

# SELALU MENGGINGAT

YANG MULIA JIGME PHUNTSOK RINPOCHE



DALAM RANGKA MEMPERINGATI TAHUN KETIGABELAS PARANIRVANA DARI  
YANG MULIA JIGME PHUNTSOK RINPOCHE

# Selalu Mengingat

**Yang Mulia Jigme Phuntsok Rinpoche\***

Dalam rangka memperingati tahun ketigabelas Paranirvana dari  
Yang Mulia Jigme Phuntsok Rinpoche

\* Naskah asli dari buku ini ditulis dalam Bahasa Tibet pada tahun 2017. Pada tahun yang sama, Khenpo Sodargye menterjemahkannya ke dalam Bahasa Mandarin, sementara Sangye Khandro dan Lama Chonam menterjemahkannya ke dalam Bahasa Inggris. Versi Bahasa Indonesia, diselesaikan pada tahun 2024, berdasarkan terjemahan Bahasa Inggris dan Mandarin.

Instruksi-instruksi terpilih  
yang diucapkan oleh Raja Dharma,  
Sang Permata Pengabul Harapan



# Kata Pengantar

Berdasarkan penanggalan Tibet, hari ini adalah hari ketiga dari Bulan Keajaiban. Pada hari inilah, di tahun 1933, seorang bodhisattva sejati hadir ke dunia manusia ini sebagai hasil dari aspirasi welas asihnya. Bodhisattva tersebut merupakan pelindung para makhluk di jaman yang merosot ini dan guru kita yang kebajikannya tak tertandingi, Sang Raja dari Segala Perlindungan dan Permata Pengabul Harapan, Khenchen Jigme Phunstok.

Tahun ini, panitia yang mempersiapkan Persamuan Dharma Parinirvana ketigabelas dari Kyabje Permata Pengabul Harapan telah menyusun sebuah buku kecil berdasarkan transkripsi rekaman audio berisi ajaran-ajaran berharga dan nasihat dari Khenchen Jigme Phuntsok. Buku kecil ini memberikan kesempatan kepada pembaca untuk membuat koneksi yang lebih dekat dengan ajaran-ajaran dari Guru Agung ini. Buku ini disusun menjadi tiga belas bab, untuk menghormati perayaan

tahun ketigabelas parinirvana dari Kyabje, yang di dalamnya terdiri dari tujuh puluh satu bagian untuk menghormati rentang hidup Guru Agung ini di dunia ini.

Para murid yang penuh pengabdian yang turut serta dalam persamuan Dharma ini menerima buku kenangan ini dengan penuh suka cita. Namun buku tersebut hanya tersedia dalam bahasa Tibet sehingga banyak yang tidak mampu membacanya. Buku tersebut tidak tersedia dalam bahasa Mandarin maupun Inggris. Adalah harapan saya agar usaha ini memberikan manfaat secara khusus bagi mereka yang tidak pernah memiliki kesempatan untuk bertemu dengan Khenchen Jigme Phuntsok secara langsung. Mereka kini akan mampu untuk membuat koneksi baik terhadap beliau dengan membaca buku ini.

Saya telah berusaha untuk mempertahankan gaya mengajar beliau yang sederhana, langsung, dan personal agar kata-kata dan cara mengekspresikannya tertera dalam halaman-halaman buku ini.

Ketika bergantung terhadap seorang guru, sangat penting untuk pertama-tama mendengarkan instruksi-instruksinya

dan kemudian mengamalkannya. Dengan mengingat hal tersebut, buku kenangan yang ringkas ini adalah sebuah permata yang berharga yang perlu kita semua hargai, karena bahkan sepatah atau dua patah kata yang ditemukan di sini dapat mempengaruhi pencapaian pembebasan di kehidupan kini dan setelahnya. Dengan mencermati setiap kata, adalah harapan saya agar anda masing-masing akan menemukan implikasi mendalam yang mereka perkenalkan.

Judul bahasa Tibet untuk buku ini adalah *Chos rje yid bzhin nor bu'i gsung zin thor bu bzhugs*, yang diterjemahkan di sini sebagai *Instruksi-Instruksi Pilihan*. Dalam upaya untuk mengingatkan pembaca agar mengukir di dalam hati mereka instruksi-instruksi yang jarang dan sulit didapatkan ini, saya memberikan judul *Selalu Mengingat* untuk terjemahan bahasa Mandarin dan sekarang Bahasa Inggris.

Semua semua yang terberkahi terbebas dari kebingungan dan memasuki jalur pembebasan!

Sodargye  
Larung, Serthar  
1 Maret 2017

# Daftar Isi

Kata Pengantar iv

Daftar Isi vii

## **I. TAHTA SUCI YANG DIKENAL SEBAGAI LARUNG GAR 2**

1 Memperkenalkan Tahta Suci Penuh Berkah 3

2 Prediksi Mengenai Tahta Suci Ini 4

3 Tahta Suci yang Meningkatkan Realisasi 6

4 Tahta Sakral yang Bebas Dari Kerusakan Samaya 7

5 Tahta Sakral Dimana Pencerahan Secara Tubuh Cahaya Terjadi 8

## **II. BAGAIMANA CARA MEMBABARKAN DAN MENE- RIMA AJARAN-AJARAN DHARMA YANG LUHUR 10**

6 Motivasi Awal dan Tingkah Laku 11

7 Bagaimana Cara Menyerap Dharma yang Suci 13

8 Manfaat dan Kualitas dari Mengembangkan Bodhicitta 18

9	Mempertahankan Akar Kebajikan	20
10	Bagaimana Ketidakbajikan Dibenamkan Oleh Kegemilangan Bodhicitta	22
11	Bagaimana Akar Kebajikan Terus Meningkatkan	24
12	Sikap Selama Pembabaran Dharma	25
13	Manfaat dari Hadir untuk Mendengarkan Pembabaran Dharma	27
14	Alasan Mengapa Menghadiri Pembabaran Dharma Adalah Penting	29

### **III. PENJELASAN DETIL TENTANG SEBAB DAN AKIBAT KARMA YANG MENDALAM** 33

15	Nasihat Umum Mengenai Disiplin dari Para Sangha	34
16	Nasihat tentang Ikrar-ikrar bagi Komunitas Buddhis Perumah Tangga	36
17	Bagaimana Cara Bersikap Disaat Upacara	39
18	Menunjukkan Cinta Kasih kepada Para Hewan	41
19	Memberikan dan Menerima Kebahagiaan danenderitaan	43
20	Kesalingketergantungan dari Sebab dan Akibat Karma	46

21 Akibat Karma Dari Mengasosiasikan Diri Dengan Harta Sangha	48
22 Meremehkan Para Makhluk Suci Sama Artinya Dengan Meninggalkan Dharma	51
23 Meremehkan Dharma Sama Artinya Dengan Meninggalkan Dharma	54

**IV. SEBUAH DESKRIPSI NON-SEKTARIAN TENTANG PAHAM FILOSOFIS BUDDHA** **57**

24 Menjalin Hubungan Yang Harmonis antar Tradisi Spiritual	58
25 Menjalin Hubungan Yang Harmonis antar Paham Spiritual	59
26 Bagaimana Cara Meneguhkan Tradisi Sendiri	62
27 Berkah dari Silsilah Para Vidyadhara	64
28 Mengembangkan Rasa Pengabdian Kokoh yang Terbebas Dari Kegoyahan	66
29 Keagungan dari Makna Mendalam	68
30 Perwakilan dari Guru Agung Padmasambhava	69
31 Nasihat untuk Menginspirasi Ketigakgentaran	71

32 Tidak Ada Kontradiksi Antar Doktrin-Doktrin 73

33 Nasihat tentang Menjadi Non-Sektarian 75

**V. PANDUAN UMUM DARI PEMUKIMAN YANG  
DIKENAL SEBAGAI LARUNG GAR 78**

34 Perkembangan Umum Dari Pemukiman Dharma ini 79

35 Standar dari Tiga-Lapis Kesetaraan 81

36 Bagaimana Mencapai Tindakan Tercerahkan Pemagnetisasi 83

37 Nasihat Tentang Cara Berlatih Yang Sesuai Dengan Batin Anda 88

38 Nasihat tentang Cara Membuat Kehidupan Manusia Berharga Ini Menjadi Bermakna 90

**VI. TUJUAN DARI SEMUA PERSAMUAN DHARMA  
YANG MENDALAM 93**

39 Festival Doa Agung Para Vidyadhara 94

40 Persamuan Agung Vajrasattva 99

41 Persamuan Agung Ksitigarbha 102

42	Persamuan Agung Sukhavati	106
43	Persamuan Agung Umur Panjang	108

**VII. RITUAL YANG MENENANGKAN PENCEMAR-  
AN YANG MEMPENGARUHI DOKTRIN DAN  
PARA MAKHLUK** **111**

44	Upacara Tepat Pada Waktunya Yang Menenangkan Kemosotan dan Malapetaka	112
45	Upacara Untuk Keadaan Yang Sulit	114
46	Memuji Sang Pahlawan, Putra Dari Pejuang Danma, Dentri Yu 'Od Bum Me	116
47	Mengenai Pementasan Opera Gesar Yang Disebut <i>Pemuliaan Vajra Yang Merdu</i>	118

**VIII. PERILAKU PARA SANGHA MONASTIK PRIA  
DAN WANITA** **122**

48	Perilaku Umum Bagi Para Monastik	123
49	Nasihat khusus Tentang Perilaku Dari Para Tulku	126
50	Peraturan Yang Harus Dijaga Antar Para Biksu dan Biksuni	129

51 Tindakan Yang Pantas Untuk Dilakukan	131
52 Bagaimana Menghindari Pertemanan Negatif	133
53 Cara Berhubungan Dengan Teman-Teman Yang Luhur	135
54 Tiga Pernyataan Kunci Yang Penting	137

**IX. KETIDAKLUHURAN DARI MERENGGUT KEHIDUPAN DAN KEBURUKAN DARI MEMAKAN DAGING 139**

55 Bagaimana Menghentikan Kebiasaan Negatif Yang Berasal Dari Kebudayaan	140
56 Mengambil Kehidupan Makhluk Lain Adalah Gerbang Menuju Neraka	142
57 Yak Betina Telah Menunjukkan Kebaikan Kepada Kita Lebih Besar Daripada Ibu Kita	144
58 Apakah Sumber Kebahagiaan di Kehidupan Kini dan Kehidupan Mendatang?	146

**X. MANFAAT DARI MENGUMPULKAN JASA PAHALA DAN MENYELAMATKAN KEHIDUPAN 149**

59 Manfaat dari Melepaskan Hewan Yang Akan Disembelih	150
---	-----

60 Manfaat dari Roda Doa	152
61 Manfaat dari Melafalkan Praktik Harian	153
62 Manfaat dari Mempersalahkan Lampu Minyak	155

**XI. NASIHAT UNTUK MEMELIHARA KEBUDAYA-  
AN TEMPAT ANDA DILAHIRKAN DAN MENG-  
HARGAI BAHASA IBU** **158**

63 Membina Kebiasaan Baik Mengenai Warisan Budaya Sendiri	159
64 Pakaian dan Hiasan Tibet Yang Otentik	161
65 Bahasa dan Literatur adalah Daya Hidup dari Para Leluhur	163
66 Keistimewaan Khusus dari Aksara Tibet	164

**XII. KOMITMEN UNTUK MEMBIMBING SEMUA  
MAKHLUK YANG MEMILIKI KONEKSI DE-  
NGAN SAYA MENUJU TANAH MURNI** **166**

67 Manfaat dari Alam Yang Disebut Sukhavati atau Dewachen	167
68 Objek dari Tekad Kita	169

69 Janji Untuk Membimbing Para Makhluk Menuju Alam Murni	171
---	-----

**XIII. WASIAT TERAKHIR DARI AYAH-GURU SATU-  
SATUNYA** **175**

70 Wasiat Terakhir Di Waktu Ajaran Terakhir Ketika Berlangsungnya Persamuan Sukhavati	176
--	-----

71 Wasiat Terakhir	179
--------------------	-----

**I**

**TAHTA SUCI YANG DIKENAL SEBAGAI  
LARUNG GAR**

Di tanah sakral gunung berpuncak lima di Cina

Berkah dari batin tercerahkan Manjusri berbuah matang

Aku berdoa di kaki Jigme Phuntsog

Anugrahkan berkahmu sehingga realisasi dari maksud kebijaksanaanmu dapat mengalir ke batinku!

# 1 Memperkenalkan Tahta Suci Penuh Berkah

Ketika memikirkan tentang pemukiman Dharma agung Larung ini, Saya tidak bisa membayangkan tempat lain yang sesakral dan seberharga tempat ini.

Heruka Dudjom Lingpa adalah Guru Dorje Drowolod yang sesungguhnya dan putra-putra beliau adalah inkarnasi dari delapan bodhisattva otentik. Sesungguhnya, jika saya dengan hati-hati merinci masing-masing dari biografi mereka, rasa pengabdian akan timbul bagi mereka yang tidak memiliki keyakinan dan yang memiliki keyakinan akan menangis tersedu-sedu. Para murid beliau juga sangat luar biasa dimana tiga belas orang dari mereka mencapai tubuh pelangi di lokasi ini [Larung]

## 2 Prediksi Mengenai Tahta Suci

### Ini

Ketika Heruka Dudjom Lingpa berumur sekitar delapan atau sembilan tahun, Sang Pelindung Dharma Shenpa Marnag memberikan beliau sebuah anak panah panjang umur terbuat dari tamariska dan meramalkan, “Di masa mendatang pada tahun kelinci, jika kau menancapkan anak panah ini di bagian atas dari [yang hari ini dikenal sebagai Larung Gar] lembah, para pengiring dan muridmu akan meningkat serta ketenaran dan kejayaan akan menyebar jauh dan luas”. Demikianlah telah diprediksikan.

Kemudian ketika Heruka Dudjom Dorje berdiam di tempat berkumpulnya para dakini yang dikenal sebagai Gunung Yak Liar di lembah Ser [*gser gyi 'brong ri*] yang juga disebut sebagai *dru pug* [*'bros phug*] banyak ramalan-ramalan serupa diberikan kepada beliau oleh para dakini.

Setelah mengamati kesalingketergantungan berpertanda baik, suatu hari beliau berkata kepada pengiringnya, “Hari ini, kalian semua harus keluar dan mencari berbagai batu yang tidak biasa

dan membawa kembali apa yang kalian temukan kepada saya. Itu akan menunjukkan dan membantu memperjelas tempat kediamanku di masa mendatang.” Diantara batu-batu yang mereka bawa kembali untuk ditunjukkan kepada beliau terdapat satu batu yang menyerupai telinga dan sejak saat itu Dudjom Lingpa memberitahukan mereka bahwa ini menunjukkan bahwa yang terbaik bagi beliau adalah untuk pergi ke suatu tempat yang belum pernah beliau lihat namun hanya mendengarnya.

Kemudian sang pelindung mantra rahasia, Ekadzati, memprediksi, “Jika kau menetap di lembah Larung di Yarchen, para muridmu dan silsilah yang melanjutkannya akan meningkat dan menjadi penuh berkah”

Walaupun tidak pasti apakah itu batu yang asli atau bukan, tahun kemarin kami menemukan sebuah batu yang menyerupai telinga di reruntuhan dari salah satu kabin. Tampaknya batu itu sangat mungkin merupakan batu yang didapatkan oleh Heruka Dudjom Lingpa.

### 3 Tahta Suci yang Meningkatkan Realisasi

Karena tidak ada tempat lain yang sebanding dengan tempat ini dan saya memiliki kebebasan untuk memutuskan lokasi dimana saya akan tua dan meninggal, saya memilih tempat ini. Saya berkomitmen pada gagasan berikut, “Jika para praktisi tidak mampu meningkatkan realisasi mereka atau mencapai manfaat bagi yang lain di tempat ini, maka saya bisa menjamin bahwa hal itu tidak akan terjadi di tempat lain.”

Bagi kalian yang telah datang ke tempat sakral ini, yakinlah bahwa seperti yang telah dikatakan oleh Guru Rinpoche, “Melakukan praktik hanya satu hari di tempat suci akan membawa pencapaian lebih cepat daripada praktik selama satu tahun di tempat biasa.” Jika kita membandingkan melakukan praktik di gua atau di bawah pohon selama satu tahun dengan praktik satu hari di tempat sakral yang diberkahi oleh Sang Buddha kedua, Guru Rinpoche, yang terakhir akan membawa berkah pencapaian yang lebih besar.

## 4 Tahta Sakral yang Bebas Dari Kerusakan Samaya

Tempat ini tetap tak tercemari bahkan di masa Revolusi Kebudayaan. Singkatnya, tanah ini adalah tanah yang murni, diberkahi, dan terlimpahi berbagai prediksi pertanda baik. Begitu anda tiba di tempat istimewa seperti ini, janganlah terjerat oleh hal-hal yang mengalihkan perhatian seperti bersosialisasi, namun semangat diri anda sendiri dengan berpikir, “saya harus terbebas dari hal-hal yang mengalihkan perhatian!”

