

JALAN LATIHAN

BAB SATU

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

I

PEMURNIAN PIKIRAN

1. Manusia memiliki nafsu keinginan yang membawa mereka ke dalam berbagai-bagai delusi dan penderitaan. Ada lima cara membebaskan mereka dari ikatan nafsu keinginan.

Pertama, mereka seharusnya memiliki pandangan yang tepat berbagai hal, pandangan yang didasarkan pada perhatian yang benar, dan memahami sebab dan akibat serta artinya dengan benar. Karena penyebab penderitaan berakar pada keinginan dan kemelekatan, dan karena keinginan dan kemelekatan berhubungan dengan perhatian yang salah oleh diri yang egois, mengabaikan pentingnya hukum sebab dan akibat, dan karena berasal dari perhatian yang salah inilah, maka kedamaian hanya bisa dicapai apabila nafsu keinginan ini dibersihkan dari pikiran.

Kedua, manusia dapat menyingkirkan perhatian yang salah dan munculnya nafsu keinginan dengan sabar dan hati-hati mengendalikan pikiran. Dengan pengendalian pikiran yang tepat, ia dapat menghindari keinginan-keinginan muncul dari rangsangan mata, telinga, hidung, lidah, kulit dan lanjutan proses-proses mental dan, dengan melakukannya, memotong habis nafsu keinginan hingga ke akar- akarnya.

Ketiga, mereka harus memiliki ide-ide yang benar

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

sehubungan dengan penggunaan segala sesuatu dengan benar. Yaitu, berkenaan dengan benda-benda seperti makanan dan pakaian, mereka seharusnya tidak memikirkan benda-benda tersebut demi kenyamanan dan kesenangan, tetapi hanya demi kebutuhan jasmani saja. Pakaian diperlukan untuk melindungi tubuh dari panas dan dingin yang ekstrem, dan untuk menutupi aurat tubuh; makanan diperlukan untuk nutrisi tubuh saat ketika tubuh berlatih untuk Pencerahan dan Kebuddhaan. Nafsu keinginan tidak dapat muncul melalui pemikiran seperti itu.

Keempat, manusia harus belajar menahan diri; mereka harus belajar menahan ketidaknyamanan panas dan dingin, lapar dan dahaga; mereka harus belajar bersikap sabar saat menerima perlakuan kasar dan penghinaan; karena justru melalui melatih menahan diri seseorang dapat memadamkan api nafsu keinginan yang membakar tubuh jasmani mereka.

Kelima, manusia harus belajar melihat dan menghindari semua bahaya. Sama seperti orang bijak yang menjauhkan diri dari kuda liar atau anjing gila, maka orang tidak boleh berteman dengan orang jahat, orang juga tidak boleh pergi ke tempat yang dihindari orang bijak. Jika seseorang mempraktikkan kehati-hatian dan tidak melakukan segala sesuatunya dengan sembrono, maka api nafsu keinginan yang membakar dalam organ-organ vital mereka juga akan padam.

2. Ada lima kelompok keinginan di dunia ini.

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

Keinginan yang berasal dari bentuk-bentuk yang dilihat oleh mata; dari suara yang didengar oleh telinga; dari wangi-wangian yang dicium oleh hidung; dari rasa menyenangkan yang dikecap oleh lidah; dari hal-hal yang terasa menyenangkan saat disentuh.

Kebanyakan orang, dipengaruhi oleh kecintaan tubuh jasmani akan kenyamanan, tidak menyadari kejahatan yang mengikuti kenyamanan itu, dan mereka terperangkap dalam jeratatan bagaikan rusa terperangkap dalam jerat pemburu di hutan. Sesungguhnya lima gerbang keinginan yang muncul dari indera-indera tersebut merupakan perangkap-perangkap yang paling berbahaya. Bila terjerat oleh perangkap-perangkap itu, manusia akan terjerat dalam nafsu keinginan dan hidup menderita. Mereka seharusnya tahu bagaimana menyingkirkan perangkap-perangkap ini.

3. Tidak ada jalan agar terbebas dari perangkap nafsu duniawi. Sebagai contoh, seseorang menangkap seekor ular, seekor buaya, seekor burung, seekor anjing, seekor serigala dan seekor monyet, enam hewan yang kodratnya sangat berbeda satu sama lain, dan keenam hewan itu diikat bersama-sama mengenakan seutas tali yang kuat dan dilepaskan. Masing-masing dari keenam hewan ini akan berusaha kembali ke sarangnya dengan caranya sendiri: ular akan mencari persembunyian ke balik rumput, buaya akan mencari air, burung akan berusaha terbang, anjing akan mencari perkampungan, serigala akan mencari tebing yang sunyi, dan monyet akan mencari pohon-pohon di

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

hutan. Dalam usaha masing-masing untuk melepaskan diri akan terjadi pergumulan, namun, karena diikat oleh seutas tali yang sama, maka hewan yang terkuat akan menyeret hewan-hewan lainnya.

Seperti hewan-hewan dalam perumpamaan ini, manusia tergoda dalam berbagai cara oleh keinginan indera mereka, mata, telinga, hidung, lidah, sentuhan dan pikiran, dan dikendalikan oleh hasrat yang utama.

Bila keenam makhluk ini diikat ke sebuah tiang, mereka akan berusaha membebaskan diri sampai mereka semua kelelahan, dan kemudian akan berbaring di sekitar tiang. Sama seperti ini, bila manusia mau melatih dan mengendalikan pikiran maka tidak akan ada masalah lagi dari kelima indera yang lain. Bila pikiran dikendalikan manusia akan mendapatkan kebahagiaan baik sekarang maupun kelak di masa depan.

4. Manusia mencintai kenyamanan egositik mereka, yaitu mencintai ketenaran dan puji-pujian. Namun ketenaran dan puji-pujian bagaikan dupa yang akan semakin lama semakin pendek dan kemudian habis. Bila manusia mengejar kehormatan dan pengakuan publik dan meninggalkan jalan kebenaran, maka mereka dalam bahaya besar dan akan menyesalinya.

Manusia yang mengejar ketenaran, kekayaan dan hubungan cinta adalah seperti anak-anak yang menjilati madu dari sebilah pisau. Saat sedang menikmati manisnya madu, sebenarnya ia beresiko melukai lidahnya. Ia seperti

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

orang yang membawa obor di tengah tiupan angin kencang; lidah api akan membakar tangan dan wajahnya sendiri.

Manusia tidak boleh mempercayai pikirannya yang dipenuhi keserakahan, kebencian, dan kebodohan. Manusia tidak boleh membiarkan pikirannya berlari bebas, tapi harus menjaganya dengan ketat.

5. Dapat mengendalikan pikiran sempurna merupakan hal yang paling sulit. Mereka yang mencari Pencerahan harus menyingkirkan semua keinginan terlebih dahulu. Keinginan adalah api yang terus berkobar, dan seseorang yang mencari Pencerahan harus menghindari api keinginan seperti seseorang yang membawa muatan berisi jerami harus menghindari percikan api.

Namun sungguh bodoh bila seseorang membutuhkan matanya karena takut tergoda oleh hal-hal yang indah. Pikiran adalah tuan dan bila pikiran bisa dikendalikan, maka keinginan-keinginan lain yang lebih lemah akan lenyap.

Memang sulit mengikuti jalan yang menuju Pencerahan, tapi jauh lebih sulit bila manusia tidak memiliki motivasi mencari jalan tersebut. Tanpa Pencerahan, akan banyak penderitaan tanpa akhir di dunia kehidupan dan kematian ini.

Saat seseorang mencari jalan menuju Pencerahan, itu ibarat seekor lembu membawa beban berat melintasi ladang yang penuh lumpur. Bila lembu tersebut berusaha

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

melakukan yang terbaik tanpa memperhatikan hal-hal lain, ia dapat mengarungi lumpur dan beristirahat. Demikian jugalah, bila pikiran dikendalikan dan dijaga agar tetap berada di jalurnya yang benar, maka tidak akan ada lumpur keserakahan yang menghalanginya dan seluruh penderitaannya akan lenyap.

6. Mereka yang mencari jalan menuju Pencerahan harus terlebih dahulu menghilangkan semua kesombongan diri dan dengan rendah hati bersedia menerima cahaya ajaran Buddha. Semua harta dunia, semua emas, perak, dan penghargaannya, tidak dapat dibandingkan dengan kebijaksanaan dan kebajikan.

Untuk menikmati kesehatan yang baik, untuk membawa kebahagiaan sejati bagi keluarga, untuk membawa kedamaian bagi semua orang, pertama-tama seseorang harus mendisiplinkan dan mengendalikan pikirannya sendiri. Jika seseorang dapat mengendalikan pikirannya, ia dapat menemukan jalan menuju Pencerahan, dan semua kebijaksanaan dan kebajikan akan secara otomatis mendatanginya.

Ajaran Buddha, mengajarkan kepada manusia bagaimana melenyapkan keserakahan, kemarahan dan kebodohan, merupakan ajaran yang baik dan mereka yang mengikutinya akan memperoleh kehidupan yang bahagia.

7. Manusia cenderung berbuat mengikuti arah pikirannya. Bila mereka menyimpan pikiran-pikiran yang

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

penuh keserakahan, maka mereka menjadi serakah; bila mereka memikirkan hal-hal yang penuh kemarahan, maka mereka akan semakin marah; bila mereka memikirkan hal-hal yang bodoh, maka kaki mereka akan bergerak ke arah sana.

Di waktu panen, para petani mengurung ternak mereka, agar hewan-hewan ternak itu tidak menerobos pagar dan memasuki ladang yang dapat menimbulkan keresahan atau dibunuh; demikianlah manusia juga harus menjaga pikiran mereka dari ketidakjujuran dan hal-hal yang tidak baik. Mereka harus menyingkirkan pikiran-pikiran yang merangsang keserakahan, kemarahan dan kebodohan, dan mendorong pikiran-pikiran yang merangsang amal dan kebaikan.

Ketika musim semi tiba dan padang rumput dipenuhi rumput hijau, para petani melepaskan ternak mereka; namun mereka tetap terus mengawasi mereka. Begitu pula dengan pikiran orang-orang: bahkan di bawah kondisi terbaik pun pikiran harus terus dijaga.

8. Pada suatu waktu Buddha Sakyamuni berada di kota Kausambi. Di kota ini ada seseorang yang membenci-Nya dan menyuap orang-orang jahat untuk menyebarkan berita bohong tentang diri-Nya. Dalam kondisi seperti itu, sulit bagi murid-muridNya mendapatkan makanan yang ketika pindapata serta mereka mendapat banyak pelecehan di kota itu.

Ananda berkata kepada Buddha Sakyamuni: “Lebih

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

baik kita tidak menginap di kota seperti ini. Masih banyak kota lain yang lebih baik daripada ini. Lebih baik kita segera pergi dari kota ini.”

Yang Terberkahi menjawab: “Seandainya kota berikutnya juga seperti ini, apa yang sebaiknya kita lakukan?”

“Kita pindah ke kota lain.”

Yang Terberkahi menjawab: “Tidak, Ananda, kalau begitu terus tidak akan ada akhirnya. Lebih baik kita tetap tinggal di sini dan menerima saja perlakuan buruk itu dengan sabar sampai berhenti, baru kemudian kita pindah ke tempat lain.”

“Ada untung dan ugi, ada penghinaan tapi juga ada penghormatan, ada pujian tapi ada juga cercaan, ada penderitaan tapi juga ada kegembiraan di dunia ini; Yang Tercerahkan tidak dikendalikan oleh hal-hal luar seperti itu; hal-hal tersebut akan segera lenyap secepat datangnya.”

“Ada untung dan rugi, ada penghormatan dan penghinaan, ada pujian dan celaan, ada penderitaan dan juga kesenangan di dunia ini; Yang Tercerahkan tidak dikendalikan oleh hal-hal eksternal ini; hal-hal tersebut akan segera lenyap secepat datangnya.”

II JALAN PERILAKU BAIK

1. Seseorang yang mencari jalan Pencerahan harus selalu ingat pentingnya terus-menerus menjaga pikiran, ucapan dan jasmaninya tetap murni. Untuk menjaga pikiran seseorang tetap murni, seseorang tidak boleh membunuh makhluk hidup lain, tidak boleh mencuri ataupun melakukan perzinahan. Untuk menjaga agar perkataan tetap murni, seseorang tidak boleh berbohong, atau melecehkan, atau menipu, atau berbicara sembarangan. Untuk menjaga agar pikiran tetap murni, manusia harus menyingkirkan semua keserakahan, kebencian, dan penilaian yang salah.

Bila pikiran menjadi tidak benar, maka sudah pasti, perbuatan seseorang menjadi tidak benar; bila perbuatannya tidak benar, maka akan menimbulkan penderitaan. Jadi sangatlah penting menjaga pikiran dan tubuh tetap benar.

2. Dahulu ada seorang janda kaya yang memiliki reputasi sebagai seseorang yang baik hati, sederhana dan santun. Ia memiliki pelayan yang bijaksana dan rajin.

Suatu hari pelayannya berpikir: “Nyonyaku memiliki reputasi yang sangat baik; aku jadi ingin tahu apakah ia pada dasarnya memang baik, atau ia baik karena lingkungan di sekitarnya. Aku akan mengujinya untuk mencari tahu.”

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

Keesokan paginya, si pelayan tidak datang menghadap nyonyanya sampai menjelang tengah hari. Sang nyonya kesal dan menegurnya dengan sikap tidak sabaran. Si pelayan berkata: “Bila saya malas selama satu atau dua hari saja, Anda tidak boleh menjadi tidak sabar.” Kemudian si nyonya mulai marah.

Keesokan harinya si pelayan kembali bangun terlambat. Ulahnya itu membuat nyonyanya sangat marah dan memukul si pelayan dengan tongkat. Insiden ini lantas diketahui oleh banyak orang dan si janda kaya kehilangan reputasi baiknya.

3. Banyak orang seperti wanita ini. Ketika keadaan sekeliling mereka memuaskan, mereka baik, rendah hati dan sabar, tetapi pertanyaannya, apakah mereka akan tetap bersikap sama saat kondisi berubah dan menjadi tidak memuaskan.

Hanya saat seseorang bisa menjaga pikirannya tetap murni dan tenang dan dapat terus bersikap baik saat kata-kata yang tidak menyenangkan terdengar oleh telinganya, saat orang lain menunjukkan sikap yang tidak baik terhadapnya, atau saat ia kekurangan makanan, pakaian, atau tempat berteduh, maka bamlah ia bisa dikatakan baik.

Oleh karena itu, mereka yang melakukan perbuatan baik dan tetap menjaga pikiran yang damai saat keadaan di sekeliling mereka memuaskan bukanlah orang yang sungguh-sungguh baik. Hanya mereka yang telah menerima pengajaran Buddha dan melatih pikiran dan

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

tubuh mereka oleh pengajaran-pengajaran itu bisa benar-benar disebut baik, rendah hati dan penuh damai.

