



Rahasia Batin

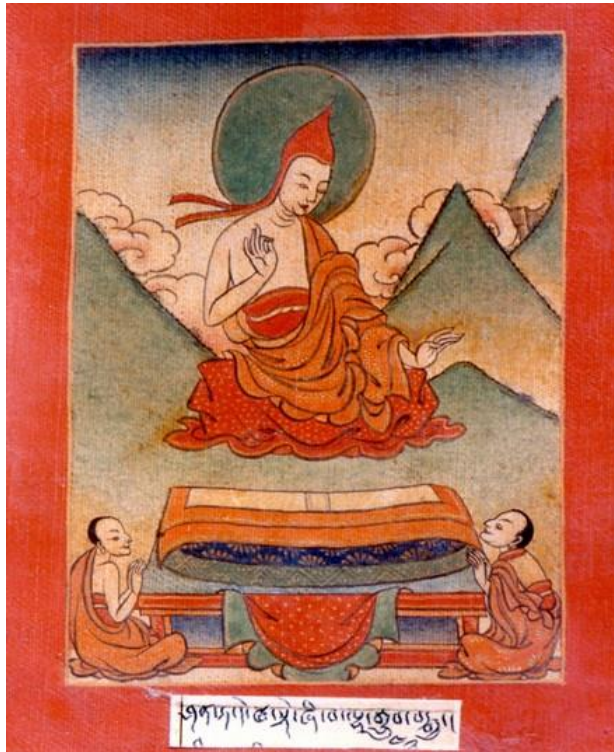


Image: Courtesy of [Himalayan Art Resources](#)

Teman-teman sekalian dekat maupun jauh,

Seperti biasanya, saya berharap pesan ini sampai pada kalian yang berada dalam keadaan yang baik, sehat dan berbahagia. Pada hari Guru Rinpoche kali ini —juga disebut sebagai Tredha Tsechu (hari ke-10 di bulan keenam) —secara khusus sangatlah penuh berkah, karena bertepatan dengan bulan Monyet yang penuh berkah. Hari ini memperingati kelahiran Guru Rinpoche sebagai Guru Tsokyé Dorjé di dalam sebuah teratai yang mekar di atas Danau Danakosha, dimana setelahnya beliau memutarakan roda Dharma kepada para dakini yang ada di pulau tersebut.

Pada hari yang penuh berkah ini, saya ingin berbagi dengan kalian semua empat baris syair yang mendalam dari bab kelima dalam perenungan karya Shantideva Jalan Bodhisattva /*The Way of the Bodhisattva (Bodhisattvacharyavattara)*, sebuah karya tulis Mahayana yang menjadi dasar bagi tulisan-tulisan selanjutnya.

Pertama:

Pembacaan berulang /*Recitations* dan pertapaan secara keras,
Meskipun keduanya terbukti berlangsung lama,
Jika dipraktekkan dengan batin yang teralihkan/terdistraksi,
Tidaklah ada gunanya, begitulah yang dikatakan oleh Yang Mengetahui akan
Kenyataan/Realitas. (16)

Oleh karenanya, seperti yang telah Buddha ajarkan, penting bagi kita untuk tidak teralihkan/terdistraksi dalam aktivitas apapun yang kita lakukan. Di sisi lain, kita perlu mengubah kebiasaan batin kita yang kekanak-kanakan, dan membawanya untuk fokus pada Dharma, dan pada latihan apapun yang kita laksanakan. Kestabilan dan kesungguh-sungguhan adalah kuncinya disini.

Untuk mereka yang tidak memiliki introspeksi,
Meskipun mereka mendengarkan ajaran, memikirkannya, atau bermeditasi,
Seperti air merembes keluar dari toples yang bocor,
Pengajaran ini tidak akan berdiam di dalam ingatan mereka. (25)

Introspeksi adalah kualitas yang memungkinkan kita memeriksa batin kita, menyadari apakah kita teralihkan/terdistraksi atau tidak, dan apakah kita benar-benar bermeditasi ataupun tidak. Kesadaran penuh adalah mengingat apa yang harus dilakukan dan apa yang harus dihindari. Keduanya itu sangatlah penting, namun tanpa adanya introspeksi, kita tidak mungkin beranjak maju, karena kita tidak akan pernah tahu apa yang sedang dikerjakan oleh batin kita.