## 5 Tahta Sakral Dimana Pencerahan Secara Tubuh Cahaya Terjadi

Tempat sakral ini adalah lokasi tepat dimana tiga belas praktisi mencapai tubuh cahaya pelangi. Ini adalah tempat kelahiran dari penerus delapan bodhisattva dan adalah sebuah tempat murni yang tidak pernah ternodai oleh kehancuran samaya. Setelah saya meninggalkan dunia ini, saya mendorong kalian semua untuk melanjutkan disini karena tidak ada apapun yang tidak sesuai tentang lingkungan ini. Di masa mendatang, kalian jangan sampai melupakan tempat ini ataupun saya, ayahmu yang tua.

## **II**

# **BAGAIMANA CARA MEMBABARKAN DAN MENERIMA AJARAN-AJARAN DHARMA YANG LUHUR**

Pada saat namamu memasuki telingaku,

Semua kegelapan yang telah mencengkram batinku untuk waktu yang sangat lama menjadi tersinari

O Sang Pahlawan Manjushri, semoga hujan bekahmu turun!

# 6 Motivasi Awal dan Tingkah Laku

Sebagaimana pembimbing kita, Sang Buddha yang Welah Asih dan Trampil berkata, “Jika kau mendengarkan dengan penuh perhatian dan menyimpannya dalam hatimu, saya akan memberikanmu ajaran-ajaran ini.” Demikian pula, kalian semua harus dengan hati-hati menyesuaikan tingkah laku kalian selama mendengarkan instruksi-instruksi Dharma. Sekarang mengenai subjek yang akan dijelaskan saat ini, baik saya, sebagai guru, dan kalian, sebagai para murid, harus merenungkan dengan mendalam hal-hal berikut:

Kita memiliki tubuh manusia berharga yang sulit didapatkan, telah berjumpa dengan pembimbing spiritual yang luhur yang sulit untuk dijumpai, dan secara khusus telah menemukan Dharma suci yang sulit untuk ditemukan. Di atas itu semua, kita bahkan telah bertemu dengan inti dari semua ajaran, yaitu Vajrayana. Oleh karena itu, penting untuk menyerap ajaran Dharma yang sempurna dan otentik, menjadikan kehidupan manusia ini sepenuhnya bermakna.

Jika kita gagal untuk memanfaatkan kebebasan dan keuntungan dari tubuh manusia ini di kehidupan ini, sesudahnya kita akan dilanda oleh sebab-sebab dan akibat-akibat dari karma. Jika kelahiran ulang terjadi di tiga alam rendah dan tempat lain, bahkan para Buddha dan bodhisattva tidak akan dapat memberikan perlindungan. Karena kekuatan dari karma, bahkan nama dari alam-alam tinggi pun tidak akan lagi terdengar. Oleh karena itu, sejak awal, setiap orang harus melatih arus batin mereka dengan merenungkan Empat Pemikiran Yang Memalingkan Batin. Sang Bodhisattva Shantideva berkata,

*Kelahiran ulang manusia yang berharga ini sangatlah sulit untuk diperoleh.*

*Sekalinya didapatkan, makna sesungguhnya dari kehidupan manusia bisa diwujudkan.*

*Jika kesempatan ini tidak dimanfaatkan,*

*Kapankah kesempatan seperti ini akan datang lagi?*

# 7 Bagaimana Cara Menyerap Dharma yang Suci

Diantara semua perbuatan-perbuatan baik duniawi, manfaat dari mendengarkan atau membabarkan Dharma yang luhur tidaklah tertandingi. Saat memulai untuk mendengarkan atau membabarkan, penghormatan harus diberikan terhadap guru dan yidam. Ini adalah sesuatu yang tak dapat diabaikan. Tidak hanya itu, disarankan juga agar kita menghaturkan penghormatan sebelum memberikan presentasi lisan di hadapan para pengajar Dharma atau pertemuan sangha, atau situasi-situasi sejenis.

Secara umum, pentingnya memberikan penghormatan dan gerakan-gerakan lain yang menunjukkan rasa hormat telah jelas disebutkan dalam banyak kitab. Bagi saya sendiri, ketika memulai sebuah pengajaran, saya mempersembahkan penghormatan kepada Sang Buddha Shakyamuni karena hal ini menunjukkan bahwa saya mengikuti ajaran beliau dan mengingat kebaikan hati beliau. Mengingat banyaknya pengikut dari Sang Buddha, saya juga mempersembahkan penghormatan

kepada Buddha Kedua, Padmasambhava, untuk menunjukkan bahwa saya adalah pengikut beliau juga. Untuk menunjukkan bahwa saya adalah salah satu dari banyak pengikut beliau, saya mempersembahkan penghormatan kepada Longchenpa Yang Maha Bijak , pendiri dari tradisi Longchen Nyingthig. Akhirnya, diantara sekian banyak pengikut beliau, realisasi dari Mipham Gyatso Yang Maha Bijak telah dialirkan ke batinku dan instruksi-instruksi inti yang mendalam dari beliau telah meresapi hati saya. Dengan demikian beliau menjadi satu-satunya hiasan di atas cakra mahkota saya. Itulah mengapa saya selalu mempersembahkan penghormatan kepada Guru yang berharga ini.

Cara mempersembahkan penghormatan seperti ini juga sesuai dengan silsilah berkah kilat. Pendiri tunggal dari tradisi Buddhis kita adalah Sang Buddha Shakyamuni yang sangat baik hati. Beliau kemudian meramalkan dan memuji Guru Padmasambhava sebagai pemangku utama silsilah kebijaksanaan beliau. Guru Longchenpa Yang Maha Bijak adalah satu-satunya pemangku silsilah yang benar-benar diberkati oleh guru yab-yum, dan yang memegang mandat langsung untuk ajaran Esensi Hati Kuintesensial. Kemudian diantara mereka yang menerima transmisi batin kebijaksanaan secara langsung dari realisasi Longchenpa Yang Maha Bijak , Mipham Rinpoche

adalah salah satu yang utama. Setiap gram dari keyakinan dan welas asih yang telah berkembang dalam arus batin saya adalah berkat kebaikan hati dari Guru yang berharga, Mipham Rinpoche. Oleh karena itu presentasi ini mengikuti tahapan realisasi tersebut.

Terlebih, adalah penting untuk mengingatkan semua orang agar selalu mengingat kembali motivasi yang benar. Patrul Rinpoche pernah berkata, "Yang terbaik, penting untuk mengingat kembali motivasi bodhicitta ketika meninggalkan rumah (contohnya : dalam perjalanan ke vihara). Yang menengah, sebaiknya mengingat kembali pada saat kerang ditiup. Setidaknya, ketika Sang Guru mengingatkan muridnya untuk memperbaiki motivasi mereka maka hal ini harus diperhatikan." Oleh karena itu adalah penting bahkan para Khenpo yang merupakan instruktur mengingatkan para pendengar untuk menyelaraskan motivasi mereka.

Selanjutnya, pelafalan harian yang dipraktikkan di Larung Gar ini mengikuti tradisi dari Jigmed Gyalwai Nyugu, dengan pengecualian *Doa Kepada Delapan Tanda Keberkahan Mulia*<sup>1</sup>, dan *Doa yang Memagnetisasi Keberadaan Fenomena*<sup>2</sup>. Pelafalan harian

---

<sup>1</sup> *bkra shis bgyad pa'i*

<sup>2</sup> *snang srid dbang du*

mencakup Persembahan Tujuh Cabang dari *Doa untuk Perilaku Sempurna*<sup>3</sup>, dan ritual ikrar Bodhisattva. Kemudian setelah pembabaran Dharma diberikan dan diterima, doa penutupnya selalu bagian aspirasi dari *Doa Untuk Perilaku Sempurna*. Semenjak saya menjalani waktu di tempat Retret Changma di Lembah Dza sebelah atas, saya mengikuti kerangka ini setiap kali memabarkan Dharma, baik yang singkat maupun ekstensif. Kalian semua harus memulai dengan *Doa Kepada Delapan Tanda Keberkahan Mulia* dan menutup setiap sesi dengan bagian aspirasi dari Doa Untuk Perilaku Sempurna juga, tanpa mengurangi apapun. Kebajikan dari ini saja akan tak terbayangkan. Walaupun Sang Buddha Yang Welas ASih mengajarkan berbagai tingkatan Dharma yang tidak terbayangkan yang menyesuaikan dengan berbagai elemen, kapasitas, pengabdian, dan tujuan dari makhluk hidup, sebagian besar dari yang diberikan ditujukan bagi yang memiliki kecerdasan menengah dan rendah.

Para praktisi dengan kecerdasan superior akan mengandalkan kendaraan para Bodhisattvas yang mewakili penyebab bahagia dan jalan yang membimbing ke pencapaian keadaan pencerahan. Metode yang paling agung ini semata-mata melibatkan

---

<sup>3</sup> *bzang spyod smon lam*

pengembangan bodhicitta yang berharga, batin yang tersadarkan. Sebagaimana dinyatakan dalam *Pedoman Kehidupan Bodhisattva*<sup>4</sup>

*Sebagaimana kilatan petir di malam yang gelap, berawan*

*Menerangi segalanya untuk sekejap*

*Demikian pula, dengan berkah dari Sang Buddha*

*Pemikiran langka untuk mengumpulkan kebajikan yang sejati  
seketika menerangi dunia ini*

Demikianlah

---

<sup>4</sup> *byang chub sems dpa'i spyod pa la 'jug pa*, Skt. *Bodhisattvacaryāvatāra*

## 8 Manfaat dan Kualitas dari Mengembangkan Bodhicitta

Pengembangan dari bodhicitta yang berharga ini adalah sumber dari semua akumulasi positif di dalam ruang lingkup samsara dan nirvana, dan adalah penyebab tunggal untuk semua manfaat dan kualitas. Melalui ini, penderitaan semua makhluk di seantero tiga alam akan sepenuhnya diredakan tanpa kecuali. Semua akumulasi terbaik dari kebajikan dan kesejahteraan akan terhimpun dengan mudah. Ini adalah kesimpulan yang didapatkan oleh Buddha Sakyamuni dan para penerusnya setelah mengamati poin-poin ini selama berkalpa-kalpa, dan tidak ditemukan apapun yang dapat melebihi ini. Oleh karena itu diungkapkan (oleh Shantideva)

*Setelah merenungkan akan hal ini selama berkalpa-kalpa  
Semua Buddha telah mengetahuinya sebagai sesuatu yang paling  
bermanfaat  
Melalui hal ini, pribadi yang tak terhingga jumlahnya akan dengan  
mudah mencapai keadaan kebahagiaan tertinggi*

Demikianlah diungkapkan dan kutipan tersebut berlanjut:

*Mereka yang berkeinginan untuk menghancurkan banyak penderitaan dari keberadaan,*

*Mereka yang berkeinginan untuk menghilangkan ketidakbahagiaan dari para makhluk hidup,*

*Dan mereka yang berkeinginan untuk mengalami limpahan kesentosaan*

*Jangan sampai pernah meninggalkan batin bodhicitta yang tersadarkan*

Demikianlah.

Ketika bodhicitta yang berharga ini bangkit dalam arus batin sekali saja, maka orang tersebut akan langsung disebut sebagai pewaris dari Sang Pemenang, [para bodhisattva]. Shantideva berkata,

*Pada saat bodhicitta mereka terbangkitkan,*

*Bahkan bagi mereka yang terikat dan lemah dalam penjara daur keberadaan*

*Akan disebut sebagai pewaris dari para Buddha*

*Dan akan dijunjung baik oleh para dewa maupun manusia*

Demikianlah

# 9 Mempertahankan Akar Kebajikan

Sebagai contoh, akar dari semua kebajikan yang tidak diakhiri dengan aspirasi bodhicitta mudah terhabiskan oleh empat sebab yang menghancurkan kebajikan seperti gagal melakukan dedikasi dan membuat dedikasi yang tidak tepat. Akan tetapi, bahkan kebajikan sekecil apapun yang diakhiri dengan bodhicitta yang berharga, secara kebenaran relatif, akan memberikan kita kebahagiaan dan kesentosaan para dewa dan manusia yang tidak terbayangkan, dan secara kebenaran tertinggi, akan terus meningkat tanpa adanya kesempatan untuk terbuang sia-sia dan pada akhirnya akan membawa kita menuju ke keadaan cerah. Sebagaimana dinyatakan dalam Pedoman Kehidupan Bodhisattva:

*Semua kebajikan yang lain seperti pohon pisang;*

*Karena setelah berbuah, mereka akan binasa*

*Namun pohon perenial dari Batin Yang Tersadarkan*

*Menghasilkan buah tanpa henti dan dengan demikian berkembang  
tanpa akhir*

Demikianlah

# 10 Bagaimana Ketidakbajikan Dibenamkan Oleh Kegemilangan Bodhicitta

Terlebih, jika bodhicitta yang berharga telah terbangkitkan dalam arus batin anda, bahkan semua ketidakbajikan yang tak terbantahkan, seperti lima kejahatan besar yang pasti segera berakibat setelah meninggal, akan terbersihkan secara penuh tanpa tersisa. Jika seandainya ada karma sisa yang tertinggal, rentang waktu yang dihabiskan di neraka akan sesingkat pemantulan dari sebuah bola. Shantideva juga berkata,

*Walaupun karma yang sangat negatif telah terakumulasi,  
Seperti mengandalkan kepada seorang pahlawan besar agar terselamatkan dari ketakutan,  
Pembebasan akan langsung terjadi dengan mengandalkan hal ini [bodhicitta].*

*Mengapa orang yang bijak tidak akan mengandalkan hal ini?  
Ini [bodhicitta] laksana api di penghujung jaman,*

*Semua keburukan yang mengerikan pasti langsung terhanguskan oleh ini.*

*Oleh karena itu manfaat yang sungguh tak terbayangkan ini,  
Diajarkan oleh Maitreya yang cerdas kepada bodhisattva Norzang  
[Sudana]*

Demikianlah, dalam bab satu dari Pedoman Kehidupan Bodhisattva terdapat sebuah penjelasan singkat tentang ini. Penjelasan yang lebih rinci dapat ditemukan dalam *Sutra Avatamsaka*<sup>1</sup>, dimana lebih dari 230 metafora diperkenalkan. Sangat penting untuk mempelajari karya ini.

---

<sup>1</sup> *phal po che mdo*, Sutra *Palpoche*

# 11 Bagaimana Akar Kebajikan Terus Meningkat

Bodhicitta yang berharga ini terdiri dari dua aspek. Ada bodhicitta aspirasi dan bodhicitta praktik, dan masing-masing memiliki manfaat berbeda yang perlu dipahami. Penting untuk menerima ikrar bodhicitta dengan mengikuti liturgi tradisional. Begitu bodhicitta bangkit dalam arus batin, akar dari kebajikan tersebut akan terus tumbuh tanpa henti. Kutipan tersebut berlanjut:

*Sejak saat itu,*

*Bahkan ketika tidur ataupun melamun,*

*Kesinambungan dari penumpukan kebajikan ini setara dengan  
langit,*

*Akan tetap tidak terhenti.*

# 12 Sikap Selama Pembabaran Dharma

Terkecuali untuk alasan yang sangat penting, seharusnya tidak seorangpun mengobrol di tengah pembabaran Dharma, terlepas pembabaran panjang atau singkat. Sesungguhnya diajarkan bahwa hal tersebut adalah suatu tindakan negatif yang sangat serius setara dengan menumpahkan darah Buddha dan merupakan yang terburuk diantara lima kejahatan keji. Jika anda ingin terlahir ulang di alam-alam rendah seperti Neraka Avici, maka lakukanlah percakapan yang mengganggu pembabaran Dharma. Dipastikan kelahiran ulang seperti itu akan terjadi. Tidak ada seorangpun yang menginginkannya!

Saya telah memperingatkan para khenpo berulang-ulang dengan permohonan pribadi mengenai hal ini. Yang terbaik adalah sejak dari *Doa Kepada Delapan Tanda Keberkahan Mulia* dimulai dan terus hingga doa-doa dedikasi [seperti *Sangye Ku Sum*] selesai, seharusnya tidak ada obrolan apapun. Jika hal tersebut tidak dimungkinkan, maka tolong untuk tidak berbicara di saat menerima transmisi Dharma dan pembabaran. Hal ini perlu

ditekankan secara rutin. Itulah mengapa jika saya membahas hal ini berulang-ulang, adalah agar menjadi tercamkan dalam hati anda!

# 13 Manfaat dari Hadir untuk Mendengarkan Pembabaran Dharma

Bahkan bagi mereka berusia delapan puluh ke atas atau lebih seharusnya tidak merasa patah semangat namun sebaiknya hadir ke acara-acara Dharma. Bahkan jika anda hanya mempunyai lima atau enam bulan tersisa untuk hidup, anda harus tetap menghadiri pembabaran Dharma.

