



## Tentang Pentingnya Bersukacita



Image: courtesy of Himalayan Art Resources

Teman-teman sekalian dekat maupun jauh,

Seperti biasanya, saya harap pesan ini sampai pada kalian yang berada dalam kondisi yang baik, sehat, dan berbahagia. Pada kesempatan hari Guru Rinpoche hari ini, saya ingin berbagi dengan kalian sebuah kutipan dari bab ke-6, “Bersukacita dan Mendedikasikan/*Rejoicing and Dedicating*,”

dari Kesempurnaan Kebijaksanaan dalam 8.000 baris, yang mengajarkan pentingnya secara vital untuk bersukacita:

Bodhisattva mahasattva Maitreya berkata kepada Yang Arya Subhuti: “Subhuti yang Agung, dibandingkan dengan jasa kebajikan yang dihasilkan dari kemurahhatian terhadap para makhluk, dari kedisiplinan, ataupun dari bermeditasi, jasa kebajikan yang dihasilkan oleh bodhisattva mahasattva dari mendedikasikan kesukacitaan mereka akan kebajikan adalah terunggul tanpa ada batasnya. Hal itu adalah tak tertandingi, puncak dari segala sesuatu, sangat hebat, dan terunggul. Hal ini tidak mungkin terlampaui. Hal itu tidak ada bandingannya. Hal itu setara dengan yang tidak ada taranya.”

Sebagaimana yang diajarkan Maitreya disini, mendedikasikan jasa kebajikan yang didapatkan dari bersukacita akan tindakan baik yang dilakukan oleh orang lain adalah dedikasi yang terunggul. Oleh karenanya, untuk mendapatkan akumulasi jasa kebajikan yang tidak tertandingi dan, yang paling penting, sebagai penawar racun terhadap kemelekatan dan keirihatian kita, kita harus secara tulus bersukacita akan tindakan baik apapun yang dilakukan oleh semua makhluk—baik secara fisik, ucapan, maupun mental—dan, pada khususnya, kita harus bersukacita akan tindakan/aktivitas dari para bodhisattva dan arahat dan tindakan yang tercerahkan dari para buddha. Memikirkan betapa besar, dan betapa mengagumkannya tindakan-tindakan baik ini, dan mendedikasikan jasa kebajikan yang didapatkan darinya, adalah jenis dedikasi yang terbaik

Alasan mengapa dedikasi ini dipuji sebagai yang terunggul karena dedikasi ini tidak ternodai oleh racun-racun mental. Belakangan ini, ketika di Asia banyak terjadi kekuatiran akan pengumpulan jasa

kebajikan, orang-orang Barat mengabaikan hal ini sebagai sebuah keyakinan religius belaka. Sebetulnya, tidak ada yang bersifat religius mengenai yang disebut sebagai jasa kebajikan: ‘jasa kebajikan/*merit*’ hanyalah berarti setiap tindakan dari tubuh, ucapan, ataupun batin yang tidak dimotivasi ataupun dipengaruhi oleh tahapan-tahapan mental yang negatif. Oleh karenanya, apapun yang bermanfaat bagi batin adalah jasa kebajikan, atau kebajikan/*virtue*. Itulah mengapa, melalui berkah dari Buddha Shakyamuni, pertanyaan-pertanyaan dan jawaban-jawaban dari bab ke-6 Kesempurnaan Kebijaksanaan ini mengajarkan tentang pentingnya bersukacita.

Secara pribadi, saya bisa melihat bahwa ketika saya bersukacita akan tindakan baik orang lain, kesombongan, rasa pesimis, dan yang terpenting, keirihatian saya menjadi berkurang. Oleh sebab itu, tolong bersukacitalah, karena kalian akan mengumpulkan kekayaan jasa kebajikan dengan cara demikian. Jika kalian meluangkan satu ataupun dua menit untuk bersukacita setiap harinya, kalian juga akan melihat rasa pesimis kalian berkurang, secara bersamaan rasa optimis kalian bertumbuh. Egoisme kalian akan berkurang dan kalian akan menjadi lebih rendah hati. Terakhir, dengan mengumpulkan jasa kebajikan yang tidak tertandingi dengan cara seperti ini, kemelekatan, kesombongan, dan keirihatian kalian juga akan berkurang. Jadi tolong luangkanlah waktu untuk bersukacita akan semua tindakan-tindakan baik dari orang-orang lain, setiap hari.

Dengan semua cinta dan doa-doa dari saya,  
Sarva Mangalam.

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

Phakchok Rinpoche