



Serial Tsok Bum : Tukdrup Sampa Lhündrup
28 Agustus @ 8:00 - 11:00 pagi



Tukdrup Sampa Lhündrup (Latihan Merealisasi Batin Guru Harapan Terpenuhi Secara Spontan)

Hari Guru Rinpoche, 28 Agustus, 8:00 – 11:00 pagi waktu Nepal

Lokasi Penopang: *Gua Asura – Pharping, Nepal*



Para Sahabat dalam Dharma,

Di *Tsok Bum* sebelumnya – pengumpulan 100,000 Persembahan Tsok - Tukdrup Barché Künsel, kami telah berbagi dengan Anda penjelasan singkat tentang Guru Rinpoche, Chokgyur Dechen Lingpa, Tukdrup Barché Künsel, Persembahan Tsok, dan situs sakral Gua Asura. Selain itu, kami juga berbagi ajaran dari Phakchok Rinpoche tentang bagaimana mengarahkan latihan Anda. Jika Anda ingin meninjau kembali materi-materi tersebut, [silakan klik di sini](#).

Untuk tsok bum Tukdrup Sampa Lhündrup mendatang tanggal 28 Agustus nanti, kami ingin berbagi dengan Anda pengenalan tentang Sampa Lhündrup dan sebuah ajaran dari Phakchok Rinpoche tentang doa tsok singkat yang akan kita akumulasi.

Seperti sebelumnya, isilah formulir Google yang baru ini (<https://forms.gle/VsUVBBWm2GM8mj8x9>) dengan ikrar akumulasi Anda untuk tsok bum yang akan datang. Kami akan menggunakan formulir ini sebagai dasar untuk mengirim informasi lebih lanjut tentang tsok bum ke Anda pada Hari Bulan Muda.

Jika Anda ingin melakukan persembahan, silakan [klik di sini](#)

Tukdrup Sampa Lhündrup

Latihan Merealisasi Batin Guru

Harapan Terpenuhi Secara Spontan



Disebutkan di *Lamrin Yeshe Nyingpo*, Jalur Bertahap Hakikat Kebijaksanaan, oleh Guru Rinpoche bahwa ada empat tahap latihan sari atau sadhana guru: bagian luar adalah Barché Künsel, bagian dalam adalah Sampa Lhündrup, bagian rahasia adalah Tsokyé Nyingtik, dan bagian rahasia terdalam adalah Dorjé Draktsal. *Terma* atau harta karun (instruksi lisan Guru Rinpoche yang disembunyikan untuk disingkap oleh murid yang telah ditentukan pada waktu yang tepat) menyebutkan:

Secara luar, untuk menyingkirkan semua halangan, མཚོ་
melalui sarana Nangsi Zilnön, trikāya Padmākara, མཚོ་
dengan dua belas manifestasi dari para pemegang kekuatan vidyādhara, མཚོ་
latihlah pendekatan (*approach*) secara umum dan secara khusus. མཚོ་

Secara dalam, untuk mencapai harapan tertinggi dan harapan umum secara spontan, མཚོ་
melalui sarana Kebahagiaan Agung Pemenuh Harapan, Padmasambhava, མཚོ་
beserta tiga belas guru, མཚོ་
buatlah pendekatan penuh (*full approach*) metode dan pembebasan, tahapan pengembangan dan perampungan. མཚོ་

Secara rahasia, melalui sarana ketidakterpisahan ruang angkasa dan kesadaran མཚོ་
mewujud dalam wujud mudra sebagai Padma Vajradhara, མཚོ་
ketiga akar diringkas, dan melalui yoga esens, མཚོ་
memperoleh pencapaian (*accomplishment*) *coemergent wisdom* yang tidak berubah མཚོ་

Yang paling rahasia, melalui sarana Vidyādhara Dorjé Drakpo Tsel, མཚོ་
perwujudan dari semua sugata, makhluk suci yang telah menyempurnakan semua heruka secara menyeluruh, མཚོ་
dan melalui latihan nyegyü, pencapaian agung (*great accomplishment*), མཚོ་
realisasikan tubuh dan kebijaksanaan tertinggi. མཚོ་

Pentingnya

Di latihan dalam Sampa Lhündrup, Semua Harapan Terpenuhi Secara Spontan, Guru Rinpoche muncul dalam posisi berdiri—siap untuk bertindak—dikelilingi oleh kedua belas emanasi beliau. Di wujud ini, Mahaguru menganugerahkan para praktisi perlindungan dari semua bencana. Beliau menjaga kita dari konflik, penyakit, kemiskinan, para pembuat rintangan, binatang buas, gangguan dari empat elemen alam, para perampok, kematian mendadak, keadaan antara (*bardo*), kemelekatan terhadap realitas, dan derita enam kelas makhluk.