Para orang berusia lanjut seharusnya tidak malas! Jika kondisi anda sedemikian buruknya sehingga anda benar-benar tidak mampu hadir, maka dimaklumi untuk mendengarkan pembabaran Dharma melalui koneksi audio. Diluar hal tersebut, tolong jangan mengambil pilihan tersebut jika anda hanya memiliki kesulitan-kesulitan kecil.

Setiap orang seharusnya mengusahakan yang terbaik untuk bisa menghadiri pembabaran Dharma. Sang Buddha menyatakan di banyak sutra, bahwa jasa pahala dari memberikan

persembahan berupa tujuh simbol berharga kepada para buddha dan bodhisattva, sebanyak butiran pasir di pinggir sungai Gangga, tidak dapat dibandingkan dengan jasa pahala yang terkumpulkan dengan hanya melangkah sebanyak tujuh langkah untuk berangkat menerima instruksi-instruksi Dharma.

# 14 Alasan Mengapa Menghadiri Pembabaran Dharma Adalah Penting

Sebagian orang mungkin berpikir, “Selama saya bisa mendengarkan Dharma, tidak masalah darimana saya mendengarkannya”. Namun tidak demikian halnya karena telah diajarkan bahwa *Ketika menerima pembabaran Dharma, kita harus duduk di tempat yang rendah dan menenangkan diri hingga mencapai keadaan tenang. Dengan penuh sukacita memandang sang guru dan memperhatikan dengan seksama saat mendengarkan kata-katanya seperti sedang meminum nektar.*

Demikian pula hal ini serupa. Kita harus selalu duduk di tempat duduk yang lebih rendah daripada sang guru dan perilaku dari tubuh, ucapan, dan batin harus terdisiplinkan. Kita harus menatap langsung ke wajah sang guru dengan ekspresi gembira. Bagi seseorang seperti saya, karena penglihatan saya yang kurang baik saya tidak bisa melihat apakah anda tersenyum atau tidak. Meskipun begitu, jika anda benar-benar mencintai

guru anda, maka tanpa mencari-cari alasan apapun biarkan diri anda menunjukkan wajah senyum yang dipenuhi dengan rasa sayang penuh pengabdian dan jasa pahala dari itu saja akan tidak terukur. Hanya bertemu dengan sang guru bahkan sekali saja mengumpulkan jasa pahala yang tak terbatas.

Jikalau tidak, jika anda berpikir hanya mampu mendengarkan Dharma saja sudah cukup dan tidaklah perlu untuk mengikuti pertemuan pembabaran Dharma, lantas mengapa Buddha Amitabha memiliki jumlah murid yang tak terhitung dalam iringan beliau? Bahkan Buddha Shakyamuni berkata, "Saya mampu menghitung jumlah partikel debu di bumi tapi sangatlah sulit untuk menghitung jumlah para murid di dalam iringan Buddha Amitabha." Walaupun semua murid tersebut telah mencapai lima jenis kewaskitaan, enam jenis persepsi kebijaksanaan, dan bisa mendengarkan pembabaran Dharma dari manapun sambil melakukan latihan, mereka masih memilih untuk pergi ke hadapan Buddha Amitabha sendiri dan mendengarkan Dharma sambil menatap wajah beliau. Demikian juga, disaat Guru kita yang penuh welah asih Sang Buddha Shakyamuni memberikan setiap pembabaran Dharma beliau, dikatakan bahwa pembabaran tersebut dapat didengar hingga sistem dunia-dunia sangat jauh yang tak terhitung jumlahnya. Hanya mendengarkan ucapan dari Sang Buddha saja tentunya tidak cukup karena bahkan

para Buddha lainnya mengirimkan para bodhisattva mereka untuk pergi ke hadapan Buddha Shakyamuni guna menyapa dan mendengarkan beliau. Dengan cara yang sama, adalah penting bagi kita semua untuk pergi langsung ke hadapan sang guru ketika menerima pembabaran.

Sebagaimana disebutkan, para lanjut usia yang tidak mampu hadir telah diberikan ijin untuk mendengarkan melalui saluran audio tapi manfaat yang didapatkan dari itu sangatlah terbatas dibandingkan dengan hadir secara fisik.

Bahkan jika anda hanya bisa tinggal di sini [di Larung Gar] selama kurun waktu enam bulan, anda harus menghadiri setiap pembabaran sejak dimulainya dengan pembangkitan bodhicitta dan diakhiri dengan pelafalan *Doa untuk Perilaku Sempurna* dengan mengikuti maknanya. Hal itu saja akan memastikan bahwa anda tidak akan mengembara di dalam samsara lagi.

### **III**

# **PENJELASAN DETIL TENTANG SEBAB DAN AKIBAT KARMA YANG MENDALAM**

Mereka yang memiliki kepribadian mulia dan moralitas murni

Dan menimba ilmu prajna yang tanpa noda

Adalah para pewaris yang beruntung dari Para Pemenang dari tiga masa

Dan akan menjadi para murid dekatku yang sesungguhnya

# 15 Nasihat Umum Mengenai Disiplin dari Para Sangha

Berbicara secara umum, semua uang yang telah didanakan terhadap sangha bukanlah suatu hal yang boleh dianggap enteng. Sang Buddha mengajarkan, “Sangha yang memenuhi syarat yang memiliki moralitas dan kemungkinan untuk pembebasan mendapatkan ijin dari saya untuk menerima persembahan. Mereka yang tidak memiliki kualitas-kualitas tersebut tidak diperbolehkan untuk menerima bahkan persembahan terkecil.” Hal ini menunjukkan bahwa mereka yang memiliki moralitas dan akan membebaskan arus batin mereka melalui meditasi telah diberikan ijin oleh Sang Buddha untuk menerima persembahan yang dipersembahkan terhadap mereka. Jikalau tidak, Sang Buddha telah menyatakan dengan jelas bahwa siapa pun tidak diperbolehkan untuk mengambil persembahan yang ditujukan bagi komunitas sangha.

Oleh karena itu bagi mereka yang kurang dalam hal ini [tingkat moralitas dan kualitas-kualitas dari pembebasan], maka sebagaimana yang dikatakan dalam peribahasa, “Kekuatan dari

pemimpin puja tergantung dari pelafalan mereka.” Itulah kenapa setiap orang harus berusaha sebaik-baiknya saat melafalkan doa atas nama orang lain.

Dalam kasus saya, sejak pertama kali saya tiba di Larung Gar hingga sekarang, saya mungkin pernah ikut serta dalam persembahan umum yang ditujukan bagi para sangha dalam beberapa kesempatan, namun hanya itu saja. Apakah dalam bentuk makanan ataupun kebutuhan-kebutuhan lain seperti membagikan dana untuk puja, saya selalu mewanti-wanti kalian semua agar sangat berhati-hati dalam hal ini. Saya mengatakan ini demi kebaikan kalian, bukan hanya bagi saya sendiri. Beberapa dari para monastik yang tidak menghadiri puja masih menerima bagian donasi mereka, atau bahkan dua sampai tiga kali lipat. Tolong jangan lakukan hal itu karena itu akan mengakumulasi karma yang membuat kalian jatuh ke dalam alam neraka Avici selama berkalpa-kalpa tak terukur tanpa henti.

Jika kalian benar-benar tidak memiliki uang, yang terbaik adalah dengan pergi ke luar dan mengemis. Mengikuti tradisi ini, Jetsun Milarepa adalah contoh terbaik tentang menjadi seorang pengemis demi berlatih Dharma. Tidak perlu merasa malu bagi seseorang yang seperti itu untuk pergi mengemis demi makanan mereka.

# 16 Nasihat tentang Ikrar-ikrar bagi Komunitas Buddhis Perumah Tangga

Jika donasi dipersembahkan untuk komunitas sangha yang lebih besar termasuk praktisi perumah tangga, maka boleh bagi mereka untuk ikut menerimanya. Namun, jika persembahan tersebut ditujukan hanya untuk sangha monastik saja, tidaklah pantas bagi para perumah tangga untuk ikut mengambil bagian. Kita telah mendiskusikan hal ini dan sekarang telah mencapai beberapa kesimpulan yang pasti.

Sebelumnya pernah ada suatu situasi dimana komunitas perumah tangga melakukan puja dan diberikan sedikit donasi. Karena jumlahnya tidak mencukupi untuk dibagikan kepada setiap orang, mereka memasukkan donasi ini ke dalam dana pelepasan makhluk hidup. Tetapi, apakah hal ini tepat atau tidak ? Apakah hal ini akan mengakumulasi karma buruk atau

baik? Memang, hanya Buddha dan komunitas monastik sangha yang memenuhi syarat untuk memutuskan apakah dana terhadap sangha bisa dialihkan untuk penggunaan lain.

Dalam *Sutra tentang Seratus Karma*<sup>1</sup>, dinyatakan bahwa jika persembahan yang diterima di musim panas di alokasikan untuk musim dingin atau sebaliknya, atau jika persembahan yang ditujukan untuk disimpan di sebelah kanan dari rupang Buddha malah disimpan di sebelah kiri, bahkan jika keputusan seperti itu dibuat oleh para monastik yang telah ditahbiskan secara penuh, maka mereka yang membuat keputusan tersebut akan harus mengalami penderitaan tanpa satupun kemungkinan untuk terbebaskan bahkan di saat ratusan dan ribuan Buddha masa mendatang muncul di dunia ini. Ini adalah beberapa contoh yang diambil dari sutra tersebut.

Oleh karena itu, tidak ada seorangpun dari kalian yang memiliki kewenangan untuk membuat keputusan seperti itu. Kalian harus berhati-hati, untuk melakukan tindakan yang sesuai dengan niat dari masing-masing pemberi dana. Jika pemberi dana berniat untuk mempersembahkan kepada sangha monastik maka persembahan tersebut harus dibagikan diantara para sangha. Jika didedikasikan untuk pelepasan makhluk hidup,

---

<sup>1</sup> *sde las brgya pa'i mdo*, Skt. *Karmasataku sutra*

maka sewajarnya kesanalahan dananya harus disalurkan, alih-alih mengklaim bahwa kalian tidak dapat melakukannya dan malah memberikannya ke komunitas sangha monastik.

Ada beberapa situasi di mana komunitas perumah tangga tidak memenuhi syarat untuk mengambil sebuah keputusan, dalam kasus seperti ini sebuah kelompok sangha yang terdiri dari setidaknya empat orang monastik yang sudah ditahbiskan secara penuh harus mengadakan rapat dan membuat keputusan yang tepat sesuai dengan aturan-aturan. Kalian harus meninggalkan semua kecenderungan berbisnis seperti mengatakan, “Oh ini akan menghasilkan keuntungan dan manfaat yang lebih banyak daripada pilihan yang satu lagi”, dan sebagainya.

# 17 Bagaimana Cara Bersikap Disaat Upacara

Siapapun anda, jika anda tidak turut serta dalam suatu upacara, anda selayaknya menghindar dari menerima persembahan ketika persembahan tersebut sedang dibagikan karena hal ini bisa menyebabkan kerusakan pada ikrar akar anda. Harta dari komunitas sangha tidak boleh secara langsung diambil atau diselewengkan dengan cara apapun. Jika anda hadir dan sungguh-sungguh turut serta secara benar dalam upacara, terlepas apakah anda memiliki ikrar sramanera atau pentahbisan penuh, maka anda diijinkan sepenuhnya oleh Sang Buddha untuk menerima bagian dari persembahan yang merupakan jatah anda. Jika anda tidak dapat menghadiri puja, maka anda harus menghindar dari menerima bagian apapun dari persembahan tersebut karena hal itu akan menjadi penyebab untuk terlahirnya kembali di neraka Vajra di kehidupan mendatang.

Ada banyak cerita tentang ketidakbajikan serius yang terakumulasi karena membagikan harta komunitas sangha dengan orang lain, lebih parah lagi kalau untuk diri anda pribadi. Namun jika

seorang anggota sangha sedang sakit, maka dikatakan bahwa bagian mereka harus diberikan kepada mereka dan bahkan yang merawat mereka boleh menerima sesuatu yang serupa. Jika sang pasien sakit cukup parah maka memiliki beberapa orang untuk merawatnya mungkin diperlukan, tapi jika tidak seperti itu maka yang terbaik adalah tidak menerima terlalu banyak orang untuk merawat karena hal itu akan membuat mereka tidak dapat menerima pembabaran. Hal ini tidak cocok untuk siapapun diantara kalian!

# 18 Menunjukkan Cinta Kasih kepada Para Hewan

Siapapun diantara kalian jangan sampai pernah melemparkan batu terhadap hewan peliharaan, ternak maupun anjing liar. Ketika saya sebelumnya membicarakan tentang hal ini, kalian semua berpikir bahwa saya terlalu lunak. Saya adalah seseorang yang menderita penyakit jantung dan kemungkinan besar itu membuat saya menjadi terlalu reaktif. Bagaimanapun juga, tanpa kepura-puraan, saya katakan kepada kalian bahwa jika kalian melempari seekor anjing dengan batu, sama saja dengan kalian telah melempari saya.

Ini adalah tempat bagi para sangha untuk berkumpul tapi bukan untuk anjing berkeliaran maka tolong jangan membawa anjing ke sini. Jika seseorang dapat membawa seekor anjing pergi dari sini untuk merawat mereka, maka kita bisa meminta para sangha untuk mengakumulasi seratus juta mantra *mani* atas nama orang tersebut. Sangatlah sulit bagi para sangha untuk menemukan cara agar jumlah anjing dapat dikurangi. Oleh karena itu, yang terbaik adalah jangan sampai membawa

anjing-anjing kemari atau sejak awal jangan memberi mereka makan. Namun bagi anjing-anjing liar yang sekarang telah berada di sini, tolong jangan melempari mereka dengan batu!

Anak-anak kecil mungkin berpikir bahwa melempari anjing dengan batu membuat mereka menjadi pahlawan. Sebenarnya sebutan “pahlawan” bukan dihasilkan melalui pamer keberanian terhadap seekor anjing. Cara terbaik untuk melakukan pendekatan seperti ini secara Dharma adalah dengan menjadi berani terhadap musuh yaitu racun batin. Dari sudut pandang duniawi, menunjukkan keberanian terhadap seorang musuh dianggap sebagai suatu tindakan kepahlawanan. Oleh karena itu, seorang pahlawan adalah bukan seseorang yang melemparkan batu terhadap anjing-anjing tua. Apakah kalian ingat bahwa hal ini bahkan disebutkan dalam nyanyian tentang Mentri Shanpa yang menyimpang dari Kisah Epik Gesar? Itu adalah alasannya kenapa saya memohon agar kalian tidak melempari anjing dengan batu.

# 19 Memberikan dan Menerima Kebahagiaan dan Penderitaan

Sejak saat ini, jika kalian melempari anjing dengan batu itu adalah benar-benar sama dengan memukuli saya. Namun tetap ada beberapa monastik yang mencari batu terbesar yang ada di sekitar dan bertingkah seolah-olah mereka adalah pahlawan sambil berusaha membuat para anjing kewalahan dengan hujan batu. Ketika hal itu terjadi rasa sakit yang saya rasakan secara fisik sesungguhnya tidak tertahankan! Ini mungkin terdengar seperti saya sedang berpura-pura menunjukkan welas asih, namun ketika beberapa dari kalian melemparkan batu-batu tersebut saya memang merasakan rasa sakit yang menusuk hati saya. Karena demikianlah keadaannya, maka melindungi para anjing telah menjadi tujuan saya. Saya mohon kepada kalian semua agar menghentikan pemukulan ini.

Sedangkan bagi para perumah tangga nomaden, saya tidak bisa memaksakan aturan-aturan terhadap mereka dan mereka akan terus melakukannya. Tidak banyak yang bisa dilakukan, sama seperti bagaimana para makhluk di tiga alam rendah secara

terus menerus menderita dan tidak ada yang bisa kita lakukan untuk menyelamatkan mereka. Bagi kalian yang melihat saya sebagai Guru kalian, tolong dengarkan ketika saya mengatakan agar berhenti menyakiti makhluk apapun khususnya para anjing tua di sekitar kita. Saya mohon kalian hentikan ini sekarang juga!

Di hari-hari belakangan ini, ketika merenungkan tentang karma negatif yang dihasilkan oleh para makhluk di jaman kemerosotan ini, saya merasa tidak dapat beristirahat. Khususnya ketika secara langsung menyaksikan penderitaan mereka, rasanya sangat tidak nyaman! Terlebih, ketika merenungkan tentang hewan-hewan ternak yang dikirimkan untuk dijagal, dan bagaimana mereka harus menderita akibat kondisi karma mereka, hal itu sangatlah mengerikan. Pertama mereka diangkut ke truk dan dibawa ke tempat tujuan dimana dikatakan bahwa mulut mereka ditutup rapat dengan dipaku agar mereka bisa menjaga berat tubuh mereka sampai saat kematian mereka. Begitu mereka tiba di rumah jagal, berbagai penderitaan yang harus mereka alami adalah seperti di alam neraka tetapi untuk jangka waktu yang lebih singkat. Tidak ada apapun yang bisa lebih buruk daripada itu! Setiap kali hal ini melintas di pikiran saya, saya merasa sangat terganggu tapi tidak ada yang bisa

dilakukan tentang itu. Tolonglah saya mohon kalian semua jangan melemparkan batu terhadap para anjing maupun yak.