4. Berkaitan dengan kepantasan kata-kata yang digunakan, ada lima pasang antonim: kata-kata yang cocok dengan keadaan dan yang tidak cocok dengan keadaan; kata-kata yang sesuai fakta dan yang tidak sesuai fakta; kata-kata yang kedengarannya menyenangkan dan kata-kata yang terdengar kasar; kata-kata yang berguna dan kata-kata yang mencelakakan; dan kata-kata yang bersimpatik dan kata-kata yang penuh kebencian.

Apa pun kata-kata yang kita utarakan seharusnya dipilih dengan hati-hati karena orang-orang akan mendengarnya dan menimbulkan pengaruh terhadap orang itu, apakah baik atau tidak. Bila pikiran kita dipenuhi simpati dan welas asih, maka pikiran itu akan menolak kata-kata jahat yang kita dengar. Kita tidak boleh membiarkan kata-kata liar keluar dari mulut kita agar tidak menimbulkan perasaan kemarahan atau kebencian dari orang yang mendengarnya. Kata-kata yang kita ucapkan seharusnya selalu merupakan kata-kata yang mengandung simpati dan kebijaksanaan.

Seandainya ada seorang laki-laki yang ingin menyingkirkan semua debu dari tanah. Ia menggunakan sekop dan penampi dan bekerja dengan tekun sampai debunya berhamburan ke mana-mana, namun itu pekerjaan yang sia-sia dilakukan. Sama seperti lelaki bodoh ini, kita pun tidak bisa berharap dapat menyingkirkan semua kata-kata. Kitalah yang harus melatih pikiran kita dan mengisi

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

hati kita dengan simpati sehingga kita tidak akan terganggu oleh kata-kata yang diucapkan oleh orang lain.

Orang mungkin berusaha melukis pemandangan dengan cat air di langit biru, tetapi itu mustahil. Dan mustahil itu mengeringkan sungai besar dengan panasnya api obor yang terbuat dari jerami, atau menghasilkan suara berderak dengan cara menggesekkan dua potong kulit yang sudah disamak dengan baik. Seperti contoh-contoh ini, manusia sebaiknya melatih pikiran mereka sehingga tidak terganggu oleh kata-kata apa pun yang mungkin mereka dengar.

Mereka sebaiknya melatih pikiran mereka dan menjaganya tetap terbuka lebar sebagaimana bumi ini, tak terbatas sebagaimana langit, sedalam sungai besar dan selembut kulit yang sudah disamak dengan baik.

Walaupun Anda ditangkap dan disiksa oleh musuh, bila Anda merasakan kebencian, itu berarti Anda tidak mengikuti ajaran Buddha. Dalam segala keadaan Anda harus belajar berpikir: “Pikiranku tidak bisa diganggu. Kata-kata kebencian dan kemarahan tidak akan keluar dari bibirku. Aku akan melingkupi musuh-musuhku dengan pikiran-pikiran simpatik dan perasaan kasihan yang mengalir keluar dari pikiran yang dipenuhi welas asih untuk seluruh kehidupan kesadaran.”

5. Ada sebuah fabel yang bercerita tentang seorang laki-laki yang menemukan sarang semut yang terbakar di siang hari dan berasap di malam hari. Ia pergi menemui

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

seorang bijak dan meminta nasehat apa yang sebaiknya dilakukan terhadap sarang semut itu. Si orang bijak menyuruh lelaki itu menggali ke dalamnya dengan menggunakan pedang. Lelaki itu melakukannya. Berturut-turut ia menemukan palang pintu, beberapa gelembung air, sebuah garpu rumput, sebuah kotak, seekor kura-kura, sebilah pisau jagal, sepotong daging, dan akhirnya, seekor naga keluar dari sarang itu. Si lelaki melaporkan hasil temuannya pada si orang bijak. Si orang bijak menjelaskan artinya dan berkata, “Buanglah semuanya kecuali naganya; biarkan naga itu sendiri dan jangan mengganggunya.”

Ini adalah fabel yang menggambarkan ‘sarang semut’ sebagai tubuh manusia. ‘Terbakar di siang hari’ mewakili fakta bahwa di siang hari manusia melakukan hal-hal yang dipikirkannya pada malam sebelumnya. ‘Berasap di malam hari’ berarti manusia pada malam hari mengingat kembali dengan senang atau justru menyesali hal-hal yang mereka lakukan siang harinya.

Dalam fabel yang sama, ‘seorang laki-laki’ berarti manusia yang mencari Pencerahan. ‘Si orang bijak’ berarti Buddha. ‘Sebilah pedang’ berarti kebijaksanaan murni. ‘Menggali ke dalamnya’ merujuk pada upaya yang harus ia lakukan untuk meraih Pencerahan.

Lebih jauh dalam fabel itu, ‘palang pintu’ mewakili ketidaktahuan akan kebenaran; ‘gelembung air’ merupakan gumpalan penderitaan dan kemarahan; ‘garpu rumput’ menandakan keragu-raguan dan keresahan; ‘kotak’ menggambarkan tempat penyimpanan keserakahan, kemarahan, kemalasan, kebimbangan, penyesalan dan

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

delusi; ‘kura-kura’ berarti tubuh dan pikiran; ‘pisau jagal’ berarti sintesa dari lima keinginan yang berhubungan dengan pancaindera, dan ‘sepotong daging’ berarti gairah yang dihasilkan olehnya yang menyebabkan seseorang berhasrat memuaskan keinginannya. Semua hal ini berbahaya bagi manusia sehingga Buddha berkata, “Buanglah semuanya.”

Lebih jauh lagi, ‘naga’ berarti pikiran yang telah menyingkirkan semua hasrat duniawi. Bila seseorang menggali ke dalam hatinya dengan menggunakan pedang kebijaksanaan, pada akhirnya ia akan menemukan naganya. “Biarkan naga itu sendiri dan jangan mengganggunya” berarti carilah dan gali pikiran yang terbebas dari segala hasrat duniawi.

6. Pindola, seorang murid Buddha, setelah meraih Pencerahan, kembali ke tempat asalnya Kausambi untuk membalas kebaikan orang-orang di sana yang telah berbuat baik kepadanya. Dengan berbuat begitu, ia menyiapkan ladang untuk ditaburi benih-benih Buddha.

Di pinggiran Kausambi ada sebuah taman kecil di sepanjang tepian Sungai Gangga yang teduh oleh deretan pohon-pohon kelapa di mana angin sejuk terus-terus bertiup.

Pada suatu hari di musim panas, Pindola duduk sambil bermeditasi di bawah keteduhan sebatang pohon ketika Raja Udayana datang ke taman ini bersama pendamping-pendampingnya untuk berekreasi dan, setelah

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

mendengarkan musik dan bersenang-senang, beristirahat sejenak di bawah keteduhan pohon lain.

Saat Raja sedang tertidur, isteri-isteri dan dayang-dayang mereka berjalan-jalan dan tiba-tiba saja bertemu dengan Pindola yang sedang duduk bermeditasi. Mereka mengenalinya sebagai orang suci dan memintanya mengajari mereka, dan mereka mendengarkan ajarannya.

Ketika Raja terbangun dari tidur siangnya, ia pergi mencari isteri dan dayang-dayang mereka, dan menemukan mereka sedang duduk mengelilingi seorang laki-laki dan mendengarkan ajarannya. Karena memiliki pikiran yang cemburu dan penuh berahi, Raja menjadi marah dan memarahi Pindola, katanya: “Tidak bisa dimaafkan bahwa kau, seorang suci, berada di tengah kerumunan wanita dan mengobrol omong kosong dengan mereka.” Tanpa berkata-kata Pindola memejamkan mata dan tetap diam.

Raja yang marah itu lantas menghunus pedangnya dan mengancam Pindola, tapi si orang suci tetap diam dan bergeming seperti batu. Ini membuat Raja semakin marah sehingga ia lantas mengobrak-abrik sarang semut dan melemparkan gumpalan tanah yang penuh berisi semut kepada Pindola, namun ia tetap duduk bermeditasi, menerima penghinaan dan kesakitan itu dengan sabar tanpa mengucapkan sepatah kata pun.

Setelah itu Raja menjadi malu oleh sikapnya yang garang itu dan memohon ampun pada Pindola. Akibat dari insiden ini, ajaran Buddha masuk ke dalam istana Raja dan dari sana menyebar ke seantero negeri.

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

7. Beberapa hari kemudian Raja Udayana mengunjungi Pindola di tempatnya bertapa di dalam hutan dan bertanya kepadanya, “Guru yang terhormat, bagaimanakah caranya murid-murid Buddha dapat menjaga tubuh dan pikiran mereka tetap murni dan tidak tergoda oleh hawa nafsu, padahal kebanyakan mereka adalah lelaki muda?”

Jawab Pindola: “Tuanku Yang Mulia, Buddha telah mengajarkan kepada kita untuk menghormati semua wanita. Ia mengajar kita untuk memandang semua wanita tua sebagai ibu kita, yang sebaya dengan kita sebagai saudari kita, dan yang lebih muda sebagai anak-anak kita. Berkat ajaran ini, murid-murid Buddha dapat menjaga tubuh dan pikiran mereka tetap murni dan tidak tergoda oleh hawa nafsu walaupun mereka masih muda.”

“Tetapi, guru yang Terhormat, seseorang bisa saja memiliki pikiran yang tidak murni terhadap wanita yang seusia dengan ibu, saudari, atau anak perempuan mereka. Bagaimana murid-murid Buddha dapat mengendalikan gairah mereka?”

“Tuanku Yang Mulia, Yang Terberkahi mengajarkan kepada kita untuk menganggap tubuh kita sebagai sesuatu yang menutupi segala kekotoran seperti darah, nanah, keringat, dan minyak; dengan berpikir demikian, kita, walaupun masih muda, dapat menjaga pikiran kita tetap murni.”

“Guru yang Terhormat,” Raja terus mendesak. “Mungkin mudah saja bagimu melakukannya karena kau sudah melatih tubuh dan pikiranmu, dan mengasah

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

kebijaksanaanmu, tetapi pastilah sulit bagi mereka yang belum pernah melatih dirinya sekeras itu. Mereka mungkin berusaha mengingat berbagai kekotoran itu tapi mata mereka akan mengikuti wujud-wujud yang indah. Mereka mungkin berusaha melihat kekotoran yang terkandung di dalamnya namun mereka tetap saja tergoda oleh sosok-sosok rupawan itu. Pastilah ada alasan lain sehingga murid-murid Buddha mampu menjaga sikap mereka tetap murni.”

“Tuanku Yang Mulia,” jawab Pindola, “Yang Terberkahi mengajarkan kepada kita untuk menjaga pintu-pintu masuk panca indera. Ketika kita melihat sosok-sosok rupawan dan warna-warna indah dengan mata kita, saat kita mendengar suara-suara merdu dengan telinga kita, saat kita mencium harum wewangian dengan hidung kita, saat kita mencicipi yang manis-manis dengan lidah kita atau menyentuh yang halus-halus dengan tangan kita, kita tidak boleh menjadi melekat dengan hal-hal menarik itu, tapi kita juga tidak boleh menjadi jijik pada hal-hal yang tidak menarik. Kita diajarkan untuk berhati-hati menjaga pintu-pintu panca indera ini. Melalui pengajaran dari Yang Terberkahi inilah bahwa murid-murid yang muda pun mampu menjaga pikiran dan tubuh mereka tetap murni.”

“Ajaran Buddha sungguh-sungguh menakjubkan. Berdasarkan pengalamanku sendiri aku tahu bahwa bila aku menemukan sesuatu yang indah atau menyenangkan, tanpa berjaga-jaga, aku pasti akan terganggu oleh berbagai kesan yang ditimbulkan indera. Jadi sangatlah penting kita berjaga-jaga di depan pintu-pintu panca indera, setiap saat, untuk menjaga agar seluruh perbuatan kita tetap murni.”

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

8. Setiap kali seseorang mengekspresikan apa yang ada dalam pikirannya menjadi sebuah tindakan, maka akan selalu ada reaksi yang mengikutinya. Bila seseorang memperlakukanmu dengan tidak baik, ada godaan untuk membalasnya, atau balas dendam. Manusia harus berjaga-jaga terhadap reaksi alamiah ini. Sama seperti meludah melawan angin kencang, tindakan itu hanya akan merugikan diri sendiri. Seperti menyapu debu di tengah tiupan angin kencang, tindakan itu hanya akan mengotori diri sendiri. Nasib buruk selalu mengikuti langkah-langkah orang yang menyerah pada gairah untuk membalas dendam.

9. Adalah perbuatan sangat baik menyingkirkan keserakahan dan memiliki pikiran beramal. Masih lebih baik menjaga pikiran tetap melaksanakan Jalan yang Mulia.

Seseorang harus menyingkirkan pikiran yang egois dan menggantikannya dengan pikiran yang benar-benar tulus ingin membantu orang lain. Tindakan yang membuat orang lain bahagia, memberi inspirasi kepada orang lain agar berbuat orang yang lain lagi bahagia, dan dengan demikian kebahagiaan dilahirkan dari tindakan tersebut.

Ribuan lilin dapat dinyalakan dari sebatang lilin saja, dan nyala lilin tersebut tidak menjadi pendek. Kebahagiaan tidak akan pernah berkurang bila dibagikan kepada yang lain.

Mereka yang mencari Pencerahan haruslah berhati-hati atas setiap langkahnya. Tak peduli betapa pun tingginya cita-cita seseorang, itu harus diraih dengan cara selangkah demi selangkah. Langkah-langkah di Jalan

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

Menuju Pencerahan harus lah diambil dalam hidup sehari-hari kita.

10. Di awal jalan menuju Pencerahan, ada dua puluh kesulitan yang harus kita lalui di dunia ini, kesulitan-kesulitan itu adalah:

- 1) Sulit bagi orang miskin untuk bermurah hati.
- 2) Sulit bagi seorang pria yang sombong untuk mempelajari Jalan Pencerahan.
- 3) Sulit untuk mencari Pencerahan dengan mengorbankan diri.
- 4) Sulit dilahirkan ketika Buddha ada di dunia.
- 5) Sulit mendengar ajaran Buddha.
- 6) Sulit menjaga pikiran tetap murni terhadap kesenangan indria.
- 7) Sulit untuk tidak menginginkan hal-hal yang indah dan menarik.
- 8) Sulit bagi pria yang kuat untuk tidak menggunakan kekuatannya untuk memuaskan keinginannya.
- 9) Sulit untuk tidak marah ketika seseorang dihina.
- 10) Sulit untuk tetap bersikap tulus ketika tergoda oleh keadaan mendadak.
- 11) Sulit untuk mendisiplinkan diri belajar sungguh-sungguh.
- 12) Sulit untuk tidak membenci seorang pemula.
- 13) Sulit untuk menjaga diri tetap rendah hati.
- 14) Sulit menemukan teman baik.
- 15) Sulit untuk berdisiplin melakukan hal-hal yang menuju ke Pencerahan.

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

- 16) Sulit untuk tidak diganggu oleh kondisi dan keadaan eksternal.
- 17) Sulit mengajar orang lain mengenali kemampuan mereka.
- 18) Sulit untuk mempertahankan pikiran tetap damai.
- 19) Sulit untuk tidak berdebat tentang yang benar dan yang salah.
- 20) Sulit untuk menemukan dan mempelajari metode yang baik.