Sejarah

Terma atau harta karun (instruksi lisan Guru Rinpoche yang disembunyikan untuk disingkap oleh murid yang telah ditentukan pada waktu yang tepat) Sampa Lhündrup menyebutkan bahwa pada satu kesempatan yang sangat spesial, murid-murid terdekat Guru Rinpoche memohon Mahaguru untuk membuat sebuah *kutsap* atau representasi fisik tubuh vajranya untuk manfaat semua makhluk. Memenuhi permohonan mereka,

Dengan kekuatan ajaibnya, Guru Padma pergi secepat kilat
ke semua alam Buddha di sepuluh penjuru, yang tak terbatas jumlahnya,
dan mengumpulkan semua berkah yang tersimpan di arca-arca agung dan penopang-
penopang berkah lainnya,
ke dalam satu kotak cahaya.

Menaruh kotak ini di tengah mandala agung latihan mereka,
beliau mengarahkan tatapan vajranya untuk memberkahinya dengan batin bijaknya.
Seketika itu juga, kotak berubah menjadi gundukan amrita,
Untuk membuat patung, beliau menggunakan tanah liat yang dicampur dengan amrita ini,
dan juga
permata dari Danau Manasarovar dan plester Atrong—keduanya sangat langka di dunia
manusia - ,
Dan tanah dari semua tempat dan daratan yang sakral, serta tempat-tempat pemakaman.
kembali beliau mengarahkan batinnya untuk memberkahinya,

Berkas sinar memancar ke seluruh penjuru, memusatkan
Kebijaksanaan dan berkah dari semua sugata dan para ahli waris mereka.
Tubuh kebahagiaan agung menyinari dunia,
berpikir tentang itu saja membuatnya cemerlang dengan kejayaan berbagai siddhi.

Berdasarkan keadaan-keadaan luar biasa di mana patung ini dibuat, ia menjadi permata pengabul harapan, memenuhi setiap aspirasi yang diutarakan di hadapannya dan menanamkan benih pembebasan ke siapapun yang melihatnya. *Kutsap* ini dinamakan *Ngödrup Palbar*, Nyala Siddhi yang Luar Biasa (*Glorious Blazing Siddhi*), dan dipandang sebagai salah satu dari *kutsap-kutsap* Guru Rinpoche yang paling sakral. Di kemudian hari, Khandro Yeshé Tsogyal menyembunyikan patung pemenuh harapan sakral yang luar biasa ini bersama dengan ajaran Sampa Lhündrup yang ditulis dalam tujuh aksara tulisan Dakini, dan berbagai latihan dan ajaran berharga lainnya dari Guru Rinpoche.

Pengungkapan

Orgyen Tobgyal Rinpoche menceritakan:

Chokgyur Lingpa suatu ketika mengalami penglihatan bahwa Jamyang Khyentsé adalah tak terpisahkan dari Guru Rinpoche. Cahaya keluar dari mata Khyentsé dan menyentuh sebuah batu di Kela yang disebut Norbu Pünsum. Sebuah gambar besar Guru Rinpoche muncul di batu itu, bersama dengan tujuh aksara tulisan simbolik. Sementara itu, Jamyang Khyentsé mengalami penglihatan Guru Rinpoche menunjuk ke batu yang sama di Kela. Beliau mengirim seorang pria ke Chokgyur Lingpa dengan pesan bahwa ada terma yang disembunyikan di sana dan memintanya untuk membawa terma itu ke beliau. Terma ini adalah *Sampa Lhündrup* dan bersama dengannya ada sebuah patung kecil yang disebut *Ngödrub Palbar*, Nyala Siddhi yang Luar Biasa (*Glorious Blazing Siddhi*).



