNYA SAYA MESRA TETAPI TIDAK MAU MESRA SAMA SAYA..!

OLEH KARENA ITU..





SAYA AKAN CARI ORANG LAIN YANG MAU MENDENGAR SAYA !  
SAYA AKAN CARI ORANG LAIN YANG MAU MEMPERHATIKAN SAYA !  
SAYA AKAN CARI ORANG LAIN YANG MAU MENCINTAI SAYA !  
SAYA AKAN CARI ORANG LAIN YANG MAU MENYAYANGI SAYA  
SAYA AKAN CARI ORANG LAIN YANG MAU MESRA SAMA SAYA..

Kemudian hubungan cinta kasih menjadi dingin, menjadi memburuk, kemesraan menjadi kegersangan, kebaikan berubah menjadi keburukan, saling percaya berubah menjadi saling curiga, kata cinta menjadi kata makian, Keharmonisan berubah menjadi keributan, Ketentraman berubah menjadi kekacauan ! Sehingga pada akhirnya hubungan cinta kasih berada di ujung tanduk ! Mulai terjadi saling mencari kesalahan pasangan dan membenaran diri ! Mulai terjadi saling tuduh..! Kemudian timbul kebencian, kemudian timbul keinginan untuk membalas dendam...sehingga sering kita mendengar kata-kata seperti ini :

SAYA AKAN BALAS SAKIT HATI INI, BIAH DIA MERASAKAN HAL YANG SAMA !  
KALAU SAYA MENDERITA, DIA JUGA HARUS MENDERITA !  
KALAU SAYA MALU, DIA JUGA HARUS MALU !  
KALAU SAYA MATI, DIA JUGA HARUS MATI !

Tidaklah heran kalau kemudian terjadi berbagai perselingkuhan, aksi membalas dendam yang berujung pada perceraian dan perpisahan yang menimbulkan sakit hati, karena hubungan yang dibangun berdasarkan hukum MENCINTAI = DICINTAI..

Lalu apakah ada hukum yang dapat menjadi landasan yang kuat, teguh, kukuh dan tidak goyah dalam membangun hubungan cinta kasih ? Jawabannya pasti ada ! Tetapi disini sulitnya ! Karena untuk memakai hukum yang ini dibutuhkan pengorbanan lahir dan batin, kesabaran, ketabahan dan juga waktu yang tidak pasti ! Tetapi dijamin hasilnya akan happy ending ! Cuma masalahnya hanya sedikit orang yang bersedia menanggungnya ! Hanya sedikit orang yang sabar, tabah dan tekun dalam malakukannya ! Hanya sedikit orang yang bersedia mengorbankan waktu yang sepertinya sia-sia !

Hukum apakah itu ? Tidak sulit, yaitu hukum : MENCINTAI > DICINTAI, yaitu rasa mencintai lebih besar dari rasa dicintai ! Dan dengan demikian MENCINTAI TIDAK SAMA DENGAN DICINTAI ! Ada perbedaan antara hak dan kewajiban, dimana kewajiban menjadi lebih besar dari hak yang diterima ? Dengan memakai landasan Mencintai > Dicintai maka :

Karena saya mencintai kamu maka saya tidak harus dicintai kamu..!  
Karena saya memperhatikan kamu maka saya tidak harus diperhatikan kamu !  
Karena saya menyayangi kamu maka saya tidak harus disayangi kamu !  
Karena saya mengasihi kamu maka saya tidak harus dikasihi kamu !  
Karena saya mendengarkan kamu maka saya tidak harus didengar kamu !  
Karena saya melakukannya kamu mesra maka saya tidak harus diperlakukan mesra !

WALAUPUN DEMIKIAN SAYA AKAN TETAP :  
MAU MENDENGAR KAMU WALAUPUN KAMU TIDAK !  
MAU MEMPERHATIKAN KAMU WALAUPUN KAMU TIDAK !  
MAU MENYAYANGI WALAUPUN KAMU TIDAK !  
MAU NGIKUTIN KEINGINAN KAMU WALAUPUN KAMU TIDAK !  
MAU MESRA SAMA KAMU WALAUPUN KAMU TIDAK..!

DAN SAYA :  
TIDAK AKAN CARI ORANG LAIN YANG MAU MENDENGAR SAYA !  
TIDAK AKAN CARI ORANG LAIN YANG MAU MEMPERHATIKAN SAYA !  
TIDAK AKAN CARI ORANG LAIN YANG MAU MENCINTAI SAYA !  
TIDAK AKAN CARI ORANG LAIN YANG MAU MENYAYANGI SAYA  
TIDAK AKAN CARI ORANG LAIN YANG MAU MESRA SAMA SAYA..