11. Orang baik dan orang jahat masing-masing memiliki sifat dasar berbeda. Orang jahat tidak menyadari bahwa perbuatan jahat itu buruk; bila diberitahu bahwa perbuatan yang mereka lakukan itu jahat, mereka tidak berhenti melakukannya dan malah merasa tidak suka diperingatkan orang tentang cara-cara hidup mereka yang penuh salah. Orang yang bijaksana peka terhadap yang benar dan yang salah; mereka langsung berhenti melakukan apa saja begitu mereka melihat bahwa perbuatan itu salah; mereka justru bersyukur bila ada orang yang memberitahukan bahwa perbuatan mereka itu salah.

Demikianlah orang baik dan orang jahat sangatlah jauh berbeda. Orang jahat tidak pernah menghargai kebaikan hati orang lain yang ditunjukkan pada mereka, namun orang yang bijaksana menghargai dan berterima kasih. Orang yang bijaksana berusaha mengungkapkan penghargaan dan terima kasih mereka dengan membalas kebaikan itu, bukan hanya kepada yang memberikan kebaikan itu, tetapi kepada semua orang lain.

III PENGAJARAN DALAM PERUMPAMAAN

1. Zaman dahulu kala ada sebuah negeri yang memiliki kebiasaan yang sangat aneh yaitu menelantarkan warganya yang lanjut usia di pegunungan terpencil yang sulit dijangkau.

Salah seorang menteri negeri itu merasa sangat sulit mengikuti kebiasaan ini karena ia sendiri memiliki seorang ayah yang sudah berusia lanjut, sehingga ia lantas membangun semacam gua bawah tanah rahasia, menyembunyikan ayahnya di sana dan merawatnya.

Suatu hari seorang dewa muncul di hadapan raja negeri itu dan memberikan sebuah teka-teki yang sangat pelik. Kata dewa itu, bila sang raja tak mampu memecahkan teka-teki tersebut secara memuaskan, negerinya akan dihancurkan. Teka-teki itu ialah: “Ini ada dua ekor ular; sebutkan jenis kelamin dari masing-masing ular ini.”

Baik sang raja maupun semua orang di istana itu tak mampu memecahkan teka-teki itu; maka raja pun menawarkan hadiah yang sangat besar bagi siapa pun di kerajaan itu yang mampu memecahkan teka-teki tersebut.

Sang menteri turun ke tempat persembunyian ayahnya dan menanyakan jawaban dari teka-teki itu. Lelaki tua itu berkata: “Jawabannya mudah saja. Letakkan kedua ekor ular itu di atas karpet yang lembut; ular yang bergerak-gerak berarti berjenis kelamin jantan, sementara ular yang diam saja berjenis kelamin betina.” Sang menteri

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

membawa jawaban itu kepada raja dan teka-teki tersebut pun berhasil dipecahkan.

Kemudian sang dewa mengajukan pertanyaan-pertanyaan lain yang sulit-sulit, dan baik sang raja maupun para pembantunya tak dapat menjawabnya, namun sang menteri, setelah berkonsultasi dengan ayahnya yang lanjut usia, selalu dapat menjawabnya.

Inilah beberapa dari pertanyaan-pertanyaan tersebut beserta jawaban-jawabannya. “Siapakah yang saat sedang tertidur, disebut sebagai yang terbangun, dan, yang terbangun disebut yang tertidur?” Jawabannya adalah: “Yang sedang dilatih menuju Pencerahan. Ia terbangun bila dibandingkan dengan mereka yang tidak tertarik pada Pencerahan; ia tertidur bila dibandingkan dengan mereka yang sudah meraih Pencerahan.”

“Bagaimana kau bisa menimbang berat seekor gajah besar?” “Naikkan gajah itu ke atas kapal dan buat garis untuk menandai sedalam apa kapal itu terbenam ke dalam air. Lalu turunkan gajahnya dan masukkan batu-batu ke dalam kapal sampai kapal itu terbenam hingga kedalaman yang sama, lalu timbang berat batu-batu itu.”

Apakah arti dari kata pepatah, “Secangkir penuh berisi air adalah lebih banyak daripada air di samudera raya?” Inilah jawabannya: “Secangkir penuh air yang diberikan dengan berwelas asih kepada orangtua atau orang yang sakit mengandung nilai kebaikan abadi, tetapi air di samudera raya suatu saat nanti akan habis juga.”

Selanjutnya dewa membuat seorang pria yang

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

kelaparan, yang tubuhnya hanya tinggal tulang berbalut kulit, mengeluh, “Adakah di dunia ini orang yang lebih kelaparan daripada aku?” “Ada, yaitu orang yang begitu egois dan serakahnya sampai-sampai ia tidak percaya pada Tiga Permata: Buddha, Dharma dan Sangha, dan yang tidak memberikan persembahan untuk orangtua dan gurunya, ia bukan saja lebih lapar tetapi ia akan jatuh ke dunia setan kelaparan dan di sana ia akan menderita karena kelaparan selama- lamanya.”

“Ini sebilah papan yang terbuat dari kayu Cendana; ujung mana yang merupakan pangkal pohon?” “Biarkan kayu itu mengambang di air; ujung yang tenggelam sedikit lebih dalam adalah ujung yang paling dekat dengan akar.”

“Ada dua ekor kuda yang bentuk dan ukurannya terlihat sama; bagaimana cara membedakan mana induk dan mana anaknya?” “Beri kuda-kuda itu makan dengan jerami; induk kuda akan mendorong jerami ke anaknya.”

Setiap jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang sulit ini menyenangkan baik hati dewa maupun raja. Raja merasa sangat berterima kasih ketika mengetahui bahwa jawaban-jawaban itu berasal dari ayah sang menteri yang sudah berusia lanjut, yang selama ini disembunyikan di dalam gua. Maka ia pun mencabut hukum yang menelantarkan orang-orang tua di pegunungan dan memerintahkan agar mereka semua diperlakukan dengan baik.

2. Ratu Videha dari India pernah bermimpi melihat seekor gajah putih yang memiliki enam gading. Ia sangat

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

menginginkan gading-gading itu dan membujuk raja agar mendapatkan gading-gading itu untuknya. Meski permintaan itu tampaknya mustahil, sang raja yang sangat mencintai ratunya menawarkan hadiah kepada pemburu mana pun yang berhasil menemukan gajah seperti itu.

Kebetulan ada seekor gajah yang persis seperti itu, memiliki enam gading, di Pegunungan Himalaya, sedang berlatih jalan Kebuddhaan. Gajah itu dulu pernah menyelamatkan nyawa seorang pemburu dalam sebuah situasi darurat nun jauh di pelosok pegunungan sehingga si pemburu bisa kembali dengan selamat ke negerinya. Namun, si pemburu yang dibutakan oleh nafsu serakahnya ingin mendapatkan hadiah yang besar sehingga melupakan kebaikan yang pernah ditunjukkan oleh si gajah kepadanya, ia kembali ke pegunungan dan membunuh gajah itu.

Si pemburu, tahu bahwa gajah itu sedang melatihi Kebuddhaan, si pemburu menyamar dengan mengenakan jubah seorang pertapa Buddhis, sehingga saat si gajah lengah, ia memanah gajahnya dengan panah beracun.

Si gajah, tahu bahwa hidupnya sebentar lagi akan berakhir dan bahwa si pemburu dikuasi oleh nafsu duniawi untuk memperoleh hadiah, merasa berwelas asih pada si pemburu dan melindunginya dengan merengkuh si pemburu dengan keempat kakinya untuk melindunginya dari kemarahan gajah-gajah lain yang ingin marah. Kemudian si gajah bertanya kepada si pemburu mengapa ia melakukan perbuatan yang bodoh itu. Si pemburu bercerita tentang hadiah itu dan mengaku ia mengincar keenam gading si gajah. Gajah itu langsung mematahkan

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

gading-gadingnya dengan cara memukul-mukulkannya ke sebatang pohon dan memberikannya kepada pemburunya dan berkata: - “Dengan memberikan ini kepadamu aku telah menyelesaikan pelatihanku menuju Kebuddhaan dan akan terlahir kembali di Tanah Suci. Ketika aku menjadi Buddha, aku akan membantumu menyingkirkan tiga panah beracun berupa keserakahan, kebencian, dan kebodohan.”

3. Di dalam semak belukar di kaki Pegunungan Himalaya, hiduplah seekor burung nuri bersama hewan-hewan dan burung-burung lain. Suatu hari terjadi kebakaran di semak belukar itu akibat gesekan bambu-bambu karena tiupan angin kencang, dan burung-burung serta hewan-hewan itu ketakutan dan kebingungan. Si burung nuri, merasa kasihan melihat hewan-hewan itu ketakutan dan menderita, dan berharap ia dapat membalas kebaikan yang telah ia terima di semak bambu itu, di mana ia bisa berlindung, berusaha berbuat semampunya untuk menyelamatkan mereka. Ia menceburkan dirinya ke dalam kolam yang ada di dekat situ lalu terbang di atas api dan mengguncangkan badannya, menjatuhkan tetes-tetes air untuk memadamkan api. Ia dengan tekun mengulangnya berkali-kali dengan hati penuh welas asih dan terima kasih terhadap semak bambu.

Semangat kebaikan dan pengorbanan menarik perhatian seorang dewa surga yang kemudian turun dari langit dan berkata kepada si burung nuri: “Kau memiliki pikiran yang gagah berani, tapi manfaat apa yang kau harapkan dengan menjatuhkan beberapa tetes air di tengah-

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

tengah kebakaran hebat ini?” Burung nuri itu menjawab: - “Tidak ada yang tidak bisa dicapai oleh semangat berterima kasih dan mengorbankan diri sendiri. Aku akan terus berusaha lagi dan lagi berulang kali di kehidupan berikutnya.” Sang dewa merasa terkesan oleh semangat burung nuri itu dan bersama-sama mereka memadamkan kebakaran itu.

4. Zaman dahulu, di Pegunungan Himalaya, hiduplah seekor burung yang memiliki satu tubuh dan dua kepala. Suatu kali, salah satu kepala melihat kepala yang lain sedang makan buah yang manis dan merasa iri, lalu berkata pada dirinya sendiri: - “Kalau begitu, aku akan makan buah beracun.” Maka ia pun makan buah beracun dan burung itu mati.

5. Suatu kali, ekor dan kepala ular bertengkar mengenai siapa yang seharusnya berada di depan. Ekor berkata kepada kepala: - “Kau selalu saja memimpin; itu tidak adil, seharusnya kau sesekali membiarkan aku memimpin” Kepala menjawab: - “Sudah merupakan hukum alam bahwa aku harus menjadi kepala, aku tidak bisa bertukar tempat denganmu.”

Tapi pertengkaran itu terus berlanjut dan suatu hari, ekor mengikatkan dirinya ke sebatang pohon sehingga kepala tidak bisa bergerak maju. Ketika kepala kelelahan karena terus-menerus melawan ekor yang memiliki kemauan sendiri, akhirnya ular itu terjatuh ke dalam lubang

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

berisi api dan mati.

Dalam dunia selalu berlaku hukum alam dan segala sesuatu memiliki peran dan fungsinya masing-masing. Bila tatanan ini dirusak, fungsinya akan terganggu dan seluruh keteraturan akan hancur.

6. Ada seorang laki-laki yang mudah marah. Suatu hari, dua orang mengobrol di depan sebuah rumah, membicarakan laki-laki yang tinggal di rumah itu. Kata yang satu kepada temannya: - “La orang baik tetapi sangat tidak sabaran; orangnya temperamental dan gampang marah.” Si lelaki mendengar perkataan itu, bergegas keluar dari rumahnya dan menyerang kedua orang itu, memukul, menendang, dan melukai mereka.

Orang yang bijaksana, ketika ada orang yang menasehatinya dan mengingatkannya akan kesalahan-kesalahannya, pasti akan menerima nasehat itu dan memperbaiki sikapnya. Orang yang bodoh, ketika diberitahu tentang kesalahannya, bukan hanya akan mengabaikan nasehat itu tetapi juga mengulangi kesalahan yang sama.

7. Dahulu kala hiduplah seorang yang kaya raya tetapi bodoh. Ketika ia melihat sebuah rumah bertingkat tiga yang indah milik orang lain, ia merasa iri dan membulatkan tekad untuk membangun rumah yang sama, persis seperti itu, merasa dirinya juga sama kayanya dengan temannya itu. Ia memanggil tukang kayu dan menyuruhnya

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

membangun rumah itu. Si tukang kayu bersedia dan langsung mulai membuat fondasinya, lalu lantai pertama, lantai kedua, dan kemudian lantai ketiga. Si orang kaya memperhatikan ini semua dengan perasaan kesal dan berkata: -“Aku tidak menginginkan fondasi atau lantai pertama atau lantai kedua; pokoknya aku mau lantai ketiga yang indah. Cepat buatlah untukku.”

Orang bodoh selalu hanya memikirkan hasil, dan tidak sabar melakukan upaya-upaya yang diperlukan untuk mendapatkan hasil yang baik. Tidak ada kebaikan yang dapat dicapai tanpa upaya yang benar, sama seperti tidak akan ada lantai ketiga tanpa fondasi dan juga lantai pertama dan kedua.

8. Seorang bodoh merebus madu. Temannya tiba-tiba muncul dan orang bodoh itu ingin menawarinya sedikit madu, tetapi madu itu terlalu panas, dan tanpa memindahkannya dari atas api, mengipasi madu itu supaya dingin. Dengan cara seperti itu, mustahil membuat madu menjadi dingin tanpa memindahkannya dari api nafsu keinginani.

9. Dahulu kala ada dua setan yang sepanjang hari ribut bertengkar tentang sebuah kotak, sebatang tongkat, dan sepasang sepatu. Seorang laki-laki yang kebetulan lewat, bertanya, “Mengapa kalian bertengkar tentang benda-benda itu? Kekuatan magis apa yang dimiliki oleh benda-benda itu sehingga kalian bertengkar memperebutkannya?”

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

Setan-setan itu menjelaskan kepadanya bahwa dari kotak itu mereka bisa mendapatkan apa saja yang mereka inginkan—makanan, pakaian atau harta benda; dengan tongkat itu mereka bisa melumpuhkan semua musuh; dengan sepasang sepatu mereka bisa berjalan di udara.

Mendengar penjelasan itu, si lelaki berkata: “Mengapa bertengkar? Kalian pergi saja dulu sebentar, aku akan memikirkan cara yang adil untuk membagi benda-benda ini di antara kalian.” Maka kedua setan itu pun pergi dan begitu mereka lenyap, lelaki itu langsung memakai sepatu, meraih kotak dan tongkat, lalu langsung melesat di udara.

‘Setan-setan’ itu mewakili manusia yang tidak memiliki keyakinan. ‘Kotak’ berarti hadiah yang dibuat melalui berdana; mereka tidak menyadari betapa banyaknya pahala yang bisa diperoleh dari berdana. ‘Tongkat’ berarti latihan konsentrasi pikiran. Manusia tidak menyadari bahwa dengan melatih konsentrasi pikiran, mereka dapat meredam semua nafsu keinginan. ‘Sepasang sepatu’ berarti disiplin murni berupa pikiran dan tindakan, yang akan membawa mereka jauh melampaui segala keinginan dan perdebatan. Tanpa mengetahui hal-hal ini, mereka bertengkar dan berdebat memperebutkan sebuah kotak, sebatang tongkat, dan sepasang sepatu.