Bahkan seseorang yang telah melakukan salah satu dari lima tindakan yang amat sangat jahat (*pañcānantarya*) akan terbebas saat melihatnya. Chokgyur Lingpa memberikannya ke Khyentsé karena beliau adalah pemiliknya yang sah. Selain itu terungkap juga tujuh huruf simbolik, darinya Chokgyur Lingpa menuliskan *Tukdrup Yizhin Norbu Sampa Lhündrup*. Yang keenam dari huruf-huruf simbolik ini adalah sumber ajaran terma yang tiada habisnya. Patung, kotak terma dan huruf-huruf simbolik ini ada di Bir, India, dan dapat dilihat sampai hari ini.

Penjelasan tentang Doa Tsok Sampa Lhündrup
Oleh *Phakchok Rinpoché*

Untuk Tsok Sampa Lhundrup (<https://lhaseylotsawa.org/library/sampa-lhundrup-concise-gathering-offering>), Tsewang Drakpa, putra kedua Chokgyur Lingpa, menuliskan sebuah doa tsok singkat, yang akan kita gunakan untuk tsok bum pada hari Guru Rinpoche yang akan datang. Meskipun doa ini ditulis oleh Tsewang Drakpa, doa ini sebenarnya adalah sebuah *terzhung*, yang berarti sebuah ajaran yang ditulis oleh Guru Rinpoche sendiri. Dalam menuliskannya, oleh karena itu, Tsewang Drakpa bukan benar-benar menuliskannya, melainkan menyarikannya dari teks sadhana utamanya.



Feast Offering at Asura Cave

Persembahan tsok khusus ini akan membantu kita mengumpulkan jasa kebajikan dengan sangat cepat. Buddha sendiri berkata bahwa ketika seorang praktisi mengumpulkan jasa kebajikan, maka sebagai hasilnya harapan-harapan praktisi tersebut akan terpenuhi. Saya pikir ini benar. Apakah Anda melakukan urusan duniawi, kehidupan biasa, ataupun aktivitas spiritual, Anda benar-benar perlu mengumpulkan jasa kebajikan. Dan cara Vajrayana dalam mengumpulkan jasa kebajikan, cara yang lebih cepat, adalah melalui sarana tsok atau persembahan berkumpul.

Kata untuk “persembahan berkumpul” dalam bahasa Sansekerta adalah *ganachakra*, yang diterjemahkan ke dalam bahasa Tibet sebagai *tsok kyi khorlo*, lingkaran persembahan. Mengumpulkan dua akumulasi jasa kebajikan dan kebijaksanaan adalah metode tertinggi dan yang harus ada untuk menyingkirkan awan obskurasi yang menghalangi kita menyadari hakikat Buddha kita. Dan praktik *ganachakra* adalah salah satu cara yang paling terampil dalam mengumpulkan akumulasi secara cepat di samping memurnikan obskurasi kita dan memperbaiki samaya kita yang rusak.

Banyak ajaran terma Guru Rinpoche yang mengatakan bahwa melakukan *ganachakra* menghasilkan jasa kebajikan yang luar biasa. Ada banyak kejadian di mana Guru Rinpoche sendiri muncul selama tsok dan memberkahi para praktisi yang berdoa pada beliau dengan devosi yang tak tergoyahkan.

Ketika Anda melakukan tsok, sangatlah penting untuk membayangkan diri Anda tak terpisahkan dengan Guru Rinpoche dan membayangkan mandala Guru Rinpoche ada di hadapan Anda. Pahami bahwa mandala Guru Rinpoche meliputi mandala semua buddha dan bahwa semua guru sebenarnya adalah tidak terpisah dalam mandala tersebut. Di Vajrayana ada pepatah: Mempersembahkan satu barang saja kepada guru adalah sama dengan melakukan persembahan kepada seluruh ribuan buddha.

Penting untuk memahami bahwa *ganachakra* memadukan banyak latihan menjadi satu: Tsok berarti kedermawanan. Tsok berarti guru yoga. Tsok berarti persembahan mandala. Tsok berarti pengakuan. Tsok berarti memperbaiki samaya kita yang rusak. Anda lihat, di tsok semuanya ada.