KARENA SAYA YAKIN BAHWA SUATU SAAT NANTI :  
KAMU MAU MENDENGAR SAYA !  
KAMU MAU MEMPERHATIKAN SAYA !  
KAMU MAU MENYAYANGI SAYA !  
KAMU MAU NGIKUTIN KEINGINAN SAYA !



## KAMU MAU MESRA SAMA SAYA !

Itulah penjelasan dan penjabaran hukum Mencintai lebih besar dari Dicintai yang dapat membuat suatu hubungan cinta kasih menjadi tangguh, kuat dan dapat bertahan dari berbagai macam percobaan dan terpaan ! Dan itulah yang sebenarnya disebut sebagai CINTA SEJATI ! Atau teman-teman dari kalangan Kristen mengenalnya sebagai CINTA AGAPE !

Cinta sejati membutuhkan pengorbanan, cinta sejati membutuhkan kesabaran, cinta sejati membutuhkan ketabahan, cinta sejati tidak kenal kata putus asa dan hilang pengharapan. Cinta sejati akan melihat setiap waktu : detik, menit, jam, hari, minggu, bulan, tahun, abad dan milenium sebagai waktu yang baru, yang memberikan harapan. Cinta sejati tidak mengenal kata DENDAM, SAKIT HATI, PEMBALASAN, karena Cinta Sejati menyadari bahwa DENDAM akan menghasilkan DENDAM yang lain walaupun memberikan kepuasan sesaat ! Cinta sejati menyadari bahwa SAKIT HATI hanya akan menghasilkan SAKIT HATI yang lain walaupun memberikan kedamaian sesaat ! Cinta sejati menyadari bahwa PEMBALASAN akan menghasilkan PEMBALASAN yang lain, walaupun memberikan kebahagiaan sesaat !



Apakah kita bisa melakukannya ? Yang pasti bisa ! Dan untuk itu, sekali lagi kita harus bisa berkorban lahir batin, ketabahan dan kesabaran yang panjang ! Dan untuk bisa seperti yang dibutuhkan hanya satu : KERENDAHAN HATI dan MERENDAHKAN DIRI di hadapan Yang Maha Kuasa, Tuhan Yang Maha Esa, The Lord All Mighty God (untuk yang beragama non Buddhis) (Bagi yang beragama Buddha hanya bersujud dan berlindung kepada Hyang Triratna: Buddha, Dharma dan Sangha) ! Dengan merendahkan diri kita menyadari bahwa kita sebagai manusia ini tidak berarti apa-apa dihadapan Sang Pencipta, (Bagi yang beragama Buddha, aku terlahir dan berkondisi karena karmaku sendiri) kita hanya manusia yang terdiri dari daging darah dan tulang yang nanti akanembali menjadi debu dan tanah ! Dengan merendahkan diri kita kita menyadari bahwa kita adalah makhluk yang lemah dan butuh dikuatkan ! Dengan merendahkan hati, kita menyadari bahwa ego kita dan kesombongan kita begitu menguasai jiwa dan batin kita, sehingga sulit bagi kita untuk mendengarkan Suara Tuhan (bagi Non Buddhis) sedang bagi yang beragama Buddha hanya “Hakikat Buddha” atau ‘Suara Buddha’ dalam hati kita ! Dengan kerendahan hati kita membuang kesombongan kita dari saya ini siapa menjadi saya ini bukan apa-apa ! Sehingga dengan demikian, Mereka akan memberikan kekuatan yang lebih kepada ! Kepahitan akan menjadi manis rasanya, kesulitan akan menjadi mudah jalannya, penderitaan akan menjadi bahagia !

Pada kondisi ini mungkin orang lain yang melihat penderitaan kita mengetahui masalah kita dengan pasangan dan menganggap kita bodoh karena bersikap pasif, akan bingung dan menganggap kita gila, karena ditengah kesulitan, ditengah menurut mereka kita dalam kondisi kepahitan dan sakit hati, tetapi dari wajah kita terpancar kedamaian, dari kepala kita keluar pikiran yang jernih, dari perbuatan kita dilihat tindakan yang terpuji !

Lalu selanjutnya, apakah kemudian pasangan kita entah suami atau istri atau kekasih pria atau kekasih wanita kemudian akan berubah dan menyadari kesalahannya ? Hanya Tuhan yang tahu ! Kita nggak bisa meminta jawaban dan mendesak jawaban kepada Tuhan, karena sudah bersikap dan mengamalkan landasan Mencintai > Dicintai untuk merubah pasangan kita sesuai dengan apa yang kita inginkan !