10. Dahulu ada seorang laki-laki yang berkelana sendirian. Menjelang malam, ia sampai ke sebuah rumah kosong dan memutuskan menginap di sana. Kira-kira tengah malam, datang setan membawa mayat dan

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

meletakkannya di lantai. Tak lama kemudian, setan lain muncul dan mengklaim mayat itu sebagai miliknya dan mereka pun bertengkar memperebutkannya.

Kemudian setan yang pertama berkata percuma saja memperdebatkannya lebih jauh lagi dan mengusulkan agar mereka membawanya kepada hakim untuk memutuskan siapa pemiliknya. Setan lain menyetujui hal ini dan, melihat si lelaki yang meringkuk ketakutan di sudut ruangan, memintanya memutuskan siapa yang berhak memiliki mayat itu. Si lelaki sangat ketakutan, karean ia tahu apa pun keputusannya hanya akan membuat marah setan yang kalah dan bahwa setan yang kalah akan membalas dendam dan membunuhnya, tapi ia memutuskan untuk mengatakan hal sebenarnya yang ia lihat.

Tepat seperti dugaannya, kesaksiannya itu membuat marah setan yang kedua, yang lantas menyambar lengannya dan menariknya sampai lepas, tapi setan yang pertama menggantinya dengan lengan yang diambilnya dari mayat. Setan yang marah menarik hingga lepas lengan yang lain, tapi setan yang pertama langsung menggantinya dengan lengan lain dari si mayat. Begitu seterusnya sampai kedua lengan, kaki, kepala, dan badannya ditarik sampai lepas dan digantikan dengan milik si mayat. Kemudian kedua setan itu, melihat anggota-anggota badan si lelaki bertebaran di lantai, memungutnya dan memakannya, lalu pergi dari situ sambil tertawa terkekeh-kekeh.

Lelaki malang yang memutuskan menginap di rumah kosong itu merasa sangat sedih memikirkan nasibnya yang sial. Anggota-anggota tubuhnya yang

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

dimakan oleh setan-setan itu adalah anggota-anggota badan yang diberikan oleh kedua orangtuanya, dan anggota-anggota badan yang dimilikinya sekarang dulunya adalah milik si mayat. Jadi, siapakah dia sebenarnya? Menyadari semua fakta-fata itu, ia tak mampu mencernanya dan, menjadi gila, ia pun keluar dari rumah itu. Sesampainya ia di sebuah kuil, ia masuk dan menceritakan permasalahannya kepada para biarawan di sana. Orang-orang bisa melihat arti sebenarnya dari sikap yang tidak mementingkan diri sendiri dalam ceritanya.

11. Dahulu kala ada seorang wanita cantik berpakaian indah yang datang berkunjung ke sebuah rumah. Tuan rumah bertanya siapa dia; dan wanita itu menjawab dia adalah dewi kekayaan. Sang tuan rumah merasa gembira dan memperlakukannya dengan sangat baik!

Tak lama kemudian datang seorang wanita lain yang buruk rupa dan berbaju jelek. Tuan rumah bertanya siapa dia dan wanita itu menjawab dia adalah dewi kemiskinan. Tuan rumah ketakutan dan berusaha mengusirnya dari rumah, tapi wanita itu menolak pergi, katanya, “Dewi kekayaan adalah saudara perempuan. Kami memiliki kesepakatan bahwa kami tidak akan pernah hidup terpisah; kalau kau mengusirku, ia juga akan pergi bersamaku.” Benar saja, begitu wanita buruk rupa itu pergi, wanita cantik itu pun lenyap.

Ada kelahiran, pasti ada kematian. Nasib baik akan diikuti dengan nasib buruk. Hal-hal buruk mengikuti hal-hal baik. Manusia harus menyadari hal ini. Orang bodoh

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

takut akan datangnya nasib buruk dan berusaha keras agar nasibnya tetap baik, tetapi mereka yang mencari Pencerahan harus melampaui keduanya dan terbebas dari kemelekatan duniawi.

12. Dahulu kala hiduplah seorang seniman miskin yang meninggalkan rumahnya, meninggalkan isterinya, untuk mencari kekayaan. Setelah tiga tahun berjuang keras, ia berhasil menabung tiga ratus keping emas dan memutuskan kembali ke rumahnya. Dalam perjalanan pulang ia sampai ke sebuah kuil besar yang sedang menyelenggarakan upacara persembahan besar-besaran. Ia sangat terkesan oleh upacara itu dan berpikir dalam hatinya: “Sampai sekarang, aku hanya memikirkan masa sekarang; aku tidak pernah memikirkan kebahagiaan masa depanku. Pastilah ini merupakan bagian dari nasib baikku sehingga aku bisa sampai ke tempat ini; aku harus memanfaatkannya untuk menanam benih kebaikan.” Setelah berpikir begitu, ia dengan penuh syukur mempersembahkan seluruh tabungannya ke kuil itu dan kembali ke rumahnya tanpa uang sepeserpun.

Sesampainya di rumah, isterinya memarahinya karena tidak membawa uang sepeser pun untuk menafkahnya. Seniman miskin itu menjawab bahwa ia telah berhasil mendapatkan sejumlah uang tapi menyimpannya di tempat yang aman. Ketika sang isteri mendesaknya untuk memberitahukan di mana ia menyimpan uangnya itu, si seniman mengaku bahwa ia telah memberikannya kepada beberapa biarawan di sebuah kuil.

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

Pengakuannya membuat isterinya kesal dan ia pun memarahi suaminya, hingga membawa masalah itu ke hakim setempat. Saat hakim memintanya membela diri, si seniman berkata bahwa ia tidak bertindak bodoh, karena ia mendapatkan uang itu melalui perjuangan yang panjang dan keras, dan ia ingin menggunakannya untuk kebbaikannya di masa depan. Ketika ia sampai di kuil itu, ia merasa di sanalah ladang tempat ia harus menanam emasnya sebagai benih untuk kebbaikannya di masa yang akan datang. Lalu ia menambahkan: “Ketika aku memberikan emas itu kepada para biarawan, rasanya aku seperti membuang semua keserakahan dan kepelitan dari pikiranku, dan aku menyadari bahwa kekayaan yang sebenarnya bukanlah emas tetapi pikiran.”

Hakim memuji semangat sang seniman, dan mereka yang mendengar penjelasannya ini menunjukkan persetujuan mereka dengan menolungnya melalui berbagai cara. Demikianlah sang seniman dan isterinya mendapatkan kebaikan yang terus-menerus.

13. Seorang laki-laki yang tinggal di dekat kuburan pada suatu malam mendengar ada suara yang memanggilnya dari kuburan. Ia terlalu takut untuk menyelidiki suara apa itu gerangan, tapi keesokan harinya ia menceritakan hal itu pada temannya yang pemberani, yang membulatkan tekad untuk melacak tempat itu bila suara tersebut datang lagi malam berikutnya.

Sementara di lelaki penakut gemetar ketakutan, temannya pergi ke kuburan dan, benar saja, suara yang

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

sama terdengar lagi dari kuburan. Sang teman bertanya kepada suara itu siapa dia dan apa yang dia inginkan. Suara dari dalam tanah itu menjawab: “Aku harta tersembunyi, aku telah memutuskan untuk memberikan diriku kepada seseorang. Aku menawarkannya kepada seseorang kemarin malam tapi ia terlalu takut untuk datang mengambilnya, jadi aku akan memberikannya kepadamu yang layak menerimanya. Besok pagi aku akan datang ke rumahmu dengan tujuh pengikutku.”

Sang teman berkata: “Aku akan menunggu kedatangan kalian, tapi katakan kepadaku bagaimana aku harus memperlakukan kalian.” Suara itu menjawab: “Kami akan datang dengan mengenakan jubah biarawan. Siapkan kamar untuk kami dengan segentong air; basuhlah badanmu dan bersihkan ruangan itu, lalu sediakan kursi untuk kami beserta delapan mangkuk bubur nasi. Setelah makan, kau akan membawa kami satu demi satu ke dalam kamar tertutup itu, dan di sana kami akan mengubah diri kami menjadi tempayan berisi emas.”

Keesokan paginya lelaki ini membasuh badannya dan membersihkan ruangan tepat seperti yang diperintahkan lalu menunggu delapan biarawan itu datang. Tepat seperti yang dikatakan, mereka datang dan lelaki itu menerima kedatangan mereka dengan baik. Setelah biarawan-biarawan itu makan, ia membawa mereka satu demi satu ke dalam ruangan tertutup, dan masing-masing biarawan itu mengubah diri mereka menjadi tempayan penuh berisi emas.

Ada seorang lelaki serakah di desa yang sama yang

JALAN MENUJU KEBUDDHAAN

mendengar tentang peristiwa itu dan menginginkan tempayan-tempayan berisi emas itu. Ia mengundang delapan biarawan ke rumahnya. Setelah mereka makan, ia membawa mereka ke sebuah ruangan tertutup, namun alih-alih mengubah diri menjadi tempayan berisi emas, biarawan- biarawan itu marah dan menjadi kasar, lalu melaporkan si lelaki serakah ke polisi yang kemudian datang dan menangkapnya.

Sementara si lelaki penakut, ketika ia mendengar bahwa suara dari kuburan itu justru mendatangkan kekayaan kepada si lelaki pemberani, pergi ke rumah temannya dan dengan serakah menuntut agar emas itu diberikan kepadanya, bersikeras dengan alasan suara itu pertama kali memanggilnya. Ketika si lelaki penakut itu berusaha mengambil tempayan-tempayan berisi emas, ia malah menemukan banyak ular berbisa di dalamnya yang mengangkat kepala, siap mematuknya.

Raja mendengar tentang hal ini dan memerintahkan agar tempayan-tempayan itu menjadi milik si lelaki pemberani dan menyampaikan pengamatannya berikut ini: “Segala sesuatu di dunia itu seperti ini. Orang-orang yang bodoh dan serakah yang menginginkan hasil yang baik, tapi terlalu takut mengejanya sehingga dengan demikian, mereka akan selalu gagal. Mereka tidak memiliki keyakinan ataupun keberanian untuk menghadapi pergumulan dalam pikiran mereka padahal melalui pikiranlah kedamaian sejati dan keharmonisan dapat dicapai.”

BAB DUA

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

I

MENCARI KEBENARAN

1. Dalam mencari kebenaran ada pertanyaan-pertanyaan tertentu yang tidak penting. Terbuat dari bahan apakah alam semesta ini? Apakah alam semesta ini abadi? Adakah ada batasan atau tidak bagi alam semesta? Dengan cara apakah manusia ini disatukan? Apa bentuk organisasi ideal bagi masyarakat? Bila seseorang menunda mencari kebenaran dan menunda latihan menuju Pencerahan sampai ditemukan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan itu, ia pasti bakal mati sebelum menemukan jalan itu.

Seandainya seseorang dipanah dengan panah beracun, dan sanak saudara serta teman-temannya berkumpul dan memanggil seorang ahli bedah untuk mencabut anak panah itu dan mengobati lukanya.

Bila orang yang terluka itu menolak dan berkata, “Tunggu sebentar. Sebelum kau mencabutnya, aku ingin tahu siapa yang menembakkan anak panah ini. Apakah penembak itu pria atau perempuan? Apakah dia keturunan bangsawan, atau petani? Busurnya terbuat dari apa? Apakah busur besar, atau busur kecil, yang menembakkan anak panah ini? Terbuat dari kayu atau bambu? Tali busurnya terbuat dari apa? Apakah dari serat, atau dari usus? Apakah panahnya terbuat dari rotan, atau dari ilalang kering? Bulu-bulu apa yang digunakan? Sebelum kau

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

mencabut anak panah itu, aku ingin tahu semua tentang hal-hal ini.” Lalu apa yang akan terjadi?

Sebelum semua keterangan itu bisa diberikan, tidak diragukan lagi, racunnya akan telanjur menyebar ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah dan orang itu akan mati. Hal pertama yang harus dilakukan adalah mencabut anak panah itu dan mencegah racunnya menyebar.

Saat api nafsu keinginan membahayakan kehidupan, unsur-unsur apa saja yang membentuk alam semesta ini tidak terlalu penting; apakah bentuk ideal bagi komunitas masyarakat juga tidak terlalu penting untuk dipikirkan.

Jawaban pertanyaan apakah alam semesta memiliki batas atau kekal dapat ditunggu dulu sampai ditemukan cara untuk memadamkan api kelahiran, usia tua, penyakit, dan kematian; saat menghadapi kesengsaraan, kesedihan, penderitaan dan penderitaan, seseorang pertama-tama harus mencari cara untuk memecahkan masalah ini dan mendedikasikan diri untuk mempraktikkan hal itu.

Ajaran Buddha mengandung apa yang penting untuk diketahui dan apa yang tidak penting. Dengan demikian, Ajaran Buddha mengajarkan kepada manusia bahwa mereka harus mempelajari apa yang seharusnya mereka pelajari, menyingkirkan apa yang seharusnya mereka singkirkan, melatih apa yang seharusnya mereka latih agar tercerahkan.

Oleh karena itu, manusia pertama-tama harus dapat membedakan apa yang paling penting, masalah mana yang seharusnya dipecahkan lebih dulu dan mana yang paling

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

mendesak bagi mereka. Untuk melakukan semua ini, pertama-tama mereka harus berusaha melatih pikiran mereka; jadi, mereka harus berusaha mengendalikan pikiran.

2. Misalkan seseorang pergi ke hutan untuk mendapatkan beberapa intisari yang tumbuh di tengah pohon dan ia kembali dengan membawa cabang dan daun, berpikir bahwa ia telah mendapatkan apa yang ia cari. Apakah dia tidak bodoh, jika dia puas telah berhasil membawa kulit kayu, padahal harus dicari adalah inti pohon? Tapi itulah yang dilakukan banyak orang.

Seseorang mencari jalan yang akan membawanya jauh dari kelahiran, usia tua, penyakit dan kematian, atau dari kesengsaraan, kedukaan, penderitaan dan kesakitan; namun, ia baru mengikuti jalan selama beberapa saat, melihat sedikit kemajuan, dan langsung menjadi angkuh, sombong, dan dominan. Ia seperti lelaki yang mencari intisari pohon tetapi merasa puas ketika pulang memanggul beban berupa ranting-ranting pohon dan daun-daun.

Seorang lagi merasa puas dengan kemajuan yang telah dicapainya melalui sedikit usaha, lalu mengendurkan usahanya dan menjadi angkuh serta sombong; ia pulang dengan hanya memanggul beban berupa ranting-ranting pohon, bukan intisari yang dicarinya.

Seorang lain lagi mendapati pikirannya menjadi lebih tenang dan pikirannya lebih jernih, maka ia pun mengendurkan usahanya dan menjadi angkuh serta

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

sombong; ia membawa beban kulit pohon, bukan intisari yang dicarinya.

