



Samsara Luar, Dalam, dan Rahasia

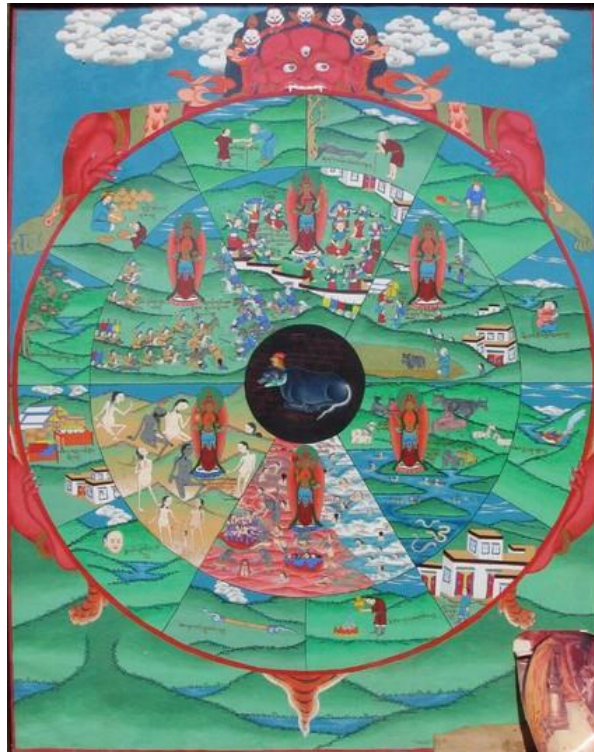


Image courtesy of [Himalayan Art Resources](#)

Teman-teman sekalian dekat maupun jauh,

Hari Guru Rinpoche kali ini adalah yang pertama di tahun baru lunar Naga Kayu, oleh karenanya pertama-tama saya ingin mengutarakan harapan saya dari hati yang terdalam kepada kalian semua, teman-teman Dharma saya, untuk tahun baru yang berbahagia dan penuh berkah!

Pesan-pesan hari Guru Rinpoche ini ditujukan untuk siapapun yang sudah melakukan latihan Dharma yang sejati, atau jalur, dan juga untuk siapapun yang tertarik untuk mendapatkan pemahaman akan jalur transformasi ini, sebagaimana yang diajarkan oleh Buddha Shakyamuni dan Maha Guru Padmasambhava. Agar kita semua mampu mengikuti jalur pembebasan dari samsara ini, penting bagi kita untuk pertama-tama memahami apa yang sebenarnya kita maksudkan sebagai samsara, ataupun siklus keberadaan. Dalam pesan ini oleh karenanya saya ingin berbagi dengan kalian tentang tiga aspek samsara: luar, dalam, dan rahasia.

Untuk memahami samsara luar, pertama-tama kita harus melihat bahwa semua pengalaman kita itu bergantung pada batin kita. Apapun yang kita lihat, dengar, ataupun rasakan itu terhubung dengan kondisi batin kita: jika kita berada dalam kondisi batin yang positif, pengalaman kita akan menjadi positif. Jika kita berada dalam kondisi batin yang negatif, pengalaman kita akan menjadi negatif. Jelas diperlihatkan disini bahwa kondisi batin kita menentukan dunia sebagaimana yang kita alami. Dunia pengalaman kita ini adalah samsara luar, dunia sebagaimana yang kita ketahui. Untuk secara bertahap meningkatkan dan membebaskan diri kita sendiri darinya, kita harus belajar untuk mengamati dan merenungkan bagaimana batin kita memengaruhi semua pengalaman kita.

Setelah kita mengurangi pikiran-pikiran dan emosi-emosi negatif dengan mengamati batin kita, kita mulai melihat samsara dalam, dunia bagian dalam dari ego dan perasaan identitas kita. Dengan melihat melalui dunia bagian luar dari pengalaman kita, kita mulai memahami bahwa tidak ada darinya yang eksis secara substansial, namun diciptakan oleh kemelekatan kita akan ego kita sendiri. Inilah samsara dalam.

Dengan mempraktekkan meditasi, kita bisa melonggarkan perasaan diri ini dan mulai melihat hakikat sebenarnya samsara dalam menuju pada samsara rahasia, yang terdiri dari setiap satuan dari proses berpikir kita. Setiap proses berpikir merupakan bagian dari dunianya sendiri, pada tahapan yang halus, jadi sejauh kita terlibat di dalam pemikiran, kita sedang mengalami samsara. Namun sesegera kita melihat bahwa setiap momen kesadaran, setiap pikiran, perasaan, ataupun emosi secara instan melebur ke dalam dirinya sendiri, kita melihat hakikat sebenarnya dari samsara selain juga, menyadari hakikatnya yang kosong.

Inilah bagaimana makna dari samsara secara bertahap berubah bagi kita seiring kita berkembang di dalam jalur, dan bagaimana kita bisa mencapai lapisan-lapisannya yang lebih halus agar pada akhirnya bisa melihat hakikatnya, dengan demikian membebaskan diri kita sendiri. Berlatih Dharma bukanlah tentang membeo membacakan beberapa perkataan ataupun menggenggam keyakinan tertentu. Berlatih Dharma sebenarnya adalah mengenai mengikuti jalur ini untuk sampai pada pemahaman dan realisasi yang lebih mendalam. Cara untuk berkembang di dalam jalur adalah dengan mengandalkan berkah yang datang dari doa permohonan, untuk mengumpulkan kondisi-kondisi yang kondusif, dan untuk berlatih kewelasihan yang sejati dan tanpa diri.

Oleh karena itu, pada tahun baru Tibtan ini, saya ingin berbagi dengan kalian pemahaman saya tentang makna samsara yang lebih mendalam. Sambil saya melakukan ini, saya juga membuat aspirasi agar kalian semua bisa mendapatkan pengalaman dan realisasi, dan menemukan panduan di dalam jalur.

Dengan semua cinta dan doa saya,
Sarva Mangalam.



Phakchok Rinpoche