Yang harus kita yakini adalah bahwa pasangan kita adalah juga manusia yang terdiri dari jiwa tubuh dan roh (Buddhis, badan Medio/ energy kesadaran), dimana tubuhnya terdiri dari darah daging dan tulang, sama seperti kita, dan yang terpenting pasangan kita memiliki hati nurani ! Pasangan kita memiliki perasaan, pasangan kita memiliki otak yang bisa berpikir ! Kaitan antara perasaan, pikiran akan menggerakkan hati nuraninya untuk melihat kebaikan yang ada pada kita, terlebih lagi kalau Tuhan juga menggerakkan pasangan kita melalui suara hatinya untuk melakukan perubahan sikap ! Kapan ini bisa terjadi ? Sekali lagi, hanya Tuhan Yang Maha Kuasa yang tahu !

Tetapi banyak kisah nyata, banyak kesaksian, banyak cerita, banyak kisah yang mengungkapkan bagaimana mereka yang menerapkan hukum Mencintai > Dicintai pada akhirnya mendapatkan pasangannya kembali dalam suatu hubungan yang sama sekali baru, bisa dikatakan bukan hubungan yang bersifat duniawi, tetapi sorgawi ! Hubungan baru yang terjadi adalah hubungan berdasarkan kasih agape dan cinta sejati, hubungan yang saling mengisi kelemahan dan kekuatan dari masing-masing, hubungan yang tidak lagi saling mencela tetapi menjadi saling berbagi, hubungan yang tidak lagi egois tetapi mau berkorban !

Pernah satu ketika saya mendengarkan kesaksian, seorang enci-enci (wanita Tionghua) yang berumur 50 tahun, dimana doanya dijawab Tuhan, yaitu suaminya kembali kepadanya setelah 20 tahun meninggalkannya pergi dengan wanita lain ! Ketika pergi, sang suami dalam keadaan gagah, dan ketika kembali kepadanya dalam keadaan “Stroke” ! Tetapi dia tetap mengucapkan syukur kepada Tuhan, karena apapun kondisi suaminya, toh pada akhirnya orang yang sangat dicintai kembali kepadanya, walaupun selama ditinggalkan sang suami enci-enci tersebut harus pontang-panting

menjahit baju untuk menghidupi ketiga anak-anaknya yang saat ditinggalkan suami masih kanak-kanak !

Kisah yang lain adalah bagaimana seorang suami yang dalam kondisi bangkrut dan keuangan yang hancur ditinggal pergi oleh sang istri yang membawa 2 orang anaknya yang masih balita karena pria lain yang juga kaya ! Dengan memegang prinsip apa yang sudah dipersatukan Tuhan tidak dapat dipisahkan oleh manusia, sang suami dalam kepahitan, sakit hati dan ingin membalas dendam kepada istri dan juga pria yang merebut istrinya mendapatkan pencerahan rohani yang membawa pertobatan dan singkat kata pada akhirnya memahami prinsip cinta sejati adalah Mencintai > Dicintai ! Dengan perlahan tapi pasti sang suami mulai kembali menata hidupnya, membangun kembali bisnisnya secara perlahan tapi pasti. 10 tahun kemudian sang istri yang pergi dengan pria lain kembali beserta kedua anaknya karena pria tersebut pergi dengan wanita lain ! Apakah sang suami marah ? Apakah kemudian dia membalaskan dendam ? Memaki ? Tidak ! Justru sang suami menerima kembali sang istri dengan tangan terbuka dan melupakan masa lalu !



Dan masih banyak kisah yang lain, kalau ditulis akan bisa menjadi satu buku, tetapi bukan itu tujuannya ! Karena yang ingin ditekankan disini dalam suasana perayaan hari valentine adalah bahwa, kalau kita, saya, anda entah suami atau istri atau kekasih pria atau wanita hendak membangun hubungan cinta kasih yang kuat dan tangguh pakailah landasan hukum : MENCINTAI > DICINTAI ! Yang justru sangat berbeda dengan apa yang sekarang ini kita kenal dan ketahui dalam hubungan percintaan yang dihasilkan oleh budaya pop melalui industri film Hollywood dan industri musik barat !