Seorang lain menjadi angkuh dan sombong karena ia melihat bahwa ia memperoleh pengetahuan intuitif yang cukup luas; alih-alih intisari pohon, ia malah membawa pulang cukup banyak serat kayu. Semua pencari ini, yang mudah merasa puas oleh upaya mereka yang tidak seberapa, menjadi sombong dan besar kepala, sehingga mengendurkan usaha dan dengan mudah jatuh ke dalam sikap malas dan berpangku tangan. Semua orang ini, tidak dapat dihindari, akan menghadapi penderitaan lagi.

Mereka yang mencari jalan kebenaran menuju Pencerahan tidak boleh mengharapkan tawaran memperoleh penghormatan, kekaguman atau pujian. Dan lebih jauh lagi, mereka tidak boleh bercita-cita dengan usaha yang seadanya, dan langsung merasa puas oleh ketenangan, pengetahuan, atau wawasan sedikit yang mereka peroleh.

Yang pertama dan yang terutama, seseorang harus memperoleh gambaran secara jelas mengenai keadaan alamiah dan mendasar dari dunia kehidupan dan kematian ini.

3. Dunia tidak memiliki hakekat sendiri. Dunia hanyalah kumpulan dari berbagai sebab dan kondisi yang memiliki asal muasal, satu-satunya dan eksklusif, dari aktivitas pikiran yang terstimulasi oleh ketidaktahuan, imajinasi palsu, keinginan dan kegilaan. Dunia bukanlah

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

hal eksternal yang merupakan hasil pemikiran keliru; dunia tak memiliki hakekat sama sekali. Wujud dunia muncul melalui proses pemikiran itu sendiri, memanifestasikan delusinya. Dunia dibentuk dan dibangun dari keinginan pikiran, dari penderitaan dan perjuangannya yang berhubungan dengan rasa sakit yang disebabkan oleh keserakahan, kebencian, dan kebodohnya sendiri. Mereka yang mencari jalan menuju Pencerahan harus siap bertarung dengan pikiran seperti itu demi mencapai tujuan mereka.

4. “Oh pikiranku! Mengapa kau terus-menerus memikirkan keadaan hidup yang terus berubah? Mengapa kau membuatku begitu bingung dan gelisah? Mengapa kau mendesakku untuk mengumpulkan begitu banyak hal? Kau seperti bajak yang pecah berkeping-keping sebelum mulai membajak; kau seperti kemudi yang dibongkar tepat saat kau baru mulai menjelajahi laut kehidupan dan kematian. Apa gunanya banyak kelahiran kembali bila kita tidak menggunakan kehidupan ini dengan sebaik-baiknya?”

“Oh pikiranku! Dulu kau menyebabkan aku terlahir sebagai raja, dan kemudian kau menyebabkan aku terlahir sebagai orang buangan dan meminta-minta makanan. Terkadang kau menyebabkan aku terlahir di istana surgawi para dewa dan hidup bergelimang kemewahan dan kenikmatan; kemudian kau menceburkan aku ke dalam jilatan api neraka.”

“ Oh pikiranku yang bodoh, bodoh sekali! Demikianlah kau membawaku menuju berbagai jalan yang

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

berbeda-beda dan selama ini aku patuh dan menurut padamu. Tapi sekarang aku sudah mendengar tentang ajaran Buddha, jangan ganggu aku lagi atau menyebabkan lebih banyak penderitaan bagiku, tapi biarkan aku mencari Pencerahan bersama-sama, dengan rendah hati dan sabar.”

“ Oh, pikiranku! Seandainya kau belajar bahwa segala sesuatu tidak kekal dan tidak memiliki diri; seandainya kau belajar untuk tidak serakah mengejar berbagai hal, tidak menginginkan banyak hal, tidak menyerah pada keserakahan, kebencian, dan kebodohan, maka kita dapat menempuh perjalanan dengan tenang. Kemudian, dengan memutus ikatan keinginan dengan pedang kebijaksanaan, tak terganggu oleh keadaan yang berubah-ubah—keuntungan atau kerugian, baik atau buruk, kekalahan atau kemenangan, pujian atau hinaan—kita mungkin akan hidup dalam kedamaian.”

“Oh, pikiranku sayang! Kaulah yang pertama kali membangunkan keyakinan dalam diri kami; kaulah yang menyarankan agar kami mencari Pencerahan. Mengapa kau begitu mudahnya menyerah pada keserakahan, larut dalam kenyamanan dan kenikmatan hidup lagi?”

“Oh pikiranku! Mengapa kau berputar ke sana ke mari tanpa tujuan yang jelas? Mari kita seberangi lautan delusi yang liar ini. Sampai sekarang aku bertindak seperti yang kauharapkan, tapi sekarang kau harus bertindak seperti yang kuharapkan dan, bersama-sama, kita akan mengikuti ajaran Buddha.”

“Oh, pikiranku sayang! Gunung-gunung, sungai-sungai, dan lautan ini semuanya bisa berubah dan

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

menyebabkan kesakitan. Di dunia delusi manakah kita harus mencari ketenangan? Marilah kita ikuti ajaran Buddha dan menyeberang ke tepian Pencerahan di seberang sana.”

5. Demikianlah, mereka yang benar-benar mencari jalan menuju Pencerahan mendikte persyaratan dalam pikiran mereka. Lalu mereka maju dengan tekad kuat. Walaupun mereka diperlakukan dengan tidak baik dan dihina oleh orang-orang lain, mereka tetap maju tanpa terganggu. Mereka tidak menjadi marah kalau dipukul, atau dilempar dengan batu, atau dilukai dengan pedang.

Walaupun musuh-musuh memenggal kepala dan memisahkannya dari badan, pikiran tetap tidak boleh terusik. Bila mereka membiarkan pikiran digelapkan oleh hal-hal yang mereka derita, berarti mereka tidak mengikuti ajaran Buddha. Mereka harus penuh tekad, tak peduli apa pun yang terjadi pada diri mereka, tetap setia, teguh, memancarkan pikiran-pikiran yang penuh welas asih dan niat baik. Meski penganiayaan dan nasib buruk datang, namun seseorang harus bertekad agar pikirannya tetap teguh dan tenang, dan dipenuhi dengan ajaran Buddha.

Demi mencapai Pencerahan, manusia harus berusaha menyelesaikan yang mustahil dilakukan dan manusia harus sabar menjalani apa yang tidak tertahankan. Manusia harus memberikan apa yang dimilikinya hingga yang penghabisan. Kalau ia diperintahkan bahwa untuk mencapai Pencerahan ia harus membatasi makanannya sampai sebutir nasi sehari, maka itulah yang harus ia

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

makan. Bila jalan menuju Pencerahan membawanya melewati api, ia harus terus berjalan.

Tapi janganlah melakukan hal-hal ini karena memiliki maksud dan tujuan tersembunyi. Seseorang harus melakukannya karena memang itu tindakan yang bijaksana, hal yang benar, untuk dilakukan. Seseorang harus melakukannya karena didorong oleh semangat welas asih, sebagaimana seorang ibu melakukan hal-hal ini untuk anaknya yang masih kecil, demi anaknya yang sakit, tanpa memikirkan kekuatan ataupun kenyamanannya sendiri.

6. Dahulu ada seorang raja yang mencintai rakyat dan negerinya, dan memerintah dengan kebijaksanaan dan kebaikan. Karena itulah, negerinya menjadi makmur dan damai. Ia selalu mencari kebijaksanaan dan pencerahan yang lebih hebat lagi; ia bahkan menawarkan hadiah kepada siapa pun yang dapat membimbingnya ke ajaran-ajaran yang berharga.

Kesetiaan dan kebijaksanaannya akhirnya menarik perhatian para dewa, tapi mereka bertekad untuk mengujinya. Seorang dewa menyamar sebagai setan muncul di depan gerbang istana sang raja dan minta dibawa menghadap raja karena ia memiliki ajaran suci untuk diberikan kepada raja.

Raja yang senang mendengar pesan itu dengan sopan menerimanya dan meminta petunjuk. Si setan berubah wujud menjadi sosok yang mengerikan dan menuntut diberi makan, karena katanya ia tidak bisa

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

mengajar sebelum makan makanan yang disukainya. Berbagai pilihan makan disodorkan kepadanya, tetapi si setan bersikeras ingin kalau ia harus memakan daging dan darah manusia yang hangat. Sang putra mahkota memberikan tubuhnya, demikian juga sang ratu, namun tetap saja si setan belum merasa puas dan malah menuntut tubuh sang raja.

Sang raja mengungkapkan kesediaannya memberikan tubuhnya, tetapi meminta si setan untuk terlebih dulu memberitahukan ajarannya sebelum ia menyerahkan tubuhnya.

Lalu sang dewa menyampaikan ajaran bijaksana berikut ini: “Kesengsaraan bangkit dari hawa nafsu, dan ketakutan bangkit dari hawa nafsu. Mereka yang berhasil menyingkirkan hawa nafsu tidak akan merasa takut ataupun sengsara.” Tiba-tiba dewa itu kembali ke wujudnya semula dan pangeran serta ratu juga muncul kembali dalam tubuh asli mereka.

7. Dahulu ada seseorang yang mencari Jalan Kebenaran di pegunungan Himalaya. Ia tak peduli pada semua harta kekayaannya di dunia ini atau bahkan pada kegembiraan di surga, tapi ia mencari pengajaran yang akan menghilangkan semua delusi mental.

Para dewa terkesan oleh kesungguhan hati dan ketulusan orang itu, lalu memutuskan untuk menguji pikirannya. Maka satu di antara dewa-dewa itu menyamar sebagai setan dan muncul di pegunungan Himalaya, sambil

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

bernyanyi: “Segala sesuatu berubah, segala sesuatu muncul dan menghilang”.

Orang yang sedang mencari Jalan Kebenaran itu mendengar lagu tersebut dan lagu itu membuatnya sangat senang. Ia begitu senang, bagai menemukan mata air yang memancarkan air sejuk untuk melepas dahaganya atau bagaikan seorang budak yang tanpa disangka-sangka dibebaskan. Katanya pada dirinya sendiri, “Akhirnya aku menemukan ajaran sejati yang kucari-cari selama ini.” Ia mengikuti suara itu dan akhirnya bertemu dengan setan yang menakutkan. Dengan pikiran gelisah ia menghampiri setan itu dan berkata: “Kaukah yang tadi menyanyikan lagu suci yang baru saja kudengar? Kalau itu memang kau, tolong nyanyikan lagi.”

Kata si setan lagi: “Aku kelaparan, tapi kalau aku bisa mencicipi daging hangat dan darah manusia, aku akan menyanyikan lagu itu sampai selesai.”

Si lelaki, begitu bersemangat ingin mendengar ajarannya, berjanji kepada si iblis kalau ia bisa mendapatkan tubuhnya setelah mendengarkan ajarannya. Kemudian si setan menyanyikan lagu itu secara utuh.

Segalanya berubah,
Segalanya muncul dan menghilang,
Ada kedamaian sempurna
Saat seseorang melampaui baik kehidupan maupun
kepunahan.

Mendengar lagu itu, si lelaki, setelah menuliskan puisi itu di batu-batu dan pohon-pohon di sekelilingnya,

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

tanpa banyak bicara memanjat pohon lalu menjatuhkan dirinya ke kaki si setan, tetapi setan itu sudah lenyap, dan sebagai gantinya, muncul seorang dewa bersinar-sinar yang menangkap tubuh si lelaki tanpa cedera sedikit pun.

8. Zaman dahulu kala hiduplah seorang pencari jalan kebenaran sejati yang tulus bernama Sadaprarudita. Ia menyingkirkan setiap godaan untuk mendapatkan keuntungan atau kehormatan dan mencari jalan dengan mempertaruhkan nyawanya sendiri. Suatu hari sebuah suara dari surga datang padanya, berkata, “Sadaprarudita! Pergilah langsung ke arah timur. Jangan pikirkan baik panas ataupun dingin, jangan pedulikan puji-pujian duniawi ataupun hinaan, jangan terganggu oleh diskriminasi yang baik atau yang jahat, tapi tetaplah pergi ke arah timur. Di timur jauh kau akan menemukan guru sejati dan akan mendapatkan Pencerahan.”

Sadaprarudita sangat senang mendapatkan petunjuk yang sangat jelas ini dan langsung memulai perjalanannya ke arah timur. Kadang-kadang ia tidur di mana saja ia sampai saat malam tiba, di padang yang sunyi atau di tengah pegunungan yang liar.

Menjadi orang asing di negeri asing, ia mengalami banyak penghinaan; ia bahkan pernah menjual dirinya sebagai budak, menjual tubuhnya sendiri karena kelaparan, tapi akhirnya ia menemukan guru yang benar dan ia meminta petunjuk darinya.

Ada pepatah yang mengatakan, “Hal-hal baik mahal

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

harganya,” dan Sadapramdita mengalami sendiri bahwa itu benar, karena ia mengalami begitu banyak kesulitan dalam perjalanannya menuju jalan kebenaran. Ia tidak punya uang untuk membeli bunga dan dupa sebagai persembahan bagi gurunya. Ia berusaha menjual jasanya tapi tidak ada orang yang mau mempekerjakannya. Seolah-olah ada roh jahat yang mengikutinya ke mana saja ia begalan. Jalan menuju Pencerahan sungguh merupakan jalan yang sulit dan dapat membuat seseorang kehilangan nyawanya.

Akhirnya Sadapramdita berhasil bertemu dengan gurunya tapi ada lagi kesulitan baru yang didapatnya. Ia tidak punya kertas untuk mencatat dan tidak punya kuas ataupun tinta untuk menuliskan catatannya. Kemudian ia menusuk pergelangan tangannya dengan pisau dan membuat catatan dengan darahnya sendiri. Dengan cara ini ia menyimpan Kebenaran yang begitu berharga.

9. Dahulu kalau hiduplah seorang anak laki-laki bernama Sudhana yang juga mengharapkan Pencerahan dan mencari jalannya dengan sungguh-sungguh. Dari seorang nelayan ia belajar tentang seluk-beluk lautan. Dari seorang dokter ia belajar tentang welas asih kepada orang sakit dalam penderitaan mereka. Dari seorang kaya ia belajar bahwa menabung uang receh adalah rahasia kekayaannya dan berpikir betapa pentingnya menghemat setiap hal kecil yang diperoleh dalam perjalanan menuju Pencerahan.

Dari seorang biarawan yang sedang bermeditasi ia belajar bahwa kemurnian dan kedamaian pikiran memiliki

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

kekuatan yang luar biasa untuk memurnikan dan menenangkan pikiran orang lain. Suatu kali ia bertemu dengan seorang wanita yang berkepribadian luar biasa dan terkesan oleh semangatnya yang penuh kebajikan. Dari wanita itu ia belajar bahwa beramal merupakan buah kebijaksanaan. Suatu kali ia bertemu dengan seorang penggembala tua yang mengatakan kepadanya bahwa untuk mencapai tempat tertentu ia harus mendaki gunung terjal dan menyeberangi lembah api. Demikianlah Sudhana belajar dari pengalaman-pengalamannya bahwa ada pengajaran sejati yang bisa diperoleh dari segala sesuatu yang dilihat atau didengarnya.