Mereka yang dilumpuhkan oleh penyakit
Menjadi tidak berdaya, tidak memiliki kekuatan untuk bertindak.
Batin, ketika sama halnya dibelenggu oleh ketidaktahuan/kebodohan,
Menjadi tidak berdaya dan tidak mampu melaksanakan pekerjaannya. (24)

Ketika kita teralihkan/terdistraksi, tanpa kesadaran penuh ataupun introspeksi, kita menjadi tidak memiliki kekuatan. Dan inilah yang terjadi pada setiap orang di bumi ini, berkelana di dalam kebingungan dan tidak mampu mencapai apapun, karena mereka bahkan tidak menyadarinya. Itulah mengapa saya ingin mengingatkan kalian semua untuk berhati-hati, dan tidak terus menerus dibutakan oleh kebingungan.

Mereka semua yang gagal untuk memahami
Rahasia batin, yang terbesar dari semua hal,
Meskipun mereka berharap akan kebahagiaan dan berakhirnya kesengsaraan,
Akan berkelana dengan tanpa tujuan, dengan tanpa adanya kegunaan. (17)

Poin yang penting dalam Dharma adalah mengetahui rahasia batin. Ini mencakup pemahaman akan batin, mengetahui bagaimana mempertahankannya dalam kondisi tidak teralihkan/terdistraksi, bagaimana menjinakkannya melalui introspeksi, dan bagaimana mentransformasikannya melalui latihan. Jika kalian tidak mengetahui rahasia batin, meskipun kalian berharap mendapatkan kebahagiaan dan berakhirnya penderitaan, kalian tidak akan berbahagia, ataupun mampu menyingkirkan penderitaan. Untuk mencapai kebahagiaan yang sesungguhnya, kalian perlu mentransformasikan batin, dan oleh karenanya mengetahui rahasianya. Ini adalah makna sesungguhnya dari Dharma yang suci: tanpa mengetahui rahasia batin, kalian tidak bisa mengetahui Dharma.

Jadi, pada hari Guru Rinpoche kali ini, kita semua perlu mempelajari rahasia batin: inilah apa yang dimaksud dengan mempelajari Dharma yang suci. Ajaran Buddha adalah cahaya yang menyinari rahasia batin, mengungkapkan apakah batin itu, bagaimana ia bisa ditransformasikan, dan apakah intisari sesungguhnya. Tidak ada hal lain selain cahaya Buddhadharma yang tersedia bagi kita untuk menerangi rahasia-rahasia tersebut. Batin mungkin terus menerus bersama dengan kita, namun karena kita berkelana di dalam kegelapan kebingungan, kita tidak bisa melihatnya, ataupun memahaminya. Untuk itulah kita membutuhkan Dharma yang suci. Itulah mengapa kita mengatakan bahwa Buddha telah memperlihatkan kepada kita kebaikhatian yang paling besar.

Hari ini, mengingat kembali kebaikhatian Buddha, diikuti dengan kebaikhatian Guru Rinpoche, dimana tanpa beliau Mantra Rahasia tidak akan bertahan sampai hari ini, dan kepada semua guru-guru besar akar dan silsilah yang telah mentransmisikan Dharma yang suci sampai kepada kita, saya oleh karenanya mempersembahkan kepada kalian empat baris syair dari Shantideva ini.

Dengan semua rasa cinta dan doa saya,

Sarva Mangalam.

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Phakchok Rinpoche', written in a cursive style.

Phakchok Rinpoche

Catatan: Semua baris syair di dalam pesan asli dalam bahasa Inggris dicuplik dari karya Shantideva, *Jalan Bodhisattva / The Way of the Bodhisattva* (edisi revisi), diterjemahkan oleh Padmakara Translation Group (Boston and London: Shambala, 2011), dan diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia oleh Henry Wisnu.