## 20 Kesalingketergantungan dari Sebab dan Akibat Karma

Karma buruk yang dikumpulkan yang terkait terhadap Triratna adalah raja dari semua keburukan. Hampir bisa dipastikan bahwa karma tersebut akan berbuah di kehidupan yang sama dimana karma tersebut diperbuat. Jika tidak, maka setelah mati, pasti akan berbuah langsung di kehidupan berikut. Sebaliknya, jika bahkan persembahan yang sederhana dipersembahkan kepada Triratna, jasa pahala yang dikumpulkan akanlah besar. Secara khusus, persembahan yang diberikan kepada sangha melebihi jasa pahala dari membuat persembahan kepada Buddha dan Dharma karena sangha mewakili semua dari tiga objek perlindungan.

Walaupun terdapat manfaat dari membuat persembahan bagi rupang Buddha dan stupa-stupa berisikan relik, manfaat bagi yang menerima persembahan tersebut tidak ada. Jika persembahan dibuat terhadap permata sangha, maka dua kali manfaat dari mempersembahkan dan menerima terjadi. Bahkan hanya

mempersalahkan benda-benda yang sederhana atau sepotong makanan kepada sangha secara praktis menjamin bahwa hasil positif akan berbuah di kehidupan tersebut. Terlebih, jasa pahala dari tindakan tersebut tidak akan habis setelah berbuah melainkan akan terus bertambah hingga pencerahan sempurna tercapai.

Terdapat beberapa alasan mengapa diantara Tiga Permata, sangha merupakan sebuah ladang khusus dimana jasa pahala dapat dikumpulkan. Jika anda mampu mempersalahkan sesuatu bahkan hanya sedikit sesuai dengan kemampuan anda, manfaatnya akan tidak terbayangkan.

## 21 Akibat Karma Dari Mengasosiasikan Diri Dengan Harta Sangha

Mengenai upacara-upacara ritual, tolong lakukan yang terbaik untuk melafalkan dengan tekun. Para bendahara dan bagian keuangan harus berhati-hati ketika mengalokasikan dana. Sang Buddha telah berkata bahwa bagi mereka yang mengejar pembelajaran dan meditasi, bahkan jika mereka tidak dapat melafalkan secara ekstensif, pelafalan dengan jumlah terbatas akanlah cukup. Dikatakan juga bahwa bahkan ketiga sistem dunia terlalu terbatas untuk memberikan persembahan kepada pribadi-pribadi seperti itu. Ini artinya adalah bagi mereka yang memiliki etika murni dan tekun dalam belajar dan merenung, bahkan jika persembahan dari ketiga sistem dunia diberikan, persembahan tersebut tidak akan mencukupi.

Dengan demikian, [karena upacara pelafalan harian kita sudah cukup singkat], tolong lafalkan dengan baik selama upacara bersama. Kalian mungkin ingat kata-kata saya sebelumnya.

Jangan melakukan kecurangan dalam akumulasi kalian dengan tujuan agar menerima lebih banyak persembahan karena hal itu benar-benar merupakan suatu kehancuran yang akan membawa kalian ke alam terendah. Jika kalian melakukan ini, kalian telah menipu, yang adalah salah satu bentuk dari pencurian dan kalian juga telah secara tidak benar berasosiasi dengan harta sangha yang sama artinya dengan penggelapan penuh tipu muslihat. Hal tersebut sangatlah mengerikan! Tolong berhati-hatilah jika berurusan dengan harta dari sangha.

Jadi telah diajarkan bahwa disamping menjaga ikrar yang murni dan tekun dalam pembelajaran Dharma, jangan menerima harta sangha demi kesenangan pribadi. Setelah merenung, saya menyadari bahwa menghabiskan hidup kalian dengan menikmati harta sangha yang dipenuhi karma berat adalah sebuah pilihan menyeramkan yang membuat saya takut. Secara khusus, sekiranya harta tersebut menjadi milik komunitas sangha, maka karma buruk yang sangat besar dapat terkumpulkan melalui asosiasi. Lupakan tentang terlahir di alam murni, pelaku seperti itu hanya akan berakhir di tiga alam rendah. Ini adalah pemikiran-pemikiran saya tentang hal ini, dan kita semua harus memperhatikannya.

Saat tibanya kematian tidaklah pasti dan tidak ada seorangpun yang dapat memprediksikannya. Apakah tua atau muda, saat tibanya kematian dan penyebab dari kematian tetap menjadi sebuah ketidakpastian bagi kita semua. Jika anda bertanya, "Apakah Dharma otentik yang akan memberikan manfaat ketika saat kematian tiba?" Jawabannya adalah untuk mengembangkan keyakinan dan welas asih dan menghayati ajaran-ajaran tentang Kesempurnaan Agung. Aspek-aspek Dharma ini akan memastikan bahwa ini adalah kelahiran ulang terakhir yang akan kalian dapatkan dalam samsara. Tidak ada apapun yang lebih besar dari ini. Setiap orang harus berusaha keras untuk berlatih dengan tekun tidak peduli siapapun anda. Sangatlah penting untuk menghayati Dharma dengan cara-cara seperti ini.

Jika anda adalah seorang monastik, maka berpikir bahwa anda ingin membalas kebaikan dari orang tua anda yang berusia lanjut dan mencoba untuk membantu sanak saudara melalui harta benda apapun yang anda telah kumpulkan melalui Dharma tidaklah benar. Buddha mengajarkan bahwa melakukan hal ini adalah sama seperti menuangkan lahar ke mulut orang tua anda dan sangatlah negatif.

## 22 Meremehkan Para Makhluk Suci Sama Artinya Dengan Meninggalkan Dharma

Jika karma dari meninggalkan Dharma dikumpulkan, dikatakan bahwa pastinya tidak akan ada harapan untuk pembebasan. Oleh karena itu kita harus sangat berhati-hati mengenai hal ini. Apakah karma dari meninggalkan Dharma? Hal ini terjadi kapanpun para bodhisattva diremehkan. Karena kita tidak tahu dimanakah para bodhisattva berada dan kita pun tidak mengetahui siapa sajakah mereka, kita harus berhati-hati dengan setiap orang. Para bodhisattva bisa saja umat perumah tangga maupun monastik, tapi kita tidak bisa membuang kemungkinan akan keberadaan mereka diantara para hewan.

Suatu ketika ada seseorang yang akan mengunjungi Gunung Wutai. Sang Bodhisattva Manjushri memintanya untuk mengirimkan sebuah surat yang ditujukan kepada Dashi yang isinya, “Bodhisattva Dashi! Kau telah menyelesaikan aktifitasmu dalam memberikan manfaat terhadap para makhluk dengan tubuh ini

dan sekarang adalah waktunya bagimu untuk pergi ke tanah suci sebelah timur yang dikenal sebagai Manifestasi Kebahagiaan<sup>1</sup>.”

Ketika orang tersebut berada di dekat kota Chengdu di Cina, dia memasuki sebuah desa kecil. Walaupun dia bertanya dan bertanya, dia tidak dapat menemukan keberadaan Dashi. Pada akhirnya, seorang perumah tangga memberitahunya bahwa keluarganya akan memotong seekor babi di keesokan harinya dan nama babi tersebut adalah Dashi.

Si pembawa surat berpikir, “Karena keberadaan para bodhisattva tidak kita ketahui, sebaiknya saya memberikan surat ini ke Dashi si babi”. Ketika dia menaruh surat tersebut di hadapan si babi, dia berhasil membuka surat tersebut dengan moncongnya dan mati seketika setelah melihat sekilas apa yang tertulis.

Para bodhisattva dapat ditemukan dalam berbagai spesies burung dan hewan. Para bodhisattva sering membuat aspirasi seperti, “semoga saya menjadi seekor burung atau hewan atau seorang pengemis di kota” Terkadang, mereka juga membuat aspirasi untuk menjadi seseorang yang dipuji oleh semua, diremehkan oleh semua, seorang yang sakit, seorang pengajar Dharma, dan seterusnya. Dalam beberapa kasus ekstrim,

---

<sup>1</sup> *mngon par dga' ba Skt. Abhirati*

para bodhisattva juga berharap untuk menjadi pekerja seks atau pemotong hewan. Jadi, secara tegas, kita seharusnya tidak memberikan nama-nama ejekan atau mengkritik makhluk apapun. Jikalau tidak, ini bisa membawa tindakan buruk yang berbahaya yaitu meninggalkan Dharma.

## 23 Meremehkan Dharma Sama Artinya Dengan Meninggalkan Dharma

Ini berarti jika seseorang berpikir bahwa Dharma yang mendalam bukan sebagai Dharma otentik dan memiliki pandangan salah terhadapnya, hal tersebut mengakumulasi karma dari meninggalkan Dharma. Sebagai contoh, kita para filsuf memegang teguh keyakinan kita berdasarkan kemelekatan dan ketidaksukaan sementara mengatakan hal-hal yang tidak menyenangkan tentang aliran terjemahan belakangan seperti tradisi Kagyu dan Jonang. Itu semua mengakumulasi karma meninggalkan Dharma.

Biasanya para perumah tangga di Tibet tidak membicarakan tentang hal-hal seperti itu. Para monastiklah yang cenderung membuat komentar-komentar demikian. Namun, di masa lalu, ketika para sangha dari aliran awal dan aliran belakangan mengalami ketidakharmonisan, banyak dari para pengikut perumah tangga mereka yang juga melakukan tindakan keliru

meninggalkan Dharma berdasarkan kemelekatan dan kebenaran pribadi. Oleh karena itu, tidaklah dapat diterima untuk menjelek-jelekan Dharma yang otentik dan silsilah-silsilah.

Belakangan ini terdapat banyak pengungkap harta karun spiritual baik yang otentik maupun yang palsu, termasuk para mahasiddha yang otentik dan palsu. Hal ini tidak dapat dibedakan oleh individu biasa maka kita harus menyikapinya secara netral. Sutra Ornamen dari Tingkatan Mahayana menyebutkan tentang hal ini:

*Kekurangan dari batin adalah sifatnya beracun.*

*Tidaklah baik bahkan ketika diarahkan terhadap wujud-wujud yang tidak menguntungkan,*

*Jelas demikian ketika diarahkan terhadap Dharma yang diragukan seseorang,*

*Karena itu, bersikap netral adalah lebih baik, karena dengan seperti itu tidak terjadi kesalahan.*

## **IV**

# **SEBUAH DESKRIPSI NON-SEKTARIAN TENTANG PAHAM FILOSOFIS BUDDHA**

Jika anda bertanya apakah kebaikan manusia yang mendasar?  
Yaitu memiliki itikad murni dan tanpa kepalsuan,  
Kepribadian yang positif, stabil, dan setia,  
Dengan kemurahan hati dan kebijaksanaan.

## 24 Menjalinkan Hubungan Yang Harmonis antar Tradisi Spiritual

Secara umum, di dunia ini, terdapat empat agama besar: Hinduisme, Kristen, Islam, dan Buddhisme, dan juga agama-agama kecil yang tidak terhitung jumlahnya. Jika terdapat konflik antara agama-agama tersebut atau di dalam agama-agama ini - yang didasari kemelekatan, kebencian, dan persaingan - maka semua makhluk akan terhempas kedalam keadaan konflik yang merugikan. Itulah mengapa setiap orang harus harmonis dan bebas dari pandangan-pandangan bias sektarian.

## 25 Menjalin Hubungan Yang Harmonis antar Paham Spiritual

Di tanah bersalju Tibet, terdapat delapan kereta besar dari silsilah praktik dan sepuluh pilar besar dari silsilah pengajaran. Semua silsilah ini menjunjung doktrin dari Buddha Shakyamuni yang sama. Oleh karena itu para pengikut haruslah tetap harmonis dan menjaga moralitas yang murni.

Para monastik, secara khusus, seharusnya menghindari keberpihakan terhadap silsilah mereka sendiri, atau, karena hasrat dan kemarahan, mengatakan hal-hal seperti “Kami adalah silsilah terbaru, kalian adalah silsilah yang lebih awal”; “kalian adalah Bon, kami adalah Kagyu” dan seterusnya. Cara berpikir dan berbicara seperti ini sesungguhnya melakukan tindakan keliru meninggalkan Dharma, sebuah karma yang akan membawa anda untuk terlahir di alam-alam rendah. Tolong jangan memiliki pandangan salah terhadap aspek apapun dari Dharma. Pada saat yang sama, anda harus memelihara keyakinan dan rasa

hormat terhadap makhluk suci terpilih yang ditunjukkan ketika bunga mendarat dalam mandala inisiasi. Hari-hari belakangan ini, berkat kebaikan hati dari beberapa pemangku silsilah yang luar biasa, situasi terkini di Tanah Bersalju telah berubah, dan konflik antar silsilah telah berkurang namun belum tercabut dari akarnya. Poin saya adalah bahwa para monastik seharusnya tidak memiliki kemelekatan dan penolakan terhadap paham-paham filosofis.

Saya pikir jika kita semua bersatu dan berusaha menemukan metode-metode untuk meningkatkan doktrin sehingga doktrin tetap murni dan agung, maka itu adalah yang terbaik. Aktifitas dalam melayani ajaran-ajaran berharga dari Sang Pemenang haruslah demi manfaat semua makhluk. Kita jangan sampai seperti individu-individu di masa lalu yang, terdorong oleh nafsu dan amarah, mempromosikan silsilah mereka dengan menyanggah silsilah-silsilah lain. Hal ini secara mutlak tidak dapat diterima. Nafsu dan amarah seperti itu terhadap silsilah-silsilah tentunya akan menciptakan sebab untuk terjatuh ke alam-alam rendah. Khususnya berdasarkan jalur dari Mantra Rahasia, Akar Kehancuran keenam disebutkan sebagai berikut, "Mere-mehkan filosofi religius silsilah sendiri atau silsilah-silsilah lain adalah akar kehancuran keenam"

Dan demikianlah adanya. Hal tersebut tidak hanya berlaku untuk ajaran-ajaran Buddha yang murni dan benar, termasuk para Sravaka dan Pratyeka yang sedang berada di jalur dan para bodhisattva yang mempraktikkan Mahayana, namun juga termasuk para thirtika yang sedang mencari jalan. Jika filosofi mereka diremehkan, itu merupakan akar kehancuran keenam. Khususnya ketika sedang berada di jalur kebodhisattvaan, hal ini mengakumulasi karma meninggalkan Dharma. Jika anda berharap untuk terlahir ulang di alam Sukhavati setelah meninggal, anda harus berhati-hati, karena dalam konteks ini tidak ada karma lain yang lebih parah daripada tindakan keliru meninggalkan Dharma.

Mengenai para pemangku silsilah yang mahamulia yang arus batinnya telah terberkati dengan realisasi dan transmisi, jika seseorang dengan sengaja mengada-ada tentang kesalahan mereka atau menyangkal kualitas-kualitas mereka, atau menggunakan kata-kata jahat untuk menjatuhkan mereka maka itu semua juga menjadi sebab dari karma meninggalkan Dharma.

## 26 Bagaimana Cara Meneguhkan Tradisi Sendiri

Apapun silsilah anda, haruslah ada rasa hormat terhadap semua tradisi-tradisi dan anggota sangha lain secara harmonis dan disiplin yang murni. Adalah penting untuk mengembangkan pandangan murni terhadap sistem-sistem filosofi lain terbebas dari perasaan agresif apapun. Pada saat yang sama, anda harus memegang teguh keyakinan terhadap tradisi anda sendiri dan mengambil makhluk suci pilihan anda sebagai hiasan mahkota anda. Tentunya, hanya pengabdian saja tidaklah cukup, anda harus membiasakan diri dengan apa yang telah diajarkan dan mempraktikkannya. Perihal silsilah sendiri, apakah mengenai teori spesifik yang anda pelajari, sadhana dan mantra yang anda lafalkan, ataupun jalur bertahap dan instruksi-instruksi kunci yang anda praktikkan, anda harus mengetahuinya secara mendalam dan menyeluruh.

Jika anda memiliki banyak waktu, anda bisa mempelajari dan menyelidiki silsilah-silsilah lain, tapi fokus anda haruslah tetap terhadap silsilah anda sendiri. Sebagaimana yang dikatakan

oleh Mipham Rinpoche, beliau merasa sangat beruntung telah terlahir ke dalam ajaran-ajaran Guru Padmasambhava dan memiliki keyakinan yang luar biasa dalam silsilah ini. Bagi diri saya sendiri, saya telah terlahir ke dalam silsilah Nyingma dan secara utama telah fokus dalam mempraktikkan dan menyebarkan silsilah ini. Ditambah saya telah mempelajari dan menyebarkan silsilah-silsilah dan tradisi-tradisi lain dengan tanpa keberpihakan.

