



Nasehat Latihan dari Phakchok Rinpoche ke-3, Chöying Lhündrup

Teman-teman sekalian dekat maupun jauh,

Seperti biasanya, saya harap pesan ini sampai pada kalian yang berada dalam kondisi yang baik, sehat dan berbahagia. Untuk hari Guru Rinpoche kali ini, saya ingin berbagi dengan kalian bagian pertama dari sebuah puisi dari satu **inkarnasi saya yang sebelumnya**, pemegang tahta ke-17 dari Kham Riwoché, Phakchok Rinpoche ke-3, Chöying Lhündrup. Puisi ini mengandung sepuluh poin pembahasan mengenai bagaimana berlatih Dharma dengan cara yang terunggul, dari kendaraan mendasar beranjak ke atas sampai pada kendaraan Vajra dari Tantra—lima dari poin tersebut akan saya bagi dengan kalian pada hari ini:

(1) Tidak peduli sebagus apapun keberuntungan yang kalian temukan di dalam dunia ini,

Itu sama halnya dengan menikmati semangkuk nasi yang dilaburi racun.

Aplikasikan diri kalian dengan sepenuh hati pada Dharma yang suci,

Sumber dari kebahagiaan sebenarnya – karena itu adalah cara yang terunggul.

(2) Kebebasan dan kekayaan itu sulit untuk ditemukan; kehidupan ini, laksana sebuah kastil di angkasa,

Sepenuhnya tidak kekal; dan hasil dari karma dengan pasti akan matang.

Menolak/meninggalkan dan melepas pergi semua yang tidak diperlukan,

Alihkan batin kalian menjauhi samsara—karena itu adalah cara yang terunggul.

(3) Menjaga Tiga Permata dengan nyawa kalian, dan dengan bodhicitta yang kokoh,

Berupaya memurnikan dua noda batin dan melakukan dua pengumpulan.

Tanpa menjadi matang melalui latihan pendahuluan, bagian yang utama tidak akan mendatangkan hasil apapun,
Oleh karenanya murnikanlah keberadaan kalian – karena itu adalah cara yang terunggul.

(4) Dengan devosi yang tertinggi kepada Vajradhara, sumber vital untuk pembebasan,
Dan kepada lautan guru besar akar dan silsilah,
Berupayalah dalam berlatih jalur guru yang mendalam dan tertinggi,
Dengan memanjatkan doa permohonan dan menerima empat inisiasi/abhiseka –
karena itu adalah cara yang terunggul.

(5) Yidam, sumber dari siddhi tertinggi dan umum;
Kosong namun tampak sebagai deity; nada mantra yang tidak terekspresikan;
Pikiran yang terbebaskan dengan sendirinya; dan harta karun roda kebijaksanaan:
Berupayalah di dalam mandala berlipat tiga – karena itu adalah cara yang terunggul.

Ingatlah bahwa tidak peduli sekompleks apapun latihan kalian, kunci dari pencapaian adalah selalu mengingat poin utama latihan di dalam batin kalian, jadi ingatlah poin-poin ini.

Dengan semua cinta kasih dan doa,
Sarva Mangalam,



Kyabgön Phakchok Rinpoche