**AKHIR KATA “SELAMAT HARI VALENTINE BAGI YANG MERAYAKANNYA”!**

[ Saya tidak merayakan secara khusus, karena bagi saya ‘setiap hari adalah Valentine Day’ ...! ]



Sumber Referensi: <http://indonesiaindonesia.com/f/75493-mencintai-dicintai-budaya-valentines-day/>



# 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 Pagi Mangga Dua

Telp. (+62 21) 6286442 - 6251776

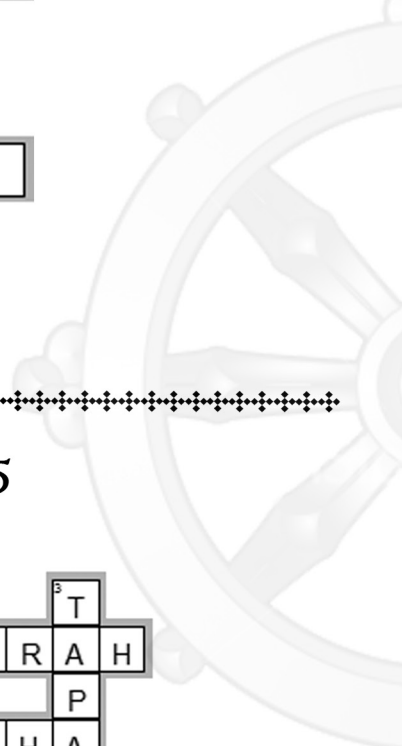
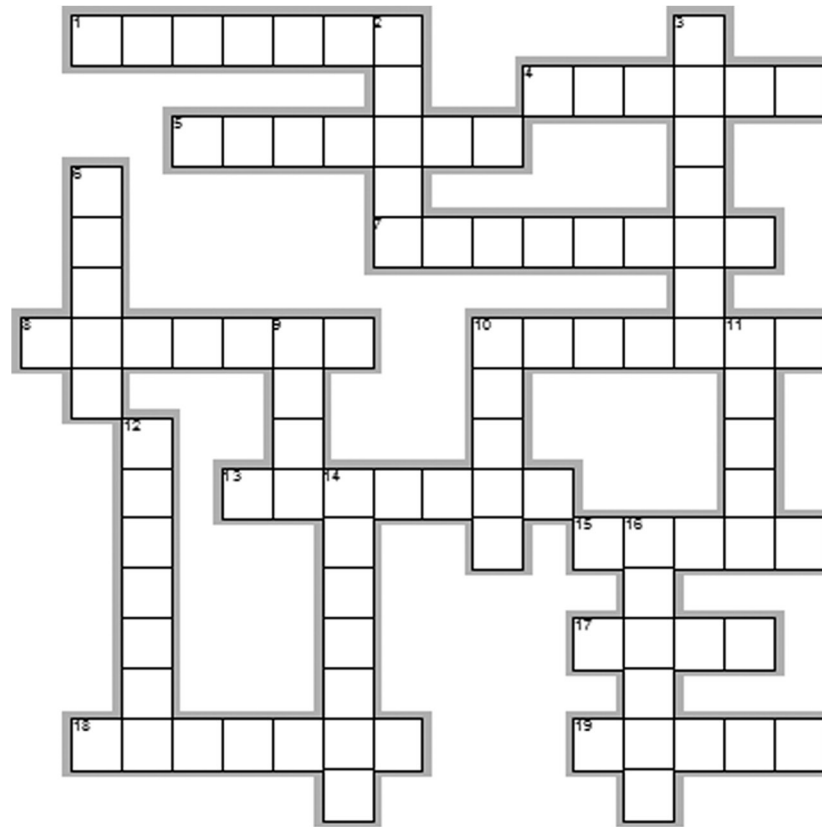
# TTS Buddhis Harmoni edisi 32/16

## Mendatar

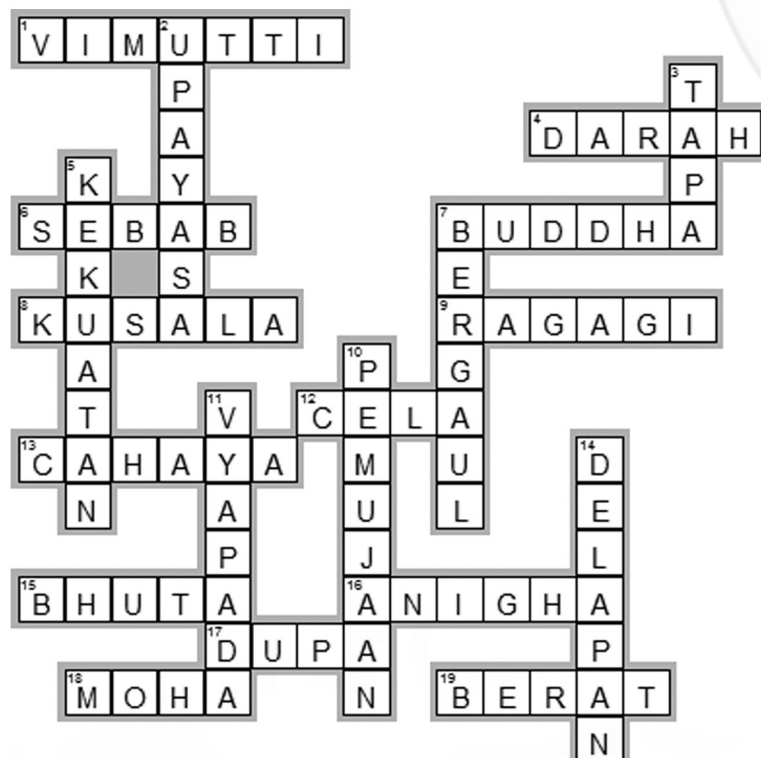
1. warna putih
4. jyotis
5. jagara
7. nirwana
8. hadaya
10. kesengsaraan
13. patra
15. kala
17. alabha
18. mano
19. alam kehidupan