Terlepas anda seorang monastik atau praktisi perumah tangga, anda haruslah menghindari melakukan perjalanan terlalu banyak, mengunjungi berbagai biara, bertemu dengan banyak kalangan orang sepanjang hari. Jikalau tidak, anda akan berakhir dengan tidak mendapatkan apapun dan hanya membuang waktu yang berharga tanpa ada habisnya. Setiap pribadi harus mempraktikkan silsilah mereka dengan tekun, menyeluruh, dan sepenuh hati. Ini haruslah menjadi hal terpenting dalam hidup kita.

## 27 Berkah dari Silsilah Para Vidyadhara

Berbicara secara umum, welas asih para Buddha dan bodhisattva terbebas dari keberpihakan apapun. Namun, karena cara dari mengembangkan bodhicitta dan aspirasi ketika sedang berlatih di jalur, jika anda memanjatkan sebuah doa kepada Guru Padmasambhava berkahnya jauh lebih tinggi daripada berdoa kepada para buddha lain selama berkalpa-kalpa. Secara khusus, disebutkan dalam Doa Tujuh Bab Terhadap Guru Rinpoche dan di sumber-sumber lain bahwa para penduduk dari tanah bersalju Tibet khususnya akan menerima welas asih dan berkah khusus beliau. Setiap orang harus bersungguh-sungguh berdoa kepada Guru Rinpoche dengan rasa pengabdian dan keyakinan kuat yang terbebas dari segala keraguan. Untuk semua orang-orang Tibet, Buddha kedua Guru Rinpoche adalah Guru yang sempurna dan paling terkoneksi.

Mengenai diri saya sendiri, di kehidupan ini saya telah terlahir ke dalam ajaran-ajaran dari silsilah vidyadhara terjemahan awal, dan juga telah bertemu dengan doktrin Esensi Hati -

Esensi Vajra dari Cahaya Jernih. Berkah dari para Guru yang merupakan pemangku dari tiga silsilah telah di alirkan ke dalam hati saya. Itulah kenapa saya merasa bahwa saya memiliki keberuntungan untuk menjunjung tinggi dan menguasai makna dari Kesempurnaan Agung. Secara umum, ini semua adalah karena kebaikan hati dari Buddha kedua, Orgyen Rinpoche, dan ini juga secara khusus karena kebaikan hati dari Guru saya yang berharga Mipham Rinpoche. Oleh karena itu, jika anda berharap untuk mendapatkah berkah dari saya, anda harus mengandalkan ajaran-ajaran dari Mipham Rinpoche juga. Bahkan ketika menetapkan pandangan-pandangan filosofis, anda jangan sampai menyanggah pandangan-pandangan dari Mipham Rinpoche meskipun secara tidak langsung. Jikalau tidak, pintu dari berkah akan terhalangi. Bagi saya, bahkan melihat empat baris dari kata-kata beliau meningkatkan rasa pengabdian, welah asih, pengalaman spiritual, dan realisasi saya, membuat saya dengan mudah memahami poin-poin kunci yang sulit dalam kitab-kitab suci. Keadaan seperti itu biasanya bertahan sampai dengan tujuh atau delapan hari. Oleh karena itu, saya harap kalian semua akan berhati-hati tentang poin-poin ini.

## 28 Mengembangkan Rasa Pengabdian Kokoh yang Terbebas Dari Kegoyahan

Saya memiliki keyakinan dan rasa pengabdian yang tidak dibandingkan terhadap silsilah vidyadhara terjemahan awal, dan khususnya terhadap Sang Guru yang berharga Mipham Rinpoche. Dari sudut pandang pribadi yang biasa-biasa, tidak ada cara untuk mencoba mengembangkan rasa pengabdian setingkat rasa pengabdian saya. Ketika saya berumur empat atau lima tahun, saya mengenali Guru Mipham Rinpoche sebagai perlindungan tertinggi saya, dan berdoa kepada beliau sebagai satu-satunya pilihan makhluk suci yang merupakan takdir saya. Rasa pengabdian saya yang tulus tidak pernah goyah, dan saya selalu meyakini bahwa beliau tidak terpisahkan dari Manjushri tidak hanya dalam artian sifat sejatinya namun juga dalam artian perwujudan.

Jika saya berkata bahwa saya memiliki rasa pengabdian yang seperti ini ketika saya masih berusia tiga tahun, mungkin itu

masih terlalu dini, tapi pastinya saya telah memiliki perasaan ini begitu saya menginjak usia lima tahun. Saya teringat suatu ketika saat di pangkuan ayah saya, saya dengan jelas mengenali Mipham Rinpoche sebagai pemimpin dari keluarga buddha saya dan sejak hari itu dan seterusnya saya merasa seakan-akan bodhicitta yang tidak dibuat-buat telah bangkit dalam batin saya.

## 29 Keagungan dari Makna Mendalam

Saat ini kita telah memasuki jaman degenerasi dimana pandangan-pandangan salah telah tersebar luas. Mereka yang kurang memiliki jasa pahala akan mengalami penurunan dalam hal rasa pengabdian bahkan seiring Dharma menjadi lebih mendalam. Jika anda berpikir bahwa anda dapat dengan mudah memahami Dharma yang mendalam melalui pengertian intelektual tanpa bertumpu kepada seorang Guru yang memenuhi syarat yang memiliki upadesha dari vidyadhara, secara mutlak anda salah.

Guru Mipham Rinpoche telah berkata, "Jika anda kekurangan sebab dari pembiasaan sejak kehidupan lalu dan kematangan karma, bahkan jika anda berpendidikan dan mengetahui bagaimana cara untuk belajar, dengan merenungkan hanya makna dari istilah-istilah filosofis tidak akan menghasilkan pemahaman bahkan jika anda mencobanya selama ratusan tahun. Demikianlah adanya. Itulah mengapa mereka yang berada di awal pembelajaran haruslah berhati-hati.

## 30 Perwakilan dari Guru Agung Padmasambhava

Saya selalu berpikir bahwa saya memiliki koneksi karma untuk mengungkapkan peninggalan yang berharga dari Orgyen Rinpoche - delapan belas harta tersembunyi, seperti harta rahasia batin mendalam, harta bumi yang luas, dan seterusnya. Oleh karena itu, saya berdoa agar bisa mengungkap harta-harta yang mendalam, untuk menenangkan semua pertanda-pertanda degenerasi, untuk dengan luas memabarkan Dharma, memberikan manfaat bagi para makhluk, dan memenuhi harapan-harapan dari Orgyen Rinpoche. Jika suatu hari, saya mampu bergabung dengan persatuan para dakini dan vidyadhara di Istana Cahaya Teratai di Gunung Berwarna Tembaga, dengan ayah dan ibu Guru Rinpoche tersenyum terhadap saya dan memuji saya dengan ucapan Brahma yang merdu, semoga saya turut serta dalam jalur rahasia mendalam dari upaya dan jalur pembebasan dari kesempurnaan agung untuk menjadi setara secara keberuntungan dengan Sang Maha Guru Padmasambhava. Alangkah indahnya jika itu terjadi!

Namun, karena kebanyakan dari koneksi yang saling bergantung telah melewati saya, pintu harta mendalam telah tertutup. Terutama kesaling ketergantungan untuk mengungkapkan gerbang masuk menuju tigabelas tempat suci telah dihancurkan, dan sebagai hasilnya, harapan-harapan saya tidak akan terkabul. Saya merasakan penyesalan yang mendalam tentang ini.

# 31 Nasihat untuk Menginspirasi

## Ketigakgentaran

Pada usia belia, saya merasa bahwa saya sedang ditarik oleh kaitan welas asih agung dan berkah dari para vidyadhara agung pemangku silsilah dari tradisi Nyingma kita. Saya percaya bahwa berkah silsilah batin kebijaksanaan telah memasuki batin saya dan bahwa makna otentik dari Kesempurnaan Agung telah meresapi jiwa raga saya. Saya tadinya yakin bahwa saya tentunya akan mencapai tubuh cahaya pelangi.

Tetapi, karena samaya terkontaminasi dari beberapa murid, bahkan agregat tubuh ilusi saya terkontaminasi. Lupakan tentang penyusutan, mungkin tubuh saya akan membesar ketika meninggal. Bahkan jika ini terjadi, anda tidak perlu merasa ragu atau memiliki pandangan salah. Hal ini tidak akan menimbulkan masalah apapun [terhadap jalur anda] selama anda tekun dalam praktik anda.

Selalu pandanglah para guru yang telah menganugerahkan kebaikan hati mereka terhadap anda dalam semua tiga cara, seperti memberikan ajaran rahasia, inisiasi dan instruksi kunci,

sebagai para buddha hidup yang sesungguhnya dan perlakukan mereka dengan rasa hormat yang layak. Usahakan yang terbaik untuk menjaga ikrar-ikrar dan samaya anda murni sempurna. Berusaha keras untuk menghayati makna dari Kesempurnaan Agung dan berdoa untuk terlahir ulang di Sukhavati. Maka tidak perlu diragukan lagi anda akan meraih tujuan dari diri sendiri dan makhluk lain.

## 32 Tidak Ada Kontradiksi Antar Doktrin-Doktrin

Para cendekiawan terpelajar di masa lalu terlibat dalam debat secara antusias mengenai paham filosofis dari silsilah mereka masing-masing, seperti Sakya, Gelug, Kagyu, dan Nyingma. Namun, alasan mereka untuk melakukan itu telah disalahartikan dan malah berkembang pemikiran bahwa mereka sedang berseteru satu sama lain. Jika anda memegang pandangan bahwa argumen panas antar silsilah paham filosofis ini seperti mengalahkan thirtika, anda akan melakukan tindakan salah meninggalkan Dharma menyebabkan anda untuk mengembara di sepanjang alam-alam rendah yang tidak terbatas.

Pada faktanya, semua silsilah paham filosofis di Tanah Bersalju mengikuti ajaran-ajaran dari Mahayana. Ketika Jalan Tengah sedang di diskusikan, setiap orang secara seragam akan setuju terhadap pandangan dari aliran Prāsaṅgika. Tidak ada seorangpun yang akan berkata, “Kita adalah aliran Svatantrika.” Sedangkan untuk Mantrayana, setiap orang tanpa kecuali mempraktikkan Yoga Tantra Tertinggi (Anuttara Yogatantra).

Hal-hal tersebut adalah alasan pentingnya memahami bahwa tidak ada kontradiksi antar silsilah-silsilah.

Panchen Rinpoche pernah berkata, “Jika semua silsilah-silsilah Buddhist bersatu, ini akan membuat sebuah kontribusi besar bagi doktrin Buddhis dan juga masyarakat. Oleh karena itu, antar silsilah yang berbeda-beda, kita seharusnya tidak menggunakan ucapan-ucapan yang memecah belah seperti, “Saya adalah Nyingma dan anda adalah Gelug”, jangan juga mengejek satu sama lain karena iri dan mengumpulkan karma negatif dari hasrat dan kebencian dan akibatnya menghancurkan diri kita sendiri.

Saya berbicara kepada kalian dari hati saya. Pertama, antar silsilah filosofis tidak ada perbedaan. Kedua tidak terdapat kontradiksi bahkan sehelai rambutpun. Jadi jika anda berpikir terdapat kontradiksi maka anda telah sepenuhnya salah paham.

## 33 Nasihat tentang Menjadi Non-Sektarian

Mengenai cara pengajaran, terdapat perbedaan diantara sekolah-sekolah Gelukpa, Sakyapa, Nyingmapa, dan sebagainya. Sebagai contoh, sekolah-sekolah terjemahan belakangan akan menyatakan bahwa batin harus ada dalam basis pencerahan. Jika tidak, maka akan ada kekeliruan bahwa makhluk yang tercerahkan akan menjadi benda mati dan seterusnya. Sekolah-sekolah Nyingma dan Sakya menetapkan bahwa tidak ada batin dengan keadaan Buddha dan akan menyokong hal tersebut dengan banyak pernyataan. Namun semua sekolah masih berusaha keras untuk mengekspresikan tekad kebijaksanaan yang sama.

Kenapa? Tidak ada silsilah manapun, baik Sakya, Geluk, atau Nyingma, akan mengatakan bahwa batin yang rumit ini dan keadaan-keadaan mental sekundernya, seperti batin dualistik yang menguasai perspektif kita saat ini, ada dalam basis kebudhdhaan. Terlebih, semua silsilah sepakat bahwa kebijaksanaan dari Buddha mencakup sepuluh kekuatan, empat keadaan

ketidakgentaran, dan semua kualitas-kualitas yang menonjol dan terealisasikan secara akurat tanpa kekeliruan. Mereka akan menegaskan bahwa semua itu haruslah yang menjadi bagian tetap dalam keadaan tercerahkan. Oleh karena itu, diluar perbedaan dari gaya mengajar dan poin-poin khusus dari para cendekiawan, poin-poin penting dari maknanya adalah serupa.

Ketika diketahui bahwa tidak ada perbedaan sedikitpun dalam hal makna tertinggi mengenai cara dari para cendekiawan Sakya, Geluk Nyingma, dan Kagyu mengajar, anda akan memahami bahwa tidak ada kontradiksi mengenai kitab-kitab suci dari semua silsilah.

**V**

**PANDUAN UMUM DARI PEMUKIMAN  
YANG DIKENAL SEBAGAI LARUNG  
GAR**

Jika seseorang bertanya, apakah moralitas murni?

Sebagaimana dinyatakan dalam Kangyur dan Tengyur, adalah untuk menjaga semua nasihat mengenai apa yang diterima dan ditolak seperti menjaga matamu

Walaupun hal ini sulit dilakukan di masa-masa kelam ini,

Berhati-hatilah untuk tidak melakukan kemerosotan mental apapun yang akan mencegah anda untuk mencapai ikrar-ikrar yang dijelaskan dalam masing-masing sistem dari pratimoksha, bodhisattva, dan mantrayana

## 34 Perkembangan Umum Dari Pemukiman Dharma ini

Mengenai pemukiman Dharma kita yang besar ini, selama lebih dari dua puluh satu tahun kita telah mencapai banyak peristiwa penting dan tingkatan-tingkatan pengembangan. Saya tiba di Larung dan mendirikan institut Buddhis ini pada hari kesepuluh dari bulan kera tahun 1980, yang merupakan tahun kera pada penanggalan Tibet. Tujuan utamanya adalah untuk menghidupkan kembali doktrin Buddhis, dan untuk membawa kebahagiaan besar bagi para makhluk hidup.

Dimulai dari 1985, kita menghabiskan waktu yang lama dalam proses peningkatan dan pengorganisasian ulang tradisi.

Di tahun 1987, tahun kelinci api, permulaan dari tahun ketujuh belas dari siklus enampuluh tahun dari penanggalan Tibet, banyak murid melakukan perjalanan bersama saya menuju Gunung Suci Wutai di Cina dimana bodhisattva mulia Manjushri sesungguhnya tinggal. Bersama-sama kami membangkitkan bodhicitta tertinggi.

Selama bertahun-tahun ini, kami berjuang untuk membimbing para makhluk dari dunia ini menuju alam murni Sukhavati.

Sesudahnya, dalam rangka menaklukkan kekuatan-kekuatan jahat dan mara perusak samaya yang mencelakai Buddhisme dan merugikan kebahagiaan para makhluk, kita semua bekerja keras, dimana semasa itu, banyak kesulitan yang menimpa kita. Pada akhirnya setelah semua kesulitan tersebut, kita mencapai kemenangan penuh dan kini, simbol dari kemenangan kita adalah bendera garuda agung yang dikibarkan di setiap penjuru dunia ini.

## 35 Standar dari Tiga-Lapis

### Kesetaraan

Yang pertama adalah kesetaraan lokasi. Di Larung Gar, tidak ada sedikitpun perbedaan dalam tingginya tempat duduk bagi semua monastik tetap, pendatang baru, para khenpo terbaik ataupun para tulku. Ketika upacara untuk memulihkan ikrar dan purifikasi pelanggaran diadakan selalu terdapat sedemikian banyak monastik sehingga sulit untuk mengenali tingkatan dari pentahbisan namun diluar perbedaan tersebut, setiap orang disini duduk pada ketinggian yang sama.

Kedua, adalah kesetaraan aktifitas. Di Larung Gar, tidak peduli apa jenis pekerjaan tersebut, setiap orang turut serta secara setara tanpa kecuali. Apakah anda seorang khenpo atau tulku yang memiliki tiga-lapis kualitas pengetahuan, moralitas, dan kebaikan mendasar atau seorang biksu atau biksuni yang baru tiba, setiap orang terlibat dengan setara. Itulah tradisi kita.

Ketiga, kesetaraan dari tunjangan finansial. Di masa lalu, beberapa biara memiliki tradisi persembahan kepada para guru, khenpo, dan sebagainya dengan jumlah tunjangan finansial

yang sama, atau bahkan melipatkan dua atau tiga kali bagian mereka, bahkan disaat mereka tidak turut serta dalam upacara pelafalan bersama. Hal ini sepenuhnya tidak beralasan. Bagi saya sendiri, sejak pendirian Institut Larung, saya tidak pernah dengan sewenang-wenang mengambil bahkan satu sen pun persembahan yang diberikan kepada para sangha. Oleh karena itu, kalian semua harus membaca Vinayapitaka<sup>1</sup> dengan teliti. Termasuk para khenpo yang mulia dan para tulku agung, tidak peduli siapapun anda, jika anda turut serta dalam upacara pelafalan bersama, anda layak menerima persembahan, jika tidak maka anda secara mutlak jangan mengambilnya. Jikalau tidak, anda akan mengumpulkan negatifitas besar yang berhubungan dengan kesejahteraan para sangha.