Ia belajar kesabaran dari seorang wanita miskin yang pincang; ia belajar tentang kebahagiaan sederhana dari melihat anak-anak bermain-main di jalan; dan dari orang-orang yang baik hati dan lemah lembut, yang tidak pernah menginginkan apa pun yang diinginkan oleh orang lain, ia mempelajari rahasia hidup damai dengan seluruh dunia.

Ia belajar tentang harmoni dari memperhatikan berbaurnya elemen-elemen dupa, dan belajar tentang arti bersyukur dari penataan bunga-bunga. Suatu hari, saat sedang berjalan melintasi hutan, ia beristirahat di bawah sebatang pohon cemara dan melihat ada benih kecil tumbuh di dekatnya dari sela-sela batang pohon tumbang yang membusuk, dan itu mengajarkan kepadanya bahwa hidup ini penuh dengan ketidakpastian.

Cahaya matahari di pagi hari dan kerlap-kerlip bintang di malam hari terus-menerus menyegarkan

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

jiwanya. Demikianlah Sudhana mendapatkan banyak pelajaran berharga dari pengalaman-pengalaman yang diperolehnya selama dalam perjalanannya yang panjang.

Sesungguhnya mereka yang mencari Pencerahan harus menganggap pikiran mereka sebagai istana dan menghiasinya. Mereka harus membuka lebar-lebar gerbang pikiran mereka untuk Buddha, dan dengan hormat dan dengan rendah hati mengundang-Nya untuk memasuki ruang terdalam, di sana untuk menawarkan kepada-Nya dupa keyakinan yang wangi dan bunga-bunga ucapan syukur dan kegembiraan.

II JALAN PRAKTIK

1. Bagi mereka yang mencari Pencerahan, ada tiga latihan utama (tisso-sikkha) yang harus dipahami dan diikuti: Pertama, latihan disiplin moral (sila); kedua, latihan konsentrasi pikiran (samadhi); dan ketiga, latihan kebijaksanaan (panna).

 Apa itu disiplin moral? Setiap orang, apakah orang itu orang biasa atau pencari jalan kebahagiaan, harus mengikuti aturan berperilaku/bermoral yang baik. Seseorang harus mengendalikan pikiran dan tubuh, dan menjaga pintu panca inderanya. Seseorang harus takut berbuat kejahatan bahkan perbuatan sekecil apapun, dari waktu ke waktu selalu berusaha melakukan perbuatan baik. Ada.

 Apa yang dimaksud dengan konsentrasi pikiran? Ini adalah latihan mempertahankan pikiran pada obyek agar tetap murni dan tenang. Menjaga pikiran bebas dari pikiran penuh nafsu keinginan dan keserakahan.

 Apa itu latihan kebijaksanaan? Ini adalah latihan memahami dengan sabar dan sempurna Empat Kesunyataan Mulia, tahu kebenaran tentang penderitaan; kebenaran sumber penderitaan, kebenaran akhir dari penderitaan, dan kebenaran Jalan Mulia untuk menuju akhir penderitaan.

 Mereka yang secara sungguh-sungguh mengikuti dan menjalankan tiga latihan utama ini berhak disebut sebagai murid Buddha.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Seandainya ada seekor keledai, yang tidak memiliki bentuk tubuh yang bagus, tidak memiliki suara dan tidak bertanduk seperti sapi, berjalan mengikuti sekawanan sapi dan berseru, “Lihat, aku juga seekor sapi.” Adakah yang akan mempercayainya? Sama bodohnya dengan seseorang yang tidak menjalankan tiga latihan utama namun membangga-banggakan diri sebagai pencari jalan kebenaran atau mengaku sebagai murid Buddha.

Sebelum seorang petani memanen hasil sesuai musimnya, pertama-tama dia harus membajak dulu tanahnya, menabur benih, mengairi, dan mencabuti rumput-rumput liar yang tumbuh di musim semi. Demikian jugalah orang yang mencari Pencerahan harus mengikuti tiga latihan utama. Seorang petani tidak bisa berharap akan melihat pucuk-pucuk tanaman mulai tumbuh hari ini, melihat tanamannya sudah tumbuh membesar besok, dan memanen hasilnya lusa. Jadi seseorang yang mencari Pencerahan tidak bisa berharap dapat menyingkirkan nafsu keinginan hari ini, memutuskan kemelekatan dan keinginan jahat pada besoknya, serta mendapatkan Pencerahan pada lusa.

Seperti tanaman yang harus dirawat oleh petani sejak benih ditabur, dari benih hingga menjadi tanaman berbuah dengan melewati perubahan iklim, begitu juga pencari Pencerahan harus dengan sabar dan tekun mengolah lahan Pencerahan dengan mengikuti dan menjalankan tiga jalan utama.

2. Sulit mengalami kemajuan di jalan menuju

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Pencerahan selama orang tersebut masih sangat menginginkan kenyamanan dan kemewahan, dan pikirannya terganggu oleh keinginan nafsu indera. Terdapat perbedaan besar antara kenikmatan hidup dan kenikmatan Jalan Kebenaran yang sejati.

Seperti yang sudah dijelaskan, pikiran adalah sumber dari segala sesuatu. Bila pikiran menikmati hal-hal duniawi, ilusi dan penderitaan akan mengikutinya, namun bila pikiran menikmati Jalan Kebenaran, maka kebahagiaan, kepuasan dan pencerahan juga pasti mengikutinya.

Demikianlah, mereka yang mencari Pencerahan harus menjaga pikiran mereka tetap murni, dan dengan sabar menjalkan tiga latihan utama tersebut. Bila mereka menjaga ajaran ini maka mereka secara alamiah akan memperoleh kemampuan untuk memusatkan pikiran; dan bila mereka memperoleh kemampuan untuk memusatkan pikiran maka mereka akan dengan mudah memperoleh kebijaksanaan, dan kebijaksanaan akan menuntun mereka kepada Pencerahan.

Sungguh benar, bahwa ketiga cara itu (melatih disiplin moral, melatih konsentrasi pikiran dan selalu bertindak bijaksana) merupakan jalan kebenaran menuju Pencerahan.

Dengan tidak mengikutinya, selamanya manusia menumpuk berbagai delusi mental. Mereka tidak perlu berdebat mengenai hal duniawi, tetapi harus sabar bermeditasi, melatih pikiran murni demi mencapai Pencerahan.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

3. Apabila tiga latihan utama dianalisa, maka didapatkan sama dengan Jalan Mulia Berunsur Delapan, Empat Perenungan (kontemplasi), empat metode benar, Lima Faktor Kekuatan, dan Enam Latihan Penyempurnaan (Sad Paramita).

Jalan Mulia Berunsur Delapan merujuk pada Pandangan Benar, Pikiran Benar, Ucapan Benar, Perbuatan Benar, Penghidupan Benar, Usaha Benar, Perhatian Benar, dan Konsentrasi Benar.

Pandangan Benar berarti memahami sepenuhnya Empat Kesunyataan Mulia, percaya hukum sebab dan akibat, dan tidak diperdaya oleh nafsu keinginan.

Pikiran Benar berarti pikiran yang bebas dari nafsu keinginan, keserakahan dan kebencian.

Ucapan Benar berarti perkataan yang bebas dari dusta, fitnah, caci maki, gosip serta pergunjangan.

Perbuatan Benar berarti tidak melakukan pembunuhan (menghancurkan kehidupan), tidak mencuri, atau tidak berzinah.

Penghidupan Benar berarti menghindari mata pencaharian yang menyebabkan kerugian atau penderitaan makhluk lain seperti berdagang senjata, manusia, daging, racun, narkoba atau usaha penipuan / judi.

Usaha Benar berarti usaha meninggalkan seluruh pikiran, ucapan dan perbuatan buruk, dan secara berupaya keras dan tekun meningkatkan kapasitas diri berbuat kebajikan.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Perhatian Benar berarti senantiasa menjaga pikiran murni agar selalu sadar dan bijak.

Konsentrasi Benar berarti menjaga pikiran tetap fokus pada suatu objek hingga mencapai konsentrasi penuh, mencapai pikiran murni.

4. Empat Kontemplasi adalah:

Pertama: kontemplasi bahwa tubuh ini tidak murni, berusaha menghilangkan semua kemelekatan,

Kedua: kontemplasi bahwa panca indera sebagai sumber penderitaan, baik membawa kesakitan ataupun kesenangan,

Ketiga: kontemplasi bahwa pikiran selalu berubah, dan

Keempat: kontemplasi bahwa segala sesuatu muncul karena sebab dan kondisi.

Tidak ada satu pun di dunia ini yang kekal, yang tidak berubah selama-lamanya.

5. Empat Metode Benar adalah sebagai berikut:

Pertama: mencegah terjadinya kejahatan,

Kedua: menyingkirkan kejahatan begitu kejahatan itu muncul,

Ketiga: mendorong terjadinya perbuatan baik, dan

Keempat: mendorong perbuatan baik dilakukan terus menerus.

Seseorang harus berusaha menjaga keempat metode ini.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

6. Lima Faktor Kekuatan adalah sebagai berikut:

Pertama: keyakinan untuk percaya,

Kedua: kemauan untuk berusaha,

Ketiga: kewaspadaan,

Keempat: kemampuan untuk memusatkan pikiran, dan

Kelima: kemampuan mempertahankan kebijaksanaan.

Kelima faktor ini merupakan kekuatan penting untuk mencapai Pencerahan.

7. Enam Latihan Penyempurnaan (Sad Paramita) untuk mencapai pantai Pencerahan adalah sebagai berikut:

1) Dana Paramita (berdana) Paramita,

2) Sila Paramita (moral),

3) Ksanti Paramita (kesabaran),

4) Virya Paramita (Semangat),

5) Dhyana Paramita (konsentrasi pikiran), dan

6) Prajna Paramita (Kebijaksanaan).

Dengan mengikuti enam latihan ini secara sempurna, seseorang dipastikan dapat mencapai pantai Pencerahan.

Latihan Berdana menyingkirkan keakuan (egois); Latihan Moral membuat orang memperhatikan hak dan kenyamanan orang lain; Latihan Kesabaran membantu seseorang mengendalikan kebencian, kemarahan dan rasa takut; Latihan Semangat membantu seseorang untuk tekun dan konsisten; Latihan Konsentrasi membantu seseorang mengendalikan pikiran yang mengembara; dan Latihan Kebijaksanaan mengubah pikiran kotor dan ragu menjadi pemahaman yang jernih dan tajam.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Berdana dan Menjaga Moral membuat landasan untuk membangun istana besar di atasnya. Kesabaran dan Semangat adalah dinding-dinding istana yang menjaga musuh dari luar. Konsentrasi Pikiran dan Kebijaksanaan adalah baju zirah yang melindungi seseorang dari serangan hidup dan mati.

Jika seseorang memberikan sesuatu (berdana) hanya ketika ia merasa senang, atau karena lebih mudah memberi daripada tidak, itu termasuk berdana (persembahan), tetapi itu bukan dana sempurna (dana paramita). Dana Paramita datang dari hati yang simpatik sebelum ada orang meminta pertolongan, dan Dana Paramita dilakukan tidak hanya sesekali tetapi terus-menerus.

Apabila setelah berdana ada perasaan menyesal atau ingin dipuji, maka itu juga bukan Dana Paramita. Dana Paramita adalah sesuatu diberikan dengan penuh sukacita, melupakan “aku” sebagai pemberi, siapa yang menerimanya dan dana (pemberian) itu sendiri.

Dana Paramita muncul secara spontan dari hati welas asih seseorang yang murni tanpa memikirkan imbalan apa pun, berharap dengan berdana dapat membantu mencapai Pencerahan bersama-sama.

Ada tujuh jenis dana yang bisa dipraktikkan bahkan oleh mereka yang tidak kaya, sebagai berikut:

Yang pertama adalah dana fisik. Ini adalah memberikan jasa tenaga sendiri ke orang lain. Jenis tertinggi dari dana ini adalah memberikan kehidupan sendiri seperti yang ditunjukkan dalam kisah di bawah.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Yang kedua adalah dana spiritual. Ini adalah memberikan hati yang welas asih kepada orang lain.

Yang ketiga adalah dana mata. Ini adalah memberikan pandangan positif dan hangat kepada orang lain sehingga mereka menjadi tenang.

Yang keempat adalah dana wajah. Ini adalah memberikan penampakan wajah lembut dengan senyum kepada orang lain.

Kelima adalah dana ucapan. Ini adalah memberikan kata-kata baik, positif dan hangat kepada orang lain.

Keenam adalah dana kursi. Ini adalah memberikan kursi bagi orang lain agar memiliki tempat untuk duduk / beristirahat.

Yang ketujuh adalah dana tempat tinggal. Ini adalah memberikan orang lain yang sedang membutuhkan bermalam di rumah kita.

Persembahan semacam ini dapat dilakukan oleh siapa saja dalam kehidupan sehari-hari.

8. Dahulu kala hiduplah seorang pangeran bernama Sattva. Suatu hari ia bersama dua kakaknya pergi ke hutan untuk bermain-main. Sesampai di hutan, mereka melihat seekor induk harimau kelaparan bersama tujuh bayi-bayinya. Induk harimau tampak jelas ingin memangsa bayinya sendiri untuk menghilangkan rasa laparnya.

Kakak Sattva berlari menjauh karena ketakutan tetapi Sattva malah naik ke sebuah tebing dan menjatuhkan dirinya dari tebing itu untuk menyelamatkan bayi-bayi harimau itu agar tidak dimangsa oleh induknya.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Pangeran Sattva melakukan pengorbanan tubuh ini secara spontan dan dalam pikirannya ia berpikir: “Tubuh ini selalu berubah dan tidak kekal; aku mencintai tubuh ini tanpa pernah menyia-nyiakannya, tapi sekarang aku membuat tubuhku menjadi persembahan bagi induk harimau ini agar aku dapat meraih Pencerahan.” Pikiran dari Pangeran Sattva ini menunjukkan tekad sejati untuk meraih Pencerahan.

9. Ada Empat Pikiran Luhur Tak Terbatas yang harus dingat oleh pencari Pencerahan. Yakni Cinta Kasih, Welas Asih, Simpati dan Keseimbangan Batin. Seseorang dapat menyingkirkan keserakahan dengan mengembangkan welas asih; orang dapat mengakhiri kebencian melalui cinta kasih; orang dapat menghilangkan iri hati lewat simpati, dan orang dapat menyingkirkan kegelapan batin dan membuat diskriminasi dengan cara memelihara keseimbangan batin.

Dengan welas asih membuat orang merasa bahagia dan puas; cinta kasih lah yang menghilangkan segala sesuatu yang membuat manusia tidak merasa bahagia dan puas; simpati dan kegembiraanlah yang membuat semua orang bahagia dan puas dengan pikiran penuh kebahagiaan; dan ada kedamaian hati ketika semua orang merasa bahagia dan puas, dan kemudian seseorang dapat memiliki perasaan yang sama atau seimbang terhadap semua orang.