## Menurun

2. makanan
3. awam
6. nicca
9. asava
10. desa
11. bhaya
12. cora
14. ovada
16. kekotoran



## Jawaban TTS Buddhis Harmoni edisi 31/15





## 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	Pheng Chi Mei
Angelia Wijaya	Juliani Citra	Phie Vonni
Anggraini Mashuri	Jurianto Wirana	Pijen Ramli
Benny Tjokro	Judo Erna Samudra	Sakyaputra. S
Benny Wibowo	Kel. Christiono Tjia	Setiawan
Binawan Tandanu	Kel. David Widjaja	Silvi
Budi Santoso	Kel. Hartono	Simananda. DA
Budiman Kornelius	Kel. Joni Lee	Subur Hardjono
Carryn. N	Kel. Lie Gek Tjoe	Sugianto
Dannie. S	Kel. Liem Vincent Wijaya	Sulman
Deling	Kel. Teddy Halim	Sumadi
Deny	Khoe Sioe Tin	Sunarto Gunawan
Denny Setiawan	Lilis Wijaya	Sutifa Maulana
Dheawanda Wijaya	Lily Tanama	Susan Indrawati
Dharma Putra Nanda	Lim Song Lung	Tammy Teesha
Djieky Tantono	Linda	Tan Phek Wan
Eddy Iskandar	Linawati	Teoh Friska
E. Setiawan	Liana Dewi Lie	Then Ban Pin
Enzie R	Lui Saw Kian	Thinny Sumarto
Felianna	Luyanto Setiawan	Tio Kim Sing
Ferry Diana	Martin Hadianto Ali Warga	Vihara Indraloka Semarang
Gunawan Ingkokusumo	Medi Ruhyat Sujana	Vihara Hok Tek Bio Salatiga
Giok Cin	Melinda Indajang	Welly Koeshadi Sutanto
Goei Lie Kaw Meng	Mery	Wenny
Hasan Lim	Mimie	Widia
Herry	Nanda	Winson Sutanto
Hendry Sofani	Nelly Wu	Wiseli
Henny	Nurlela	Yuliana Dai
Heti Mulliyannah		
Ivany Angelia		
Janny. H		
Jeffre Wiraputra		
Jeni. H		

## 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	Soh Herniwaty
Goh Kim Sun	Steven Fuser
Goh Kim Yie	Subhawa
Goh Soe Giok	Suhardi
Goh Soe Ngo	Sudarwi Tanujaya
Goh Suk Lie	Surya Lautan
Hasyim Ujang	Susanto Ujang
Ho Chiau Ken	Takwin Jono & Jenna
Hokki Oloan Tio	Teng Se Na
Huang Cien Nan	Thiam Hok
Iskandar	Tinie Satio
Jafar Ng & Emah	Tjinla Awi
Jennifer Ng	Tjoe Cin Mei
Juliana Simbara	Tjoe Cin Ni
Karen Tan	Tjoe Cin San
Kel. Gunawan	Tjoe Kim Tjoe
Kel. Herman Tantono	Vanessa Gozali
Kel. Hiangni Awi	Vincent Austine Wu
Kel. Indra Lenggana	William Simbara
Kel. Kok Jin	Almh. Melina
Kel. Kok Siang	Alm. Sugiatto
Kel. Kok Wie	Alm. Sukandar
Kel. Leo Chandra	Alm. Suleman

Majalah Harmoni dicetak sebanyak 10.000 eksemplar dan didistribusikan secara gratis ke segenap penjuru, 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 mengetuk 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