---

<sup>1</sup> *'dul ba sde snod Skt. Vinayagamottara*

## 36 Bagaimana Mencapai Tindakan Tercerahkan Pemagnetisasi

Tahun ini adalah tahun naga yang berarti suara menggelegar di langit menandakan penyebaran reputasi baik. Selama kurun waktu yang luar biasa ini kita harus melakukan tindakan pencerahan pemagnetisasi.

Institut Larung Gar memiliki empat kategori dalam komunitas sangha yang mencakup para biksu Tibet, biksuni Tibet, praktisi perumahtangga Tibet, dan praktisi Han-Cina. Semua empat kategori tersebut haruslah berusaha untuk mencapai tindakan pemagnetisasi. Di masa mendatang, institut ini harus terus melanjutkan aktifitas ini. Dengan melakukannya, baik aktifitas duniawi maupun spiritual dapat dicapai dengan sukses. Tidak ada hal lain yang diperlukan. Jika anda bertanya bagaimana aktifitas pemagnetisasi terjadi, terdapat lima kategori.

Pertama, ketika sekawanan burung mendarat di pohon yang sama, tidaklah mungkin bagi mereka untuk tinggal disana selamanya. Demikian pula, setiap orang yang berkumpul disini hari ini tidak akan tinggal bersama di dunia untuk waktu yang

lama. Oleh karena itu dalam kehidupan manusia yang singkat ini kita janganlah membuat rencana-rencana jangka panjang dan tidak bermakna, namun kita semua harus mempraktikkan Dharma dan meninggalkan semua ketidakbajikan! Setidaknya lakukanlah yang terbaik untuk mempurifikasi karma negatif dan mengumpulkan jasa pahala melalui namaskara, pradaksina, dan seterusnya. Bangkitkan bodhicitta dan lakukan meditasi tahap pembangkitan dan penyempurnaan. Berfokus secara satu titik terhadap praktik adalah kategori yang pertama.

Kedua, jika anda menyimpan kebencian terhadap silsilah manapun, hal ini adalah sebab untuk terjatuh ke alam-alam rendah, sebuah tindakan keliru meninggalkan Dharma, dan merupakan akar keruntuhan nomor enam dari Mantrayana. Oleh karena itu, para sangha dari sepuluh penjuru dan berbagai silsilah dan tradisi haruslah harmonis, menjunjung tinggi sila-sila murni, dan dengan rasa hormat memberikan sembah kepada makhluk suci pilihan mereka dengan menempatkan makhluk suci tersebut di mahkota kepala mereka seperti bunga di upacara inisiasi. Tidak menyimpan keagresifan apapun terhadap tradisi-tradisi religius lain dan mempraktikkan pandangan murni adalah kategori yang kedua.

Ketiga, pada hari-hari belakangan ini antar negara-negara di dunia dan kelompok-kelompok masyarakat (termasuk keluarga), banyak masalah yang didasari perselisihan karena kemelekatan dan ketidaksukaan merebak. Setiap orang harus memikirkan hal ini dengan berhati-hati dan dalam rangka membawa kedamaian ke planet ini, kita harus berusaha sepenuh hati untuk mendamaikan berbagai perang dan perselisihan antar negara, suku, dan keluarga. Ini adalah kategori ketiga.

Keempat, kalian semua harus menghindari perasaan iri terhadap orang-orang yang lebih tinggi daripada anda, berhenti membanding-bandingkan dan bersaing dengan orang-orang yang seperti anda, dan jangan pernah meremehkan atau tidak menghormati orang-orang yang lebih rendah dari anda. Setiap orang haruslah melakukan yang terbaik untuk hanya mengembangkan hati yang luhur dan melakukan tindakan-tindakan altruistis. Ini adalah kategori keempat.

Kelima, dalam komunitas sangha Larung Gar yang lebih besar, termasuk mereka yang tinggal jauh di setiap penjuru, adalah luar biasa untuk meraih aktifitas pemagnetisasi. Semua aktifitas-aktifitas lain tercakup di dalamnya. Dengan mengandalkan aktifitas pemagnetisasi ini, kita akan mampu meraih aktifitas agung menyebarkan Dharma dan memberikan manfaat bagi

para makhluk dari sekarang sampai tidak ada lagi ruang. Agar kita semua bisa terlahir ulang bersama-sama di Sukhavati pada masa mendatang, kita harus praktik lebih tekun lagi sekarang. Jika siapapun dari kalian bisa berjanji untuk melafalkan Doa Yang Memagnetisasi Semua Yang Tampak dan Ada, silahkan bergabung dalam daftar para peserta.

Sejak hari ini dan seterusnya, kita akan memulai aktifitas pe-magnetisasi ini dan berkomitmen agar kita semua terlahir ulang di Sukhavati sebagai satu mandala dan benar-benar bertemu dan bertatap muka dengan Buddha Amitabha dan menerima prediksi beliau tentang pencerahan kita. Dengan menyelesaikan proses purifikasi, pematangan, dan penyempurnaan, kita akan memberikan manfaat bagi semua makhluk selama ruang ada. Ini adalah kategori kelima.

Tolong camkan dalam batin perihal lima kategori ini. Ini adalah nasihatku bagi para lama dan monastik dan juga bertujuan sebagai nasihat terakhirku bagi para praktisi perumahtangga juga.

Mengintisarikan ini menjadi satu poin kunci, hindari perselisihan atau konflik antar silsilah atau tradisi, jangan bias terhadap negara atau kelompok etnis manapun, dan akhirnya membawa

kebahagiaan dan manfaat bagi semua makhluk. Ini adalah tujuan murni dari Institut Buddhis Larung dan jika anda meyakini hal ini maka ukirlah hal ini dalam hati anda. Nasihat ini tidak ditujukan untuk dirahasiakan melainkan untuk dibagikan secara terbuka terhadap yang lain. Oleh karena itu masing-masing dari kalian harus menyebarluaskan ini ke semua penjuru dan hal ini akan berfungsi sebagai wakil saya.

# 37 Nasihat Tentang Cara Berlatih Yang Sesuai Dengan Batin Anda

Semua pertemuan disertai perpisahan maka walaupun ada hampir sepuluh ribu pengikut berkumpul di sini, kita semua seperti bunga-bunga di musim gugur. Saya tidak bisa memprediksi sampai kapan kita bisa tetap bersama di sini tapi pastinya beberapa dari kita akan berpisah dari sini sebentar lagi. Yang lainnya akan hidup bersama disini untuk beberapa tahun lagi, tapi suatu hari, setiap orang yang di sini akan berangkat menuju kehidupan mendatang mereka. Tidak ada seorangpun dari kita yang bisa tinggal di sini selamanya. Itulah kenapa di saat kematian, tidak ada sepatah kata lain apapun yang bisa menguntungkan kita kecuali dari Dharma. Oleh karena itu kita harus menerapkan diri kita untuk mempraktikkan Dharma.

Tentu saja, dalam Budhisme ajaran-ajarannya luas, kitab-kitab suci yang mahamulia berjumlah sangat banyak, dan pengetahuannya tanpa batas, sehingga di jaman degenerasi ini ketika usia

rata-rata adalah pendek, keadaan-keadaan yang mengalihkan perhatian berkelimpahan, dan penghalang terhadap praktik-praktik spiritual merejalela, adalah sulit untuk benar-benar mempraktikkan dan menghayati semua aspek dari Dharma. Namun demikian, anda harus menghayati apa yang anda bisa sesuai dengan batin anda sendiri.

Sebagaimana dinyatakan dalam Nyanyian Kemenangan Dharma, yang superior haruslah mempraktikkan jalur dari Cahaya Jernih Kesempurnaan Agung dan memperoleh buah tubuh pelangi Dharmakaya. Yang menengah haruslah mempraktikkan harta Dharma dari jalur para bodhisattva dan menjelangi Kebudhaan secara bertahap melalui lima jalur dan sepuluh bhumi. Yang paling rendah setidaknya harus menjunjung tinggi disiplin murni yang ditimbulkan dari batin yang melepas dan mencapai kebebasan dari penderitaan samsara.

## **38 Nasihat tentang Cara Membuat Kehidupan Manusia Berharga Ini Menjadi Bermakna**

Dengan menjalani setidaknya satu dari kategori-kategori Pratinoksha dengan moralitas murni, anda kemudian haruslah hanya mempraktikkan ajaran-ajaran dari Cahaya Jernih Kesempurnaan Agung. Karena Kesempurnaan Agung dapat membebaskan melalui melihat, mendengar, dan menyentuh, jika seseorang memiliki keberuntungan yang luar biasa maka bahkan jika mereka tidak dapat bermeditasi di kehidupan kini mereka masih akan tetap mencapai pencerahan sempurna yang tak terlampaui. Oleh karena itu, kalian semua harus membuat koneksi yang baik terhadap ini!

Ketika anda sedang mengalami berkumpulnya kondisi-kondisi menguntungkan yang seperti ini, janganlah menipu diri anda sendiri. Di saat menjelang kematian, jika anda meyakini bahwa terlepas meraih kebajikan yang luas atau sangat kecil, anda tetap memiliki tekad untuk mempraktikkan Dharma dengan

kemampuan terbaik anda di sepanjang hidup anda, hal itu membuktikan bahwa anda telah memiliki kehidupan manusia yang bermakna. Tolong camkan nasihat ini di batin kalian.

**VI**

**TUJUAN DARI SEMUA PERSAMUAN**

**DHARMA YANG MENDALAM**

Jika seseorang bertanya apakah prajna yang tanpa cacat?

Yaitu menerima instruksi-instruksi yang benar

Dan gigih setiap hari dalam belajar, merenung, dan meditasi.

Hal itu akan dengan cepat membawa ke pencerahan

## 39 Festival Doa Agung Para Vidyadhara

Alasan utama dari mengadakan Persamuan Dharma 100.000 Vidyadhara didasari oleh sebuah ramalan yang terdapat di *Gaung Suara*, "*Sesudah ini, seseorang yang bernama Lodru akan menjunjung tinggi ini.*" Terdapat banyak prediksi-prediksi seperti ini. Ini adalah saat ketika seseorang bernama Lodru yang ditakdirkan untuk memimpin persamuan Dharma dari 100.000 vidyadhara dan semua 100.000 anggota dari formasi kelompok ini akan kemudian berangkat menuju alas para vidyadhara.

Namun, karena kurangnya jasa pahala dari para murid serta rintangan-rintangan dari mara dan para pelanggar samaya merajalela, kejadian-kejadian kebetulan yang sempurna tidak bertemu sebagaimana seharusnya dan saya menjadi tidak mampu membuka gerbang dari tigabelas harta suci tersembunyi.

Namun, karena melimpah ruahnya permohonan dan doa yang dipimpin oleh para maha guru besar pemangku silsilah dari Tibet, dan juga orang-orang dari latar belakang yang berbeda telah mengambil tanggung jawab ini, kita telah mampu

mengadakan acara Persamuan Dharma 100.000 Vidyadhara ini dengan lebih dari 38.000 anggota sangha yang hadir. Jika kita mengikutsertakan baik para vidyadhara yang terlihat dan tidak terlihat, maka total jumlah dari para peserta telah mencapai 100.000. Ini benar-benar sebuah sebab untuk bermudita.

Dengan mempraktikkan aktifitas pemagnetisasi dengan sadhana *Sembilan Makhluk Suci dari Avakoliteshvvara*<sup>1</sup>, satu-satunya motivasi kita adalah untuk memabarkan Buddha Dharma dan membawa kebahagiaan serta manfaat bagi para makhluk di Tanah Bersalju dan juga di seluruh dunia.

Dalam hal durasi ajaran-ajaran dari Larung Gar, menurut ramalan yang diterima dari Lerab Lingpa dan Dudjom Lingpa, keadaan ini akan berlangsung selama setidaknya 300 tahun ke depan. Dalam rangka untuk memeliharanya, di antara sekian banyak puja, terutama yang paling penting dari semuanya adalah praktik aktifitas pemagnetisasi ini melalui Persamuan Agung Dharma dari 100.000 Vidyadhara. Di masa mendatang, jika persamuan Dharma ini dapat berlanjut secara otentik, bahkan ketika saya tidak ada, tempat ini akan bertahan hingga setidaknya tiga generasi mendatang. Saya pikir melalui ini

---

<sup>1</sup>Sebuah terma dari Lerab Lingpa, *Praktik Mendalam Laso Ilusi Sembilan Makhluk Suci Utama dari Avalokiteshvvara, gar dbang 'phags pa lha dgu'i zab sgrub 'phrul gyi zhags pa*:

ajaran-ajaran yang berharga akan subur dan menjadi penuh berkah. Apakah Buddha Dharma tetap bertahan lama di dunia ini utamanya tergantung dari persamuan Dharma ini, oleh karena itu setiap orang harus menganggap hal ini sangat penting dan turut serta dengan antusias.

Belakangan ini, di tanah Tibet yang spiritual ini, terdapat banyak aktifitas yang secara langsung bertentangan dengan doktrin dari Sang Buddha yang menganjurkan untuk tidak menyakiti makhluk lain. Terdapat banyak aktifitas-aktifitas mengerikan yang terlihat sangat barbar. Orang-orang bahkan mengklaim bahwa menyakiti makhluk lain adalah sebuah praktik spiritual. Pertimbangkan bagaimana dengan kejamnya ratusan dan ribuan hewan yang sedang disembelih. Hal ini seperti alam neraka yang hadir di alam kita.

Tahun kemarin, ketika saya melakukan perjalanan dan mengajar di banyak wilayah dari empat sungai dan enam pegunungan di Do Kham (mdo khams) dan di lembah Ma sebelah atas di Golog, saya menegaskan tentang menahan diri dari mengambil nyawa para hewan. Beberapa orang yang berbaik hati mengatakan kepada saya, "Sebaiknya anda berhenti berbicara tentang hal ini atau saya kuatir hidup anda akan terancam."

Semenjak awalnya, Buddhisme adalah sebuah agama yang menganjurkan untuk tidak menyakiti makhluk lain. Buddha berkata, “Menyakiti makhluk lain bukanlah perilaku dari seorang praktisi Buddhis”. Namun kita telah mencapai masa dimana menjadi penting untuk berhati-hati dan juga adalah sulit untuk secara langsung menentang adat istiadat yang terorganisir. Bagaimana saya bisa duduk diam dan membiarkan semua ini tanpa bersuara? Itulah juga kenapa menjadi sangat penting bagi kita untuk mempraktikkan aktifitas pemagnetisasi.

Hari ini di dunia ini terdapat hampir seratus dan delapan puluh dua negara tapi tidak ada satupun tempat di mana ajaran Buddhis tumbuh subur seperti di Tibet. Jika kita merenungkan tentang hal ini, kita bukanlah tanpa perlindungan atau tanpa seorang ayah atau ibu untuk membimbing kita serta kita mampu memabarkan Dharma dan memberikan manfaat bagi para makhluk. Oleh karena itu, kalian semua harus berhati-hati dan dengan cermat melibatkan diri dengan aktifitas-aktifitas ini seterusnya hingga ke masa mendatang.

Saya sekarang berikrar di hadapan kalian bahwa sejak sekarang hingga langit tidak lagi ada, bahkan jika saya harus menyerahkan hidup saya demi kesejahteraan doktrin dan para makhluk

hidup, saya tidak memiliki keraguan untuk melakukannya. Saya meminta kalian semua untuk membantu saya dalam usaha ini untuk melayani doktrin dan para makhluk dengan kemampuan kita yang terbaik.

## 40 Persamuan Agung Vajrasattva

Alasan kita mengadakan pertemuan ini adalah untuk mempurifikasi semua kemerosotan yang telah terkumpulkan di kehidupan-kehidupan lampau dan secara khusus ini merupakan penawar untuk membersihkan semua samaya yang rusak. Penawar paling efektif untuk mempurifikasi segalanya adalah mantra enam aksara dari Vajrasattva. Dinyatakan dalam *Tantra Pelepasan Vajrapani Murka* dan yang lainnya bahwa jika anda melafalkan mantra ini 100,000 kali, bahkan tindakan keliru dari melanggar ikrar-ikrar mendasar dapat di purifikasi. Oleh karena itu, sudah tidak perlu disebutkan lagi bahwa ini akan membersihkan rintangan untuk terlahir ulang di Sukhavati. Termasuk juga karma yang terkumpulkan dari lima kejahatan keji dan tindakan tidak baik meninggalkan Dharma. Semua akan sepenuhnya terpurifikasi dalam kehidupan kini.