Dengan hati-hati orang dapat menghargai Empat Keadaan Pikiran yang Tidak Terbatas ini dan dapat

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

menyingkirkan keserakahan, kemarahan, penderitaan, dan pikiran benci-cinta, tetapi itu bukan hal yang mudah untuk dilakukan. Dengan penuh perhatian seseorang dapat menjaga Empat Pikiran Luhur Tak Terbatas ini dan menyingkirkan keserakahan, kebencian, penderitaan, dan perasaan cinta-benci, tetapi itu bukan perkara yang mudah untuk dilakukan. Pikiran jahat sama sulitnya untuk disingkirkan seperti anjing penjaga, dan pikiran yang benar sama mudahnya hilang dengan rusa di hutan; atau pikiran jahat sama sulitnya untuk dihilangkan dengan huruf-huruf yang diukir di atas batu, dan pikiran yang benar mudah dihilangkan seperti halnya kata-kata yang ditulis dalam air. Sungguh, hal yang paling sulit dalam hidup adalah melatih diri sendiri untuk meraih Pencerahan.

10. Ada seorang pemuda bernama Srona yang dilahirkan di keluarga kaya raya namun ia memiliki kesehatan yang buruk. Ia bersungguh-sungguh meraih Pencerahan dan menjadi murid Yang Terberkahi. Di tengah jalan menuju Pencerahan, ia berusaha begitu keras sampai akhirnya kakinya berdarah.

Yang Terberkahi mengasihani padanya dan berkata, “Srona, anakku, pernahkah kau belajar memainkan harpa di rumahmu? Kau tahu bahwa harpa tidak bisa menghasilkan musik apabila dawai-dawainya diregangkan terlalu ketat ataupun terlalu longgar. Harpa baru bisa menghasilkan musik merdu bila dawai-dawainya diregangkan dengan tepat.

“Latihan menuju Pencerahan adalah seperti

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

mengatur dawai-dawai harpa. Kau tidak bisa mencapai Pencerahan bila kau meregangkan dawai-dawai pikiranmu terlalu longgar atau terlalu tegang. Kau harus memperhatikannya dan bertindak dengan bijaksana.”

Srona menyadari kebenaran kata-kata itu dan akhirnya mendapatkan apa yang dicarinya.

11. Dahulu ada seorang pangeran yang ahli dalam menggunakan lima senjata. Suatu hari ia pulang dari latihan dan bertemu dengan monster yang kulitnya keras dan tidak bisa ditembus.

Ia menembakkan panahnya ke monster itu tetapi tidak bisa melukainya. Lalu ia melemparkan tombaknya tetapi itu pun gagal menembus kulit si monster yang tebal. Kemudian ia melemparkan galah dan lembing tapi itu pun gagal mencederainya. Lalu ia menggunakan pedang tetapi pedang itu patah. Sang pangeran lantas menyerang monster itu dengan pukulan dan tandangan tetapi tidak berhasil, karena monster itu mencengkeramnya dengan tangan raksasanya dan memegangnya kuat-kuat. Lalu sang pangeran berusaha menggunakan kepalanya sebagai senjata namun sia-sia.

Monster itu berkata, “Percuma saja kau melawan; aku akan memangsamu.” Tetapi sang pangeran menjawab, “Kau mungkin mengira aku sudah menggunakan semua senjataku dan sekarang aku tidak berdaya, padahal aku masih punya satu senjata lagi yang tersisa. Kalau kau memangsaku, aku akan menghancurkanmu dari dalam perutmu.”

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Keberanian sang pangeran mengusik si monster dan ia bertanya, “Bagaimana bisa begitu?” Jawab sang pangeran, “Melalui kekuatan Kebenaran.”

Lalu si monster melepaskannya dan memohon petunjuknya tentang Kebenaran.

Pengajaran dari kisah ini adalah untuk mendorong murid-murid agar terus berusaha tanpa kenal lelah dan jangan takut saat menghadapi banyak rintangan.

12. Kesombongan dan sikap tidak tahu malu menyakiti manusia, tetapi aib dan rasa malu melindungi manusia. Manusia menghormati orangtua, orang yang lebih tua, saudara-saudara mereka karena manusia peka terhadap aib dan rasa malu. Setelah merefleksi diri sendiri, sangatlah bermanfaat menjaga kehormatan diri sendiri dan memiliki rasa malu.

Bila seseorang merasa menyesal maka kesalahan orang itu akan hilang, namun bila seseorang tidak menyesal, maka kesalahan-kesalahannya akan terus berlanjut dan membuat orang itu dihukum untuk selamanya.

Hanya orang yang mendengar ajaran yang benar dengan tepat, dan menyadari arti serta hubungannya dengan dirinya, dialah yang dapat menerima dan mendapatkan manfaat darinya.

Bila orang itu hanya mendengar ajaran yang benar tetapi tidak melakukannya, maka ia akan gagal mencari Pencerahan.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Keyakinan, kesederhanaan, kerendahan hati, kerja keras dan kebijaksanaan merupakan sumber-sumber kekuatan luar biasa bagi manusia untuk mencari Pencerahan. Di antara semua aspek itu, kebijaksanaan adalah terbesar dan yang lainnya merupakan aspek kebijaksanaan. Bila seseorang dalam proses melatih diri, mencintai hal-hal duniawi, senang berbicara yang tidak perlu atau terlena, ia akan jauh dari jalan menuju Pencerahan.

13. Selama latihan menuju Pencerahan, sebagian orang mungkin bisa berhasil lebih cepat daripada yang lain. Oleh karena itu, seseorang tidak boleh merasa kecil hati bila melihat orang lain mencapai pencerahan lebih dulu.

Saat seseorang berlatih memanah, ia tidak perlu mengharapkan kesuksesan secara cepat, tapi ia tahu bahwa apabila ia berlatih dengan sabar, semakin lama ia akan semakin akurat. Sebuah sungai berawal dari aliran anak sungai kecil yang mengalir semakin lama semakin besar, sampai ia mengalir dan bersatu dengan lautan luas.

Seperti contoh-contoh ini, bila seseorang berlatih dengan sabar dan tekun, maka ia pasti akan mencapai Pencerahan.

Seperti yang sudah dijelaskan tadi, bila seseorang menjaga matanya tetap terbuka, ia akan melihat ajaran di mana-mana, sehingga kesempatannya mencapai Pencerahan juga tidak akan ada habis-habisnya.

Dahulu ada seorang pria yang membakar dupa. Ia

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

memperhatikan bahwa wangi dupa itu tidak pergi tetapi juga tidak datang; wanginya tidak muncul tetapi juga tidak menghilang. Kejadian sepele itu membawanya mencapai Pencerahan.

Dahulu ada seorang pria yang kakinya tertusuk duri. Ia merasakan rasa sakit yang sangat pedih dan sebuah pikiran muncul dalam benaknya, bahwa rasa sakit itu hanya merupakan reaksi pikiran. Dari kejadian ini sebuah pikiran lain yang lebih dalam mengikuti, bahwa pikiran bisa semakin menjadi-jadi bila orang gagal mengendalikannya, atau pikiran akan menjadi murni bila orang tersebut berhasil. Dari pikiran-pikiran ini, tak lama kemudian, Pencerahan datang kepadanya.

Ada pepatah yang mengatakan: “Jaga pikiranmu tetap tenang. Bila pikiran tenang, maka seluruh dunia akan tenang.” Renungkanlah kata-kata ini. Sadarlah bahwa semua perbedaan di dunia ini disebabkan oleh pandangan dan pikiran yang membedakan. Ada jalan menuju Pencerahan dalam kata-kata itu. Sesungguhnya jalan menuju Pencerahan tidak terbatas.

III JALAN KEYAKINAN

1. Mereka yang mencari perlindungan pada Tiga Permata yaitu Buddha, Dharma dan Sangha, disebut sebagai murid Buddha. Murid Buddha menjalankan moralitas (sila), keyakinan (saddha), dana dan kebijaksanaan (prajna).

Murid Buddha mempraktikkan Lima Sila: tidak membunuh, tidak mencuri, tidak berzinah, tidak berbohong, dan tidak mengonsumsi minuman memabukkan.

Murid Buddha meyakini kebijaksanaan sempurna Buddha. Mereka berusaha menghindari keserakahan, keakuan dan melatih berdana. Mereka memahami hukum sebab dan akibat, terus mengingat bahwa hidup itu hanya sementara, dan menjalankan hidup sesuai norma kebijaksanaan.

Sebatang pohon condong ke arah timur secara alami akan tumbang ke arah timur, sehingga mereka yang mendengarkan ajaran Buddha dan menjaga keyakinan padanya dipastikan akan dilahirkan di Tanah Suci Buddha.

2. Benar dikatakan bahwa mereka yang percaya pada Tiga Permata - Buddha, Dharma dan Sangha disebut murid Buddha.

Buddha adalah dia yang mencapai Pencerahan sempurna dan menggunakan Pencapaiannya untuk membebaskan dan memberkati seluruh makhluk. Dharma

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

adalah kebenaran, semangat Pencerahan dan ajaran didalamnya. Sangha merupakan persaudaraan suci bagi dari orang-orang yang percaya pada Buddha dan Dharma.

Kita membicarakan Buddha, Dharma dan Persaudaraan Suci seolah-olah ketiganya merupakan hal yang berbeda, padahal sebenarnya hanya satu. Buddha bermanifestasi dalam Dharma-Nya dan direalisasikan dalam Persaudaraan Suci. Dengan demikian, mempercayai Dharma dan menghargai Persaudaraan Suci berarti memiliki keyakinan kepada Buddha, dan memiliki keyakinan kepada Buddha berarti percaya kepada Dharma dan menghargai Persaudaraan Suci.

Oleh karena itu, hanya dengan memiliki keyakinan kepada Buddha, orang dapat terbebaskan dan tercerahkan. Buddha adalah Yang Paling Tercerahkan dan Dia mencintai setiap orang seolah-olah setiap orang adalah anak tunggal-Nya. Jadi siapa pun yang menganggap Buddha sebagai orangtuanya sendiri, ia mengenal dirinya dengan Buddha dan mencapai Pencerahan bersama.

Mereka yang menganggap Buddha seperti ini akan mendapat kekuatan kebijaksanaan dan keberkahan dari Buddha.

3. Tidak ada di dunia ini yang membawa keuntungan yang lebih besar selain percaya kepada Buddha. Hanya mendengar nama Buddha saja, percaya dan merasa senang bahkan sesaat saja, merupakan anugerah tak tertandingi.

Karenanya, seseorang hendaknya memuaskan

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

dirinya dengan mencari ajaran Buddha kendatipun lautan api menyelimuti seluruh dunia.

Akan sangat sulit bertemu guru yang dapat menjelaskan Dharma; lebih sulit lagi bertemu dengan seorang Buddha; tapi yang paling sulit adalah mempercayai ajaranNya.

Tapi sekarang setelah Anda bertemu dengan Buddha, yang sulit untuk ditemui, dan Anda sudah mendapat penjelasan tentang apa yang sulit didengar, maka Anda seharusnya berbahagia dan percaya serta memiliki keyakinan kepada Buddha.

4. Dalam menempuh perjalanan hidup yang panjang, keyakinan merupakan teman terbaik; ia juga penyegar terbaik di sepanjang perjalanan; sekaligus harta yang paling berharga.

Keyakinan adalah tangan yang menerima Dharma; keyakinan adalah tangan yang menerima semua perbuatan baik. Keyakinan adalah api yang membakar semua kekotoran dari nafsu keinginan, yang menyingkirkan beban masalah, dan bimbingan yang memimpin jalan seseorang.

Keyakinan menyingkirkan keserakahan, ketakutan, dan kesombongan; ia mengajarkan sopan santun dan menghormati orang lain; yang membebaskan orang dari ikatan samsara; memberi keberanian untuk menghadapi kesulitan; memberi kekuatan untuk mengatasi godaan; menjaga perbuatan baik seseorang terus cerah dan murni;

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

dan memperkaya pikiran dengan kebijaksanaan.

Keyakinan adalah dorongan saat jalan seseorang panjang dan melelahkan, dan menuntun pada Pencerahan.

Keyakinan membuat kita merasa bahwa kita berada bersama dengan Buddha dan itu membawa kita ke tempat di mana tangan Buddha mendukung kita. Keyakinan melembutkan pikiran kita yang keras dan egois dan memberi kita semangat persahabatan dan pikiran yang bersimpati dan penuh pengertian.

5. Mereka yang memiliki keyakinan memperoleh kebijaksanaan untuk mengenali ajaran Buddha dalam apa pun yang mereka dengar. Mereka yang memiliki keyakinan memperoleh kebijaksanaan untuk melihat bahwa segala sesuatu muncul karena hukum sebab dan kondisi, dan kemudian keyakinan memberi kekuatan kesabaran dan kemampuan menyesuaikan diri dengan kondisi apapun dengan penuh kedamaian.

Keyakinan memberi mereka kebijaksanaan untuk menyadari bahwa hidup ini hanya sementara dan memberi kekuatan batin untuk menghadapi kejadian apapun yang terjadi secara tiba-tiba atau berduka atau kematian, karena menyadari bahwa apa pun keadaan dan kondisinya, kebenaran hidup tetap tidak berubah.

Keyakinan memiliki tiga aspek penting: pertobatan, suka cita dan penghormatan tulus atas kebajikan orang lain, serta rasa penuh syukur atas kehadiran Buddha.

Manusia harus memupuk aspek-aspek keyakinan

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

ini; mereka harus peka terhadap kegagalan dan kekotoran batin, mereka harus malu dan mengakuinya; mereka harus rajin mempraktikkan pengakuan akan sifat dan perbuatan baik orang lain dan memuliakan perbuatan baik tersebut; dan mereka harus terbiasa berperilaku seperti Buddha dan hidup bersama Buddha.

Pikiran iman adalah pikiran keikhlasan; itu adalah pikiran mendalam, pikiran yang sungguh-sungguh senang dituntun menuju Tanah Suci Buddha dengan kekuatan-Nya.

Dengan demikian, Buddha memberikan kekuatan pada keyakinan yang menuntun orang ke Tanah Suci, kekuatan yang memurnikan mereka, kekuatan yang melindungi mereka dari khayalan. Bahkan jika mereka hanya memiliki keyakinan sesaat, ketika mereka mendengar nama Buddha dipuji di seluruh dunia, mereka akan dituntun menuju ke Tanah Suci-Nya.

6. Keyakinan bukanlah sesuatu yang ditambahkan ke dalam pikiran— namun merupakan manifestasi pikiran Buddha itu sendiri. Seseorang yang mengerti Buddha adalah Buddha itu sendiri; seseorang yang memiliki keyakinan pada Buddha adalah Buddha itu sendiri.

Namun sulit menyingkapkan dan menemukan hakikat Buddha dalam diri kita; sangatlah sulit mempertahankan pikiran yang murni di tengah-tengah gejolak keserakahan, kebencian, dan nafsu keinginan; namun dengan keyakinan, seseorang mampu melakukannya.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Di dalam kawasan hutan pohon Eranda, hanya pohon Eranda yang beracun tumbuh, tetapi tidak demikian dengan pohon Cendana yang wangi. Merupakan keajaiban jika ada pohon cendana tumbuh di hutan Eranda. Demikian juga, seringkali merupakan keajaiban bila keyakinan terhadap Buddha tumbuh di hati manusia.