Pengakuan karena kita berkata, “Saya mempersembahkan ini, saya mengakui semua perbuatan buruk saya, masalah-masalah saya, karma buruk saya.” Kemurahan hati karena merupakan persembahan dan persembahan mandala karena kita menyertakan persembahan kebijaksanaan. Guru yoga karena kita melakukan persembahan kepada guru. Anda juga bisa lihat semua ini tercermin di dalam doa tsok singkat Sampa Lhündrup oleh Tsewang Drakpa ini:

Om ah hung

Om āḥ hūṃ sebenarnya berarti memberkahi persembahan, melipatgandakan persembahan, dan mengubah persembahan menjadi kebijaksanaan. Itulah arti sebenarnya dari *om āḥ hūṃ*. Aksara-aksara *Om āḥ hūṃ* adalah sangat spesial karena setiap aksara maknanya beragam. Tapi yang paling penting, *Om* mewakili tubuh Buddha, *āḥ* mewakili ucapan Buddha, dan *hūṃ* mewakili hati Buddha.

Ketika Anda menulis *om*, Anda lihat ada “a” dan “o” serta sebuah lingkaran, yang membuatnya menjadi *om*. Ketika kita menuliskan “a” ini melambangkan dharmakaya, “o” melambangkan sambhogakaya, dan lingkaran adalah nirmāṇakāya. Dengan demikian *om* mewakili tiga kaya (tubuh).

Mengenai *āḥ*, Mañjuśrī-Nāmasaṃgīti, *Merapalkan Nama-Nama Manjuśrī*, malah mengatakan : “Aksara *āḥ* adalah aksara terunggul, aksara tertinggi—*āḥ*”

Aksara *āḥ* berarti tidak dilahirkan. Ketika Anda mengatakan *āḥ*, itu sangatlah alamiah, Anda tidak perlu mengubah posisi mulut Anda. “Aaaah” sangatlah alami. Itu artinya tidak dipaksakan. Tidak dipaksakan artinya tidak dibuat-buat. Makanya kenapa alamiah. Bunyi *āḥ* ada di setiap aksara. Itulah sebabnya mengapa *āḥ* adalah bunyi yang universal. Oleh karena itu, semua aksara dan bunyi berasal dari *āḥ*. Makna dari *āḥ* adalah tidak dilahirkan. Bunyi *āḥ* tidak diubah oleh mulut, ia adalah alami. Makna sangat mendalamnya adalah tidak dilahirkan. Dan gagasannya adalah *āḥ* itu meliputi semuanya. Śūnyatā, kekosongan itu meliputi segalanya. Dengan satu bunyi tunggal ini, semua tercakup di dalamnya.

Ketika Anda menulis *hūṃ* ada *ha*. Bunyi *ha* melambangkan kemelekatan. Bunyi “u” dan “m” melambangkan ketidakmelekatan. Jadi, hati Buddha sebenarnya berarti tidak melekat. Itulah *hūṃ* secara hakikat.

Lalu Anda bilang:

lama rikdzin tsa sum kyilkhor lha

dir shek tsok kyi chö büḷ gyé kang té

lama—guru, yaitu Guru Rinpoche

rikdzin—semua guru silsilah

Tsa sum—tiga akar: Guru, Yidam, Ḍākinī.

kyilkhor lha—semua mandala

dir shek—harap datanglah kemari

dir shek tsok kyi chö büil gyé kang té—Hari ini saya akan melakukan persembahan tsok besar yang terperinci, maka dari itu: “Harap datanglah kemari dan makanlah dengan sukacita persembahan berkumpul ini.”

Ketika Anda membacakan “***lama rikdzin tsa sum kyilkhör lha, dir shek tsok kyi chö büil gyé kang té***” ini berarti “semua guru harap datanglah kemari.” Ketika Anda memohon mereka untuk “harap datanglah” ada tiga alasan mengapa mereka akan melakukannya: Yang pertama adalah devosi, yang disebutkan “semua mandala harap datanglah, saya memikirkan Anda.” Yang kedua adalah komitmen bahwa para makhluk suci harus datang ketika dimohon. Yang ketiga adalah pada akhirnya semua guru itu sudah ada di sini sejak dari awal—Anda perlu memahami bahwa mereka sebenarnya ada di sini.