Oleh karena itu, hal ini sangat penting bukan hanya bagi para monastik, namun juga para perumah tangga pria dan wanita. Dalam kitab-kitab tantra, disebutkan bahwa jumlah pelafalan mantra haruslah 100.000 namun menurut kutipan -" apapun yang diajarkan sebagai jumlah yang layak untuk masa keemasan

haruslah dikalikan empat di masa degenerasi”, maka harus dilafalkan sebanyak 400.000 kali.

Ketika melafalkan mantra, anda harus melakukannya dengan pengucapan yang benar dan konsentrasi penuh. Yang terbaik adalah menggabungkannya dengan tahap pembangkitan dan penyelesaian. Anda harus setidaknya melafalkan mantra bersamaan dengan empat kekuatan perbaikan. Jika hal ini dilakukan, semua tindakan-tindakan tidak bajik umum dan ikrar-ikrar yang telah rusak dari pratimoksha, bodhicitta, dan mantra, dan juga meninggalkan Dharma, kejahatan-kejahatan keji, dan penyalahgunaan persembahan, semuanya akan terpurifikasi tanpa sisa.

Kelompok yang mensponsori persamuan Dharma ini adalah bagian dari Han Cina di Larung Gar, yang juga disebut “Kemenangan atas para Mara” atau Asosiasi Pembelajaran Dharma Internasional. Alasan dari dukungan mereka dikarenakan ketika persamuan Dharma berlangsung, cuaca cukup baik dan banyak pengikut Han-Cina yang akan datang untuk berpartisipasi. Terlebih, praktik ini paling cocok bagi para Han Cina. Pada catatan tambahan dari harta tersembunyi mendalam sadhana Vajrasattva yang saya ungkapkan di Danau Yutse (g.yu rtse), disebutkan bahwa jika ini dipraktikkan dekat dengan lokasi di

mana terma tersebut diungkapkan, akan mudah untuk meraih pencapaian dan akan memberikan manfaat bagi yang lain di sekitar wilayah Han-Cina. Itulah kenapa saya pikir akan lebih bermanfaat untuk mendorong para pengikut di wilayah Han-Cina untuk melafalkan mantra Vajrasattva karena ini akan membawa manfaat terbanyak.

## 41 Persamuan Agung Ksitigarbha

Pada hari bertanda baik ketika Buddha Shakyamuni memutar roda Dharma untuk pertama kali, institut kita mengadakan Persamuan Dharma Ksitigarbha, yang disebut “100 Juta Pelafalan Aspirasi Samantabhadra”. Fokus dari praktik ini adalah terhadap Ksitigarbha karena 100 juta pelafalan Aspirasi Samantabhadra secara umum dipraktikkan di semua empat pertemuan Dharma.

Baik Persamuan Dharma Vajrasattva dan Persamuan Dharma Ksitigarbha keduanya ditujukan bagi para perumah tangga, dan Persamuan Dharma Ksitigarbha memiliki tujuan khusus yaitu memberikan panen berlimpah dan mengabdikan harapan-harapan. Dengan kebutuhan-kebutuhan seperti ini, berdoa hanya satu saat kepada Ksitigarbha adalah lebih efektif daripada berdoa kepada Manjushri, Samantabhadra, Maitreya, Avalokiteshvara, dan yang lainnya selama berkalpa-kalpa. Hal ini dinyatakan sendiri oleh Sang Buddha Shakyamuni Yang Welas Asih dalam *Pujian Bagi Ksitigarbha*.

Untuk tujuan-tujuan luhur seperti mencapai pencapaian tertinggi Kebuddhaan atau terlahir di alam murni sebelah Barat Sukhavati, atau tujuan umum seperti mendapatkan makanan berlimpah dan nafkah, rejeki, reputasi, dan pengabulan harapan, tidak ada yang lebih baik daripada berdoa terhadap Ksitigarbha.

Sebagai para perumah tangga pria dan wanita, kalian tentunya tahu dengan jelas manfaat-manfaat dari berdoa terhadap Bodhisattva Ksitigarbha. Sebagaimana yang kita semua ketahui, Serthar dan wilayah-wilayah hilirnya, telah mengalami kekeringan parah selama berhari-hari. Pada saat yang terburuk, saya mendengar bahwa seluruh sangha dari Larung Gar melafalkan nama dari Bodhisattva Ksitigarbha dan hujan mulai turun sebagai hasilnya.

Siapa pun yang berdoa kepada bodhisattva Ksitigarbha akan menikmati umur panjang, kesehatan yang baik, kekayaan, dan terkabulnya harapan-harapan mereka di kehidupan ini. Bahkan disaat meninggal mereka akan terlahir ulang di Sukhavati dengan segera. Hal ini adalah sebuah kejadian tidak biasa dan akan terjadi tidak hanya bagi anda tapi juga bagi mereka yang terkoneksi dengan anda.

Secara mendasar, jika anda berdoa kepada bodhisattva Ksitigarbha, anda pastinya akan meraih jasa pahala tertinggi dan kebijaksanaan dari para shravaka, pratyekkabuddha, bodhisattva, dan buddha. Bodhisattva Ksitigarbha adalah sebuah permata unik yang bahkan 100.000 permata pengabul harapan tidak dapat menandinginya. Jika anda berdoa kepada permata pengabul harapan biasa, permata tersebut hanya bisa memberikan kekayaan, tapi tidak dapat memberikan jasa pahala transenden yang luar biasa, yang dicapai melalui disiplin, konsentrasi, dan kebijaksanaan.

Pada hari ini tujuan kita adalah untuk membantu para makhluk di Tanah Bersalju dan juga yang berada di dalam lingkaran tumimbal lahir dan khususnya mereka yang berada di Do Kham dan wilayah-wilayah tetangga kita yang telah menjadi penderma. Kita berhutang budi kepada mereka. Kita berusaha untuk membantu mereka mendapatkan makanan berlimpah, pakaian, keberuntungan, reputasi, sukses, dan meninggalkan perasaan bersaing atau iri dan meremehkan yang lebih rendah. Kita harus berdoa untuk membantu mereka terbebaskan dari kebencian dan segala jenis penderitaan di kehidupan kini seperti tidak memiliki pakaian untuk dipakai, makanan untuk dimakan, reputasi buruk, kesialan, kecemburuan terhadap yang sukses, kecenderungan untuk bersaing, dan perasaan jijik

yang kuat terhadap yang lebih rendah dari mereka. Jika tidak, setelah menjalani kehidupan mereka dengan tenggelam dalam kebencian yang membawa karma negatif dari penderitaan tanpa akhir, ketika mereka meninggal mereka akan menuju kelahiran ulang sebagai hantu kelaparan atau yang lebih buruk dan terus mengalami penderitaan besar. Itulah mengapa kita harus berdoa agar mereka bisa membalikkan hal tersebut dan agar memiliki banyak kenikmatan dan berkelimpahan di kehidupan kini dan untuk menutup pintu menuju kelahiran ulang yang lebih rendah di kehidupan mendatang. Inilah mengapa kita berkumpul disini.

## 42 Persamuan Agung Sukhavati

Persamuan Dharma Sukhavati ini diadakan pada hari ketika Buddha Shakyamuni turun dari Surga Tushita. Alasannya adalah karena pada waktu itu para petani telah selesai memanen tanaman mereka, para nomaden juga tidak sibuk dengan apapun, sehingga merupakan waktu yang baik bagi para petani dan nomaden untuk mengikuti upacara. Dengan kekuatan aspirasi dari Buddha Amitabha dan pengembangan dari bodhicitta beliau, adalah mudah untuk mencapai kelahiran ulang di Dewachen. Tidak ada yang lebih menguntungkan daripada ini. Itulah mengapa kita mengadakan upacara ini bagi para umat.

Melakukan praktik bersama dengan komunitas sangha monastik yang menjaga sila-sila dan memiliki pemahaman dan realisasi Dharma membuat ini menjadi sebuah kesempatan khusus untuk mengumpulkan jasa pahala. Diantara kesempatan-kesempatan tersebut adalah persamuan ini, yang merupakan jalur cepat untuk terlahir ulang di Sukhavati. Persamuan Dharma ini diadakan di lokasi dimana bagian dari para praktisi

perumah tangga Tibet tinggal, dan mereka utamanya mensponsori persatuan Dharma ini.

## 43 Persamuan Agung Umur Panjang

Tujuan dari mengadakan praktik umur panjang adalah bukan untuk memperpanjang umur saya melainkan agar Buddha Dharma menyebar ke semua penjuru dan langgeng di dunia ini untuk waktu yang lama, bebas dari segala keberpihakan. Juga untuk umur panjang bagi semua pemangku silsilah, dan khususnya bagi para individu agung yang menjunjung doktrin di dunia. Di Larung Gar ini, seluruh persamuan sangha akan melafalkan dengan sungguh-sungguh sadhana ekstensif umur panjang dari Ratna Lingpa (1403-1478) setidaknya sebanyak 50.000 kali setiap tahun. Kekuatan dan berkah dari *Sadhana Panjang Umur yang Mengumpulkan Semua Rahasia*<sup>1</sup> ini lebih besar daripada sadhana-sadhana lainnya. Hal yang penting juga adalah agar setiap praktisi menguasai ini untuk menyempurnakan perkembangan Dharma mereka dan berumur panjang.

Terton Ratna Lingpa adalah seorang pengungkap harta karun spiritual agung yang hubungan kesalingtergantungannya tidak

---

<sup>1</sup> *tshe sgrub gsang 'dus*

pernah ternodai. Ketika sebab musabab saling bergantung dari aktifitas beliau matang, hal tersebut termanifestasikan sebagai berikut: Suatu ketika, seorang pria pergi mengunjungi Ratna Lingpa untuk membayar hutang. Dia membawa sebuah mangkuk porselen mahal yang sedemikian halusnyanya sehingga anda bisa melihat isinya dari samping. Dia mengisinya dengan susu dan mempersembahkannya kepada Ratna Lingpa yang sedang tidur. Ketika beliau terbangun, cahaya matahari pagi yang sedang bersinar menembus susu tersebut. Melalui ini beliau mengetahui bahwa sebab musabab saling bergantung telah disempurnakan, yang membuat beliau menyelesaikan aktifitas-aktifitas dari menyebarkan Dharma dan memberikan manfaat bagi para makhluk dalam satu kehidupan bukannya tiga kehidupan. Terma-terma yang diungkap beliau membawa manfaat besar bagi para makhluk dan aktifitas pencerahan yang luas. Siapapun yang mempraktikannya akan menikmati keberuntungan dan berkah yang tak terpungkiri.

## VII

# RITUAL YANG MENENANGKAN PENCEMARAN YANG MEMPENGARUHI DOKTRIN DAN PARA MAKHLUK

Benteng luar adalah mengejar perlindungan dalam Triratna

Benteng dalam bertumpu pada kesadaran penuh dan penuh kehati-hatian,

Benteng rahasia adalah bermeditasi pada kesadaran-kosong yang tak terhalangi

Mereka yang menyatukan ketiga hal ini akan kokoh tak terkalahkan oleh gerombolan mara.

# 44 Upacara Tepat Pada Waktunya Yang Menenangkan Kemosotan dan Malapetaka

Untuk kalian semua, yang terpenting adalah kalian selalu dengan tekun mempraktikkan ungkapan terma Vajrakilaya dari Terton Lerab Lingpa. Kalian semua telah menerima inisiasi lengkap, transmisi lisan, dan instruksi-instruksi. Jika kalian dapat melakukannya secara ekstensif maka praktikkan drubchen - pencapaian agung. Jika menengah, maka pendekatan menengah. Setidaknya, kalian bisa melakukan praktik selama tiga hari. Jika praktik ini tersebar di seluruh Tibet, bukan saja hal ini akan menghalau peperangan dan perselisihan namun juga akan menenangkan penyakit, kelaparan, dan juga membawa kebahagiaan dan stabilitas ke seluruh penjuru dan memenuhi kebutuhan dari setiap orang. Hal ini juga akan menyuburkan Buddha Dharma dan membuatnya langgeng untuk waktu yang sangat lama di dunia ini.

Bagi diri saya sendiri, sebagaimana disebutkan dalam biografi saya, terdapat banyak aktifitas dan berkah tak terbayangkan yang datang melalui dukungan luar biasa yang saya dapatkan dari para pelindung Dharma. Jika orang-orang dengan ikrar murni membuat persembahan terhadap para pelindung Dharma dengan melafalkan sadhana-sadhana otentik para pelindung Dharma, tanpa bergaul dengan pelanggar samaya, janda yang ditinggal mati, dan pandai besi, tenaga dan kekuatan dari para pelindung dharma akan dialami secara langsung.

## 45 Upacara Untuk Keadaan Yang Sulit

Para kaum muda yang terlahir sesudah Revolusi Kebudayaan tidak pernah mengalami intensitas dari masa-masa sulit tersebut. Mereka mungkin memiliki pengetahuan duniawi yang bagus, tapi mereka masih kurang dalam pengalaman seperti ini. Siapakah yang memiliki pengalaman seperti itu? Mereka adalah para orang tua dengan rambut memutih yang hidup di sini, di tempat ini, yang telah mengalami, secara pribadi, intensitas dari masa damai maupun masa bergejolak. Melalui situasi-situasi seperti itu kita telah belajar bagaimana cara meraih tujuan kita tanpa mengganggu peraturan-peraturan pemerintah. Akan tetapi, karena kita kekurangan pendidikan modern, jika kita cenderung mengerjakan hal-hal secara ceroboh, maka tindakan tersebut tidak akan sukses.

Jika kita mampu mentransformasikan batin orang-orang melalui praktik-praktik makhluk suci kita dan para pelindung Dharma, maka saya pikir apapun yang kita lakukan akan berhasil. Selama beberapa hari kita semua harus berusaha keras

untuk mengumpulkan tujuh juta pelafalan dari *Doa Terhadap Delapan Pertanda Baik Yang Mulia*.

Dalam beberapa hari pejabat pemerintahan akan mengunjungi kita. Selalu terserah kita bagaimana kita memilih tindakan kita, tapi dalam keadaan ini kita harus merencanakan sebelumnya bagaimana kita akan bertingkah laku. Jikalau tidak, jika kita sepenuhnya menentang dan berpura-pura untuk berani, institut kita bisa dihancurkan secara permanen. Terdapat bahaya nyata bahwa semua yang telah kita capai dalam duapuluh tahun belakangan akan terbuang sia-sia. Oleh karena itu, setiap orang harus berhati-hati jangan terlalu bebas dan jangan terlalu tegang.

## 46 Memuji Sang Pahlawan, Putra Dari Pejuang Danma, Dentri Yu 'Od Bum Me

Di seluruh kehidupan-kehidupan saya, saya tidak pernah terpisahkan dari Manjushri Mipham Rinpoche. Kami telah menyebarkan Dharma dan memberikan manfaat bagi para makhluk dalam berbagai jenis hubungan, sebagai raja dan menteri, ayah dan putra, juga guru dan murid.

Di masa mendatang, di masa Raja Roda Besi dari Shambala, Rigden Dragpo Chag Kyi Khorlo<sup>1</sup>, Manjushri Mipham Rinpoche akan mewujudkan sebagai Komandan Sengge Bumpa<sup>2</sup>, saya akan menjadi Jendral Magpon Lei Kyi Dorje<sup>3</sup>, Sang Aktifitas Vajra. Di masa lalu, di masa Raja Gesar, Mipham Rinpoche adalah Menteri Danma Changtra dan saya terlahir sebagai anak beliau Dentri Yu 'Od Bum Me<sup>4</sup>. Disebutkan juga dalam beberapa ramalan

---

<sup>1</sup> *rigs ldan drag po lcags kyi 'khor lo can kyi dus*

<sup>2</sup> *seng ge 'bum pa*

<sup>3</sup> *mag pon las kyi rdo rje*

<sup>4</sup> *dan khri g.yu 'od 'bum med*

bahwa saya adalah reinkarnasi dari Terton Lerab Lingpa dan juga Mipham Rinpoche. Seharusnya ada semacam tujuan rahasia dengan mengatakan demikian. Meskipun saya menghormati sumber dari pernyataan-pernyataan tersebut, saya tidak pasti mengenai pernyataan-pernyataan tersebut. Namun, mengatakan bahwa saya adalah reinkarnasi dari Dentri Yu 'od Bum Me, pastinya adalah benar!

Bahkan mereka yang telah datang kemari hanya untuk menonton opera akan dipastikan terlahir dalam iring-iringan dari Raja Roda Besi dari Shambala.

## 47 Mengenai Pementasan Opera Gesar Yang Disebut *Pemuliaan Vajra Yang Merdu*

Jika pementasan opera yang disebut *Pemuliaan Vajra Yang Merdu*<sup>1</sup> oleh Mipham Rinpoche bisa ditampilkan secara meluas dan disebarkan di seluruh Tibet maka kesalingtergantungan dari penentruman segala jenis penyakit, kelaparan, dan peperangan akan terjadi di Tanah Bersalju, dan matahari kebahagiaan akan terbit.