Oleh karena itu, keyakinan kepada Buddha disebut sebagai keyakinan yang ‘tak berakar.’ Artinya, keyakinan itu tak memiliki akar yang dapat bertumbuh dalam pikiran manusia, tapi memiliki akar untuk bertumbuh dalam pikiran Buddha yang penuh welas asih.

7. Demikianlah keyakinan itu sangat bermanfaat dan agung. Tetapi keyakinan sulit dibangun dalam pikiran bermalasan. Secara khusus, ada lima keraguan yang bersembunyi di bayang-bayang pikiran manusia dan cenderung melemahkan keyakinan.

Pertama, keraguan atas kebijaksanaan Buddha; kedua, keraguan atas ajaran Buddha; ketiga, keraguan pada orang yang mengajarkan Dharma; keempat, keraguan apakah cara dan metode yang diajarkan dalam Jalan Mulia Berunsur Delapan dapat diandalkan; dan kelima, keraguan atas ketulusan orang lain memahami dan mengikuti ajaran Buddha.

Sungguh, tidak ada hal lain yang lebih mengerikan daripada keraguan. Keraguan memisahkan orang. Ini adalah racun yang menghancurkan persahabatan dan memutuskan hubungan harmonis. Keraguan adalah duri

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

yang mengganggu dan menyakitkan; keraguan adalah pedang yang membunuh.

Awal mula keyakinan telah lama ditanamkan oleh welas asih Buddha. Ketika seseorang memiliki keyakinan, ia harus menyadari fakta ini dan merasa sangat bersyukur kepada Buddha atas kebaikan-Nya.

Seseorang seharusnya tidak pernah melupakan bahwa bukan karena welas asihnya sendiri maka keyakinannya terbangun, tetapi karena welas asih Buddha yang sejak lama memancarkan cahaya keyakinan ke dalam pikiran manusia dan melenyapkan kegelapan ketidaktahuan mereka. Dia yang saat ini menikmati keyakinan mewarisi itu semua dari Buddha. Bahkan menjalani hidup yang biasa-biasa saja, seseorang dapat dilahirkan di Tanah Buddha, bila ia membangkitkan keyakinannya secara terus menuru dari welas asih Buddha.

Memang sulit untuk dilahirkan di dunia ini. Sulit mendengar Dharma; lebih sulit untuk membangkitkan keyakinan; oleh karena itu, setiap orang harus mencoba yang terbaik untuk mendengarkan ajaran Buddha.

IV KUMPULAN SABDA AGUNG

1. “Ia menyakiti aku, ia menertawakan aku, ia memukul aku.” Demikianlah jika seseorang berpikir dan terus mempertahankan pikiran-pikiran tersebut maka kebenciannya tidak akan pernah berakhir.

Kemarahan tidak akan pernah hilang selama masih ada pikiran kebencian tersimpan dalam benak. Kemarahan akan hilang begitu kebencian dilupakan.

Jika atap tidak dibuat dengan benar, maka air hujan akan merembes ke rumah; demikianlah keserakahan memasuki pikiran yang tidak terlatih dengan baik atau tidak terkendali.

Menjadi malas adalah jalan menuju kematian dan menjadi rajin adalah jalan kehidupan; orang bodoh suka bermalasan, orang bijak selalu rajin.

Seorang pembuat anak panah berusaha membuat anak panahnya lurus; begitu jugalah orang bijak berusaha menjaga pikirannya tetap lurus.

Pikiran yang terganggu selalu aktif, melompat kian kemari, dan sulit dikendalikan; namun pikiran yang tenang selalu damai; demikianlah, orang bijaksana selalu menjaga pikiran tetap terkendali.

Oleh pikirannya sendirilah, bukan musuh atau lawannya, yang merayu seseorang ke jalan jahat.

Orang yang menjaga pikirannya bebas dari keserakahan, kebencian dan kebodohan, adalah orang yang

selalu menikmati kedamaian sejati.

2. Mengucapkan kata-kata yang menyenangkan tanpa melatihnya adalah ibarat bunga yang indah namun tidak wangi.

Harumnya bunga, tidak dapat melawan arah angin, tetapi harumnya kebajikan seseorang dapat melawan arah angin; menyebar ke seluruh penjuru.

Malam terasa panjang bagi orang yang tidak bisa tidur dan perjalanan terasa jauh bagi pengelana yang kelelahan; begitu jugalah penderitaan terasa lama bagi orang bodoh yang tidak mengenal ajaran benar.

Apabila dalam pengembaraan seseorang tak menemukan sahabat yang lebih baik atau sebanding dengan dirinya, maka hendaklah ia tetap melanjutkan pengembaraannya seorang diri. Janganlah bergaul dengan orang bodoh.

Sababat yang jahat dan tidak tulus lebih mengerikan daripada binatang buas; binatang buas dapat melukai tubuh Anda, tapi sahabat yang jahat akan melukai pikiran Anda.

Selama seseorang tidak dapat mengendalikan pikirannya sendiri, bagaimana ia bisa mendapatkan kepuasan dari memikirkan hal-hal seperti, “Ini putraku” atau “Ini harta bendaku”? Orang bodoh menderita karena pikiran-pikiran tersebut.

Menjadi bodoh dan menyadari bahwa dirinya bodoh, adalah lebih baik daripada menjadi bodoh tapi

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

menganggap dirinya bijaksana.

Sendok tidak dapat merasakan makanan yang dibawanya. Demikian juga orang yang bodoh walaupun bergaul dengan orang bijaksana, tetap tidak akan mengerti Dhamma.

Air susu tidak langsung menjadi dadih (mengental); begitu juga suatu perbuatan jahat yang dilakukan tidak segera menghasilkan akibat. Perbuatan jahat bagaikan bara api yang tersembunyi di balik sekam dan terus membara, dan akhirnya berkobar dan menjadi api yang besar.

Orang bodoh mendambakan hak-hak istimewa, promosi, keuntungan, atau kehormatan, karena keinginan-keinginan itu tidak pernah dapat membawa kebahagiaan tetapi malah membawa penderitaan.

Seorang sahabat baik yang menunjukkan kesalahan, ketidaksempurnaan dan menegur perbuatan yang jahat haruslah dihormati seperti orang yang memberitahukan rahasia harta karun yang tersembunyi.

3. Seseorang yang berbahagia saat menerima ajaran baik akan tidur dengan nyenyak, karena dengan demikian pikirannya menjadi bersih.

Seorang tukang kayu berusaha membuat baloknya lurus; seorang pembuat anak panah berusaha agar anak panah buaatannya seimbang; tukang gali saluran irigasi berusaha agar air dapat mengalir lancar; begitu jugalah orang yang bijaksana berusaha mengendalikan pikirannya agar dapat berfungsi dengan baik dan lancar.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Sebuah batu besar tidak terganggu oleh angin; pikiran orang bijak tidak terganggu oleh pujian atau hinaan.

Mengalahkan diri sendiri adalah kemenangan yang lebih besar daripada mengalahkan ribuan musuh di medan perang.

Lebih baik hidup satu hari dan mendengar Dharma daripada hidup seratus tahun tanpa pernah mendengar keluhuran ajaran Dharma.

Mereka yang menghormati diri sendiri harus berjaga-jaga agar tidak jatuh dalam keinginan jahat. Sekurang-kurangnya sekali seumur hidup, seseorang harus membangkitkan keyakinan, baik di masa mudanya, atau di paruh baya, atau bahkan di usia tua.

Dunia ini selalu terbakar, terbakar oleh api keserakahan, kebencian, dan kebodohan; seseorang harus berlari menjauhi bahaya seperti itu sesegera mungkin.

Dunia itu seperti gelembung, bagaikan jaring laba-laba, bagaikan kotoran dalam wadah kotor; seseorang harus selalu menjaga kemurnian pikirannya.

4. Tidak berbuat jahat, melakukan kebaikan, mensucikan hati dan pikiran murni, inilah intisari ajaran para Buddha.

Kesabaran adalah latihan disiplin yang paling sulit, namun mereka yang terus berjuang dengan sabar sampai akhir adalah pemenang.

Seseorang harus menghilangkan kebencian saat dia

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

merasa benci; seseorang harus menghilangkan kesedihan saat dia mengalami penderitaan; seseorang harus menghilangkan keserakahan saat dia tenggelam dalam keserakahan. Untuk menjalani kehidupan suci yang bebas keakuan, seseorang harus menganggap dirinya tidak memiliki apa-apa di tengah segala kelimpahan.

Memiliki kesehatan adalah keuntungan yang terbesar. Merasa puas dengan apa yang dimiliki adalah kekayaan yang paling berharga. Dipercaya adalah sanak keluarga yang terbaik. Nibbana adalah kebahagiaan yang tertinggi.

Ketika seseorang merasa takut berbuat jahat, ketika seseorang merasa damai, ketika seseorang menemukan kebahagiaan saat mendengarkan Dharma, ketika seseorang memiliki perasaan ini dan menghargainya, ia bebas dari rasa takut.

Jangan melekat pada hal-hal yang Anda sukai, jangan membenci pada hal-hal yang tidak Anda sukai. Kesedihan, ketakutan, dan belenggu datang dari suka dan tidak suka seseorang.

5. Karat tumbuh dari besi dan menghancurkannya; begitu juga kejahatan tumbuh pikiran manusia dan menghancurkannya.

Sebuah kitab yang tidak dibaca dengan sungguh-sungguh segera akan tertutup debu; sebuah rumah yang perlu diperbaiki tapi tidak kunjung diperbaiki akan menjadi kotor; begitulah orang yang malas, dirinya akan menjadi

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

terkotori.

Perbuatan jahat mengotori manusia; kekikiran mengotori persembahan; begitu jugalah kejahatan tidak hanya mengotori kehidupan ini tetapi juga kehidupan selanjutnya.

Kekotoran yang paling ditakuti adalah kekotoran karena ketidaktahuan akan kebenaran. Seseorang tidak bisa berharap dapat memurnikan baik tubuh maupun pikirannya sampai ketidaktahuannya akan kebenaran disingkirkan.

Mudah sekali tergelincir tanpa rasa malu, bersikap tidak sopan dan tidak bermoral seperti burung gagak, menyakiti orang lain tanpa merasa menyesali perbuatan-perbuatannya.

Sungguh sulit merasa rendah hati, mengenal rasa hormat dan menghormati, menyingkirkan segala kemelekatan, menjaga pikiran dan perbuatan tetap murni, dan menjadi bijaksana.

Mudah sekali untuk menunjukkan kesalahan orang lain, sementara sulit untuk mengakui kesalahan sendiri. Tanpa berpikir seseorang menyebarkan kesalahan orang lain, tetapi orang menyembunyikan kesalahan sendiri seperti penjudi menyembunyikan dadu cadangan.

Langit tak menyimpan jejak-jejak burung atau asap atau badai; sebuah ajaran yang jahat tak membawa Pencerahan; tidak ada yang stabil di dunia ini; namun pikiran yang Tercerahkan tidak dapat terganggu.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

6. Seperti seorang ksatria menjaga gerbang istananya, begitu pulalah seseorang harus menjaga pikirannya dari bahaya di luar dan bahaya di dalam; seseorang tidak boleh lengah sedikit pun.

Semua orang adalah tuan bagi dirinya sendiri, setiap orang harus mengendalikan dirinya di atas segalanya.

Langkah pertama menuju kebebasan pikiran dari belenggu dan ikatan duniawi adalah mengendalikan pikirannya, berhenti membicarakan hal tidak perlu, dan berintrospeksi diri.

Matahari membuat hari menjadi cerah, bulan membuat malam menjadi indah, kedisiplinan menambah kewibaan seorang pejuang; demikian juga meditasi yang hening mempertegas seseorang pencari Pencerahan.

Seseorang yang tidak dapat menjaga panca indera yaitu mata, telinga, hidung, lidah dan tubuhnya, dan menjadi tergodanya oleh keadaan sekitarnya, bukanlah orang yang dapat berlatih meraih Pencerahan. Seseorang yang mampu menjaga menjaga gerbang panca indera-nya dan mengendalikan pikirannya adalah orang yang berhasil melatih untuk mencapai Pencerahan.

7. Seseorang yang dipengaruhi oleh hal yang dia sukai atau benci tidak dapat memahami arti sebenarnya dari sebuah keadaan dan cenderung tidak bisa menghadapinya; seseorang yang bebas dari kemelekatan memahami keadaan dengan benar dan baginya segala sesuatu menjadi baru dan berarti.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Kebahagiaan mengikuti kesedihan, kesedihan mengikuti kebahagiaan, namun saat seseorang tidak lagi membedakan antara kebahagiaan dan kesedihan, perbuatan baik dan perbuatan jahat, maka orang itu mampu mewujudkan kebebasan.

Mengkhawatirkan sesuatu yang belum terjadi atau terus-menerus menyesali masa lalu adalah seperti rumput ilalang yang dipotong dan menjadi layu.

Rahasia kesehatan pikiran dan tubuh adalah tidak meratap sedih masa lalu, tidak mengkhawatirkan masa depan, atau tidak mengantisipasi datangnya masalah, tetapi hidup dengan bijaksanaan dan sungguh-sungguh di masa kini.

Janganlah hidup di masa lalu, jangan memimpikan masa depan, berfokuslah pikiran pada saat ini. Sangat penting melakukan tugas saat ini dengan baik dan tanpa kegagalan; jangan berusaha menghindari atau menunda sampai besok. Dengan bertindak sekarang, seseorang dapat menjalani harinya dengan baik.

Kebijaksanaan adalah pembimbing terbaik dan keyakinan adalah teman terbaik. Seseorang harus berusaha melepaskan diri dari ketidaktahuan dan penderitaan, dan mencari cahaya Pencerahan.

Bila tubuh dan pikiran seseorang terkendali, seseorang harus memberikan bukti dalam perbuatan baik. Inilah tugas yang suci. Saat itulah keyakinan akan menjadi kekayaannya, ketulusan memberikan hidupnya rasa manis, dan mengumpulkan kebajikan menjadi tugas sucinya.

JALAN PENCAPAIAN PRAKTIS

Dalam perjalanan hidup keyakinan adalah makanan, perbuatan baik adalah tempat berlindung, kebijaksanaan adalah cahaya di siang hari dan pikiran benar adalah perlindungan di malam hari. Jika seseorang menjalani hidup murni, tidak ada apapun yang dapat menghancurkan orang itu; jika seseorang berhasil mengalahkan keserakahan maka tak ada yang dapat membatasi kebebasannya.

Seseorang harus melupakan diri sendiri demi keluarganya; seseorang harus melupakan keluarga demi desanya; melupakan desanya demi kepentingan bangsanya; dan seseorang harus melupakan segalanya demi Pencerahan.

Segala sesuatu bisa berubah, segala sesuatu datang dan pergi; tidak ada kedamaian sejati sampai seseorang melewati penderitaan dari hidup dan mati.