Lalu Anda bilang:

nyamchak töl shak dra gek drelwa yi

nyamchak töl shak—Dengan “kami mengakui semua pelanggaran kami” Anda mengakui semua samaya yang rusak dan karma buruk. ***töl shak*** berarti “kami mengakui”

Dra gek—Sebenarnya, ***dra*** adalah ego kita atau kemelekatan pada ego. Meskipun ***dra*** adalah ego kita, tapi juga bisa dipahami sebagai musuh kita atau mära. Yaitu, mära, musuh kita, adalah ego.

Gek—Ini adalah emosi-emosi negatif kita. Dikatakan bahwa makhluk-makhluk halus gentayangan di luar karena kita ada emosi-emosi di dalam. Maka dari itu, alasan kita akan melihat mära besar di luar adalah karena kita punya ego.

Drelwa—Kami bebaskan para musuh dan penghalang ini.

Kemudian diikuti dengan:

sha trak zhel top lhak la wangwé röi

Sha trak zhel top—Ditujukan kepada para yidam garang dan pelindung dharma. Mereka membutuhkan persembahan darah dan daging. ***Trak***, darah, di sini sebenarnya mengandung arti nafsu keinginan. Dan, ***sha***, daging, sebenarnya mengandung arti ketidaktahuan. Noda batin terbesar umat manusia, yang paling buruk, adalah nafsu keinginan dan ketidaktahuan. Keduanya terus menyebabkan penderitaan.

drelwa yi sha trak zhel top—Ketika para musuh dan penghalang telah dibebaskan, sisa mereka akan dipersembahkan kepada para yidam dan pelindung dharma.

Lhak la wangwé röi— Ini ditujukan kepada para makhluk alam tinggi yang berada di ujung ataupun di luar mandala. Mereka juga ikut makan dalam tsok ini. Kita mempersembahkan

lhak, yang tersisa, kepada mereka. Maka dari itu, setelah kita selesai tsok, kita menaruh **lhagma**, yang tersisa, di luar.

Lalu:

chi nang sangwé barché zhiwa dang

sampa lhün gyi drupar dzé du söl

chi nang sangwé barché—rintangan luar, dalam, dan rahasia. Rintangan luar adalah, sebagai contoh, masalah keluarga dan bisnis. Rintangan dalam meliputi nadi, prana, dan bindu kita. Dengan kata lain, semua adalah penyakit tubuh. Rintangan rahasia memengaruhi emosi, pikiran, dan latihan dharma kita.

Zhiwa—tundukkanlah mereka

Dang—dan

Sampa lhün gyi drupar dzé du söl—Mohon berkahilah kami dan “penuhilah semua harapan secara spontan!” Di sini “penuhilah semua harapan” memiliki banyak makna. Sebagai contoh, penuhilah harapan saya untuk bermanfaat bagi semua makhluk. Penuhilah harapan saya untuk berhasil di apapun yang kita ingin capai. Penuhilah harapan saya untuk mencapai pencerahan di kehidupan ini juga.

Lalu diikuti dengan mantra:

om ah hum sarva mahaguru mandala saparivara ganatsakra pudza khahi | utsishta balingta bhakshasi soha ||

Saya sudah menjelaskan makna dari **om ah hum** sebelumnya.

sarva mahaguru—semua maha guru

mandala saparivara—dan semua makhluk suci

ganatsakra pudza—lingkaran persembahan

Khahi—kami persembahkan

Utsishta balingta bhakshasi soha—kami persembahkan persembahan yang tersisa.

Maka dari itu, harap penuhilah semua harapan kami!

Jadi, inilah doa persembahan tsok singkat.

Catatan

Kutipan awal teks akar Lamrim Yeshe Nyingpo berasal dari:

- Padmasambhava. *Lamrim Yeshe Nyingpo*. Trans. Erik Pema Kunsang, ed. Marcia Dechen Wangmo. Rangjung Yeshe Publications: Hong Kong, 2016.

Terjemahan lengkap sejarah patung Kutsap Ngödrup Palbar dapat ditemukan di sini:

- http://blog.xuite.net/yeshi_tsogyal/twblog/519247964

Kisah oleh Orgyen Tobgyal Rinpoche adalah dari buku “Kehidupan Chokgyur Lingpa”

- *The Life of Chokgyur Lingpa as told by Orgyen Tobgyal Rinpoche*. Trans. Tulku Jigme Khyentse and Erik Pema Kunsang. Rangjung Yeshe Publications.