Namun, ketika Mipham Rinpoche berada di dunia ini, kesalingtergantungan untuk mempopulerkan tarian vajra ini tidak menjadi matang. Setelahnya, para guru besar seperti Reting Rinpoche, Lerab Lingpa, dan yang lainnya mencoba untuk mempromosikan tarian opera ini demi perlindungan Tibet secara umum. Sayangnya jasa pahalanya kurang memadai dan hal tersebut tidak terwariskan dengan sukses.

---

<sup>1</sup> *gling bro bde chen rdor rje'i rol mo*

Beberapa lama kemudian, para guru besar seperti Kyabje Dudjom Ripoché juga mencoba untuk menyebarkan tarian vajra ini, tapi tetap kebahagiaan para orang Tibet belum tiba waktunya. Kini kesalingtergantungan telah matang sehingga *Tarian Vajra Alunan Dari Kebahagiaan Agung* akhirnya bisa disebarluaskan.

Dimanapun tarian ini dipentaskan, akan membawa keberuntungan baik, kesehatan, serta kemerosotan jaman akan ditentramkan dalam ruang mendasar Dharmakaya. Kemakmuran untuk perkembangan spiritual dan kesuksesan duniawi akan meningkat. Bahkan dalam catatan penulis dari naskah ini dinyatakan bahwa naskah ini akan membawa manfaat besar bagi para perumah tangga pria dan wanita yang penuh keyakinan, yang memusatkan perhatian satu titik terhadap naskah ini. Tarian ini bukanlah hanya sebuah pementasan belaka. Tarian ini juga memiliki makna penting secara spiritual. Para perumah tangga pria dan wanita yang luhur, jika kalian dapat memelihara tarian ini dan lagu-lagu yang menjadi penyertanya, hal ini akan membawa kebahagiaan yang besar sekali dan kedamaian bagi Tibet secara umum dan secara khusus bagi wilayah-wilayah dimana tarian ini dipentaskan.

Pada awalnya, bahkan jika anda tidak memahami arti dari kata-katanya, masih cukup bermanfaat jika anda mendengarkan audionya untuk mempelajari tariannya. Terdapat berbagai pose dan gerakan-gerakan dari tarian vajra ini, dan apa yang anda lihat sekarang telah dirancang secara khusus oleh Larung Gar. Saya harap kalian semua dapat mendengarkan dan menikmatinya dengan rasa hormat dan rasa pengabdian. Kalian beruntung untuk bisa melihat tarian ini dan mendengarkan kata-katanya.

# VIII

**PERILAKU PARA SANGHA MONASTIK**

**PRIA DAN WANITA**

Esensi tertinggi dari semua kualitas dalam sistem spiritual adalah memiliki hati yang baik

Tanpa ini, tidak ada harapan untuk kualitas-kualitas lain

Jadikan yang satu ini saja sebagai hiasan hatimu.

## 48 Perilaku Umum Bagi Para Monastik

Jika anda berpikir bahwa monastik bisa melakukan bisnis, saya katakan bahwa semua dari sepuluh tindakan tidak luhur tercapuk dalam bisnis. Jika anda memiliki sebuah bisnis besar, tidak peduli apakah anda seorang monastik yang telah ditahbiskan secara penuh, seorang sramanera, atau seorang perumah tangga, ikrar-ikrar akar anda telah sepenuhnya ditinggalkan. Cukup sulit untuk menjalankan bisnis dengan benar tanpa melanggar ikrar-ikrar.

Jika anda menghabiskan seluruh hidup anda melakukan bisnis, ketika anda menuju ke kota Yama setelah anda meninggal, tidak ada siapapun dari kerabat yang akan mampu menolong anda, dan tidak ada harta benda serta kenikmatan yang akan dapat dimanfaatkan. Di saat itu, satu-satunya hal yang akan bermanfaat bagi anda adalah Dharma yang mahamulia. Apa yang secara pasti bisa menyakiti anda adalah ketidak bajikan anda, akibat dari tindakan-tindakan ini akan menemani anda membawa lebih banyak penderitaan bagi anda. Di saat itu,

enggannya untuk melepaskan harta benda anda, anda tidak akan memiliki pilihan kecuali meninggalkan sebuah surat warisan. Selain itu, tidak ada lagi yang bisa dilakukan.

Secara umum, anda seharusnya tidak mengumpulkan terlalu banyak harta. Sayangnya, hari-hari ini yang melakukan hal tersebut kebanyakan adalah para biksu! Diantara mereka yang terburuk adalah mereka yang disebut sebagai tulku. Tolong, para tulku dan biksu kalian harus memiliki tindakan moral yang lebih baik dan kalian harus dengan giat mengejar pembelajaran, perenungan, dan meditasi - hanya ketiga hal ini. Jikalau tidak, sebagaimana yang dikatakan oleh Patrul Rinpoche, "Jika para tulku yang sedikit tahu bagaimana cara menunggang kuda terlibat dalam mengumpulkan harta berdasarkan Dharma, hal ini akan menjadi penyebab dari kejatuhan mereka sendiri dan orang lain"

Jika anda bepergian terlalu banyak setelah menerima gelar "*tulku*", maka anda mungkin tidak akan mampu untuk menjaga ikrar-ikrar dasar dan sila-sila anda. Jika anda membiarkan orang lain memanggil anda tulku dan anda tidak otentik, anda telah memperoleh kesalahan memberitahukan kebohongan tertinggi yang merupakan sebuah keruntuhan akar. Jadi hal tersebut adalah sesuatu yang sulit.

Para tulku muda tidak boleh tenggelam dalam kenyamanan penerimaan persembahan sejak usia dini. Bukankah Jetsun Milarepa berkata, "Persembahan yang ternoda adalah silet bagi saluran kehidupan dari pembebasan, jadi jika anda terlalu berlebihan, saluran kehidupan ini akan terputus." Cara yang sebenarnya untuk memutuskan saluran kehidupan tersebut adalah dengan melalui persembahan-persembahan yang tidak murni ini. Untuk bisa menyantap bola besi persembahan yang tidak murni, anda harus menempa gigi besi pencapaian melalui praktik tahap pembangkitan dan penyelesaian dan juga pelatihan seorang bodhisattva.

## 49 Nasihat khusus Tentang Perilaku Dari Para Tulku

Bahkan jika anda adalah seorang guru atau tulku, jika anda ceroboh, kemungkinan anda akan melanggar ikrar dan sila anda. Ini berarti bahwa jika hari ini anda duduk di singgasana tinggi di bawah payung kebesaran yang anggun, besok hari mungkin anda jatuh terpuruk. Tidak ada yang lebih buruk daripada kecerobohan yang dengan cepat menarik anda turun dari singgasana dan payung kebesarannya yang elok. Khususnya para tulku cilik haruslah waspada sebagaimana yang dinyatakan oleh sebuah peribahasa kuno: “Anak kuda jantan yang terlahir dari kuda betina yang melahirkan untuk pertama kalinya memiliki sembilan lintasan sempit yang harus dilaluinya, barulah dia bisa disebut sebagai kuda dewasa.” Oleh karena itu, para tulku cilik memiliki banyak kondisi-kondisi yang tidak menguntungkan yang harus dilewati dalam masa perkembangan mereka.

Itulah mengapa menjaga moralitas murni adalah sangat penting sebagai fondasi. Dimulai dengan itu dan memiliki prajna dan

samadhi adalah baik sekali. Bahkan jika tidak, selama anda memiliki sila-sila murni dan telah diakui sebagai tulku, tidak ada seorangpun yang akan mengatakan, “anda bukan seorang tulku”. Bahkan jika anda tidak bisa membuat kemajuan, tolong pastikan bahwa anda tidak akan menjadi lebih buruk seiring berjalannya waktu.

Namun sekarang ini, sebagian orang tidaklah berhati-hati dan setelah mereka melanggar sila dan ikrar, mereka berpura-pura memiliki kewaskitaan dan memberikan ramalan-ramalan palsu. Saya tidak mempercayai itu sama sekali. Peribahasa menyatakan, “Jika anda mengatakan banyak hal, maka beberapa dari ucapan anda mungkin terbukti benar. Jika anda minum minuman basi, maka tubuh anda mungkin mengigil.” Seperti itu, sebagian orang mungkin berpikir bahwa ramalan-ramalan ini benar untuk sementara tapi peribahasa lain memberitahukan kita, “Baik kebenaran dan sebuah lembah bisa bertahan untuk jangka waktu yang lama tapi umur dari suatu kebohongan akan pendek seperti ekor marmot.” Ini berarti secara berangsur-angsur apakah sesuatu merupakan suatu kebenaran atau bukan akan terungkap dengan sendirinya.

Oleh karena itu, pertama-tama, jika anda mencoba untuk membuat prediksi melalui kewaskitaan, anda tidak akan berhasil.

Kedua, jika anda berpura-pura untuk mengungkap terma, hal itu juga akan menuju kegagalan. Ketiga, jika anda berpikir anda bisa memamerkan pertanda-pertanda dari pencapaian, anda akan gagal. Terlepas hal-hal tersebut, jika anda benar-benar ingin menemukan apakah status tulku anda otentik, maka terlepas apakah orang lain memanggil anda tulku atau tidak, yang terbaik adalah untuk tetap menjaga moralitas murni dalam keadaan kesederhanaan. Dengan demikian anda akan menjadi seorang tulku alami dan memperoleh penghormatan dari orang lain. Bahkan para makhluk surgawi akan memuja dan memberikan persembahan kepada anda. Sekalinya anda tidak memelihara etika murni dan ikrar-ikrar, tidak peduli seberapa pandai anda berbicara, tidak akan ada manfaat sama sekali. Tanpa menginternalisasi Dharma hanya melakukan kecerobohan adalah penyebab dari kemerosotan anda

Para tulku muda khususnya haruslah waspada terhadap hal-hal ini. Apakah keluhuran anda meningkat atau menurun ada di tangan anda. Itulah mengapa masing-masing dari kalian harus sangat berhati-hati. Siapakah yang akan menyeret anda ke alam-alam terendah? Bagi para lama, tulku, dan biksu, musuh anda yang sesungguhnya adalah para gadis muda karena mereka tentunya akan menggoda dan menyesatkan anda. Hal serupa bagi para biksuni yang akan disesatkan oleh para pria muda.

## 50 Peraturan Yang Harus Dijaga Antar Para Biksu dan Biksuni

Komunitas sangha di Larung Gar terdiri dari biksu dan biksuni, dan juga praktisi perumah tangga. Kini kita telah membentuk sebuah struktur disiplin yang baik dan seluruh sangha menjalani perilaku etika murni. Setiap orang harus menaati empat ikrar akar bersama dengan sila tidak meminum alkohol. Jika seseorang tidak mampu menjaga disiplin ini, mereka tidak akan diperbolehkan untuk tinggal di sini meskipun selama lima hari.

Secara khusus, para biksu dan biksuni harus berhati-hati dengan peraturan antar pria dan wanita. Saya pikir sangat baik agar masing-masing dari kalian merenungkan hal ini dengan teliti. Masing-masing dari kalian telah datang ke sini untuk mempraktikkan Dharma dengan harapan untuk menjaga moralitas murni, jadi jangan membiarkan diri kalian ditaklukkan oleh iblis perusak samaya. Saya telah mengingatkan kalian tentang ini dan meminta dengan tegas di masa lalu.

Ketika anda pertama kali melihat seseorang dari jenis kelamin yang berlawanan, anda harus berhati-hati, karena jika tidak anda bisa berharap untuk memiliki kontak fisik dengan orang tersebut. Hal ini akan dengan mudah mengarah ke tindakan-tindakan lain. Jika anda tidak menyadari proses ini sejak awal maka anda berangsur-angsur akan dikuasai oleh naluri. Inilah kenapa diperlukan agar peraturan antar biksu dan biksuni lebih mengikat daripada sebelumnya. Tolong jangan melanggar peraturan-peraturan ini karena jika anda melakukannya, tidak ada yang lebih mencelakai di dunia ini daripada tindakan-tindakan yang mengarah ke pencemaran Dharma yang suci. Tolong pikirkan ini kembali dengan cermat dan jika memang anda tidak mampu menjaga ikrar pentahbisan anda, maka tidak ada alasan untuk mencemari peraturan-peraturan yang ada di tempat suci ini. Lebih baik anda kembali ke desa anda sendiri.

# 51 Tindakan Yang Pantas Untuk Dilakukan

Dengan kita telah mendapatkan kelahiran manusia dan khususnya di lingkungan ini di mana kita mendapatkan diri kita sendiri dalam deretan para pengikut sang Buddha, yang disebut sebagai empat kategori dari Buddhis, dan juga diantara mereka yang menjunjung tinggi ikrar-ikrar dan ajaran-ajaran dari Sang Buddha, tindakan benar menjadi lebih penting. Sekalinya anda telah ditahbiskan atau sebagai seorang pengikut Buddha maka sebagaimana Buddha sendiri telah mengajarkan “mereka yang menyakiti makhluk lain tidak mencerminkan komunitas monastik”, setiap orang baik yang berstatus lebih tinggi atau rendah haruslah menghindari menyakiti atau mengambil kehidupan dari makhluk hidup apapun dari wujud tertinggi yaitu manusia hingga wujud terendah seperti serangga.

Berbicara secara umum, para penghuni di institut kita haruslah menyambut dan mengakomodir para biksu, biksuni, dan perumah tangga yang baru tiba. Ini adalah tradisi di institut

kita. Terlepas anda memberikan nasihat duniawi atau pembabaran Dharma, poin utamanya adalah memiliki niat murni untuk memberikan manfaat bagi makhluk lain. Jika seperti ini, tindakan-tindakan kalian akan membawa kemuliaan dan kemakmuran.

Ketika kita mengatakan bahwa seseorang adalah “seorang yang baik”, itu bukan berarti mereka haruslah cerdas atau heroik. Di tengah-tengah yang cerdas dan heroik, terdapat juga orang-orang yang negatif. Singkatnya jika seseorang memiliki hati yang baik dan ramah, maka dia adalah seorang yang baik. Itulah alasannya mengapa kita harus selalu memiliki niat baik dan perilaku yang sesuai. Apakah ciri-ciri dari memiliki hati yang ramah? Ini berarti mereka yang berdoa kepada Sang Triratna, membina keyakinan, dan berharap bahwa semua makhluk memiliki kebahagiaan yang sama seperti anda sendiri. Anda harus berusaha sebaik mungkin membina empat kualitas mulia ini dalam batin anda khususnya mengenai perilaku.

## 52 Bagaimana Menghindari Pertemanan Negatif

Di sini dalam pemukiman ini sangatlah penting untuk bergaul dengan teman-teman positif yang bermutu. Patrul Rinpoche pernah berkata, “Jika anda bergaul dengan teman-teman yang memiliki hasrat, kebencian dan delusi yang besar, ketiga racun batin anda akan bertambah dan anda akan menjadi seperti mereka.” Pada sisi lain, jika anda bergaul dengan teman-teman yang memiliki keyakinan dan welas asih, anda juga akan mengembangkan lebih banyak keyakinan dan welas asih. Oleh karena itu, hingga bodhisattva bhumi tingkat pertama tercapai, sangat penting untuk bergaul dengan teman yang tepat yang akan membantu membentuk anda dan membimbing anda ke arah yang ingin anda kejar.

Tidak peduli di mana anda tinggal, apakah di perkotaan atau daerah terpencil, yang terutama adalah untuk selalu menjaga jarak dengan teman-teman yang negatif. Sebagai seorang monastik, jika anda suka bergaul dengan pebisnis, ini mungkin

pertanda bahwa anda pada akhirnya akan menjadi terlibat dalam perbisnisan. Jika sebagai seorang monastik, anda bergaul dengan para filsuf maka anda akan menjadi filsuf atau cendekiawan. Jika anda bergaul dengan orang yang selalu bermeditasi, itu berarti anda akan menjadi seorang praktisi. Oleh karena itu, jika anda tertarik terhadap teman-teman yang negatif, hal itu menunjukkan bahwa anda memiliki kecenderungan terhadap hal-hal negatif.

Jika anda ingin menyelidiki apakah seseorang adalah orang yang baik atau buruk, anda dapat memastikannya dengan mengamati perilaku mereka. Jika orang tersebut selalu berada di sekitar pebisnis, pemalas, atau pencuri, maka dapat dipastikan bahwa dia juga seperti mereka, tidak jujur, atau seorang pencuri. Bukankah kita sudah sering mendengar tentang seorang biksu baik yang berangsur-angsur kehilangan ikrar-ikrar dan posisinya karena dia bergaul dalam pertemanan yang salah?

## 53 Cara Berhubungan Dengan Teman-Teman Yang Luhur

Walaupun anda tentunya telah berhubungan dengan teman-teman negatif sebelumnya, mulailah sekarang untuk bergaul hanya dengan teman-teman yang luhur. Mipham Rinpoche berkata, “Hentikan segala bentuk yang mengalihkan perhatian! Jika anda tidak dapat melakukannya maka setidaknya bergaullah dengan teman-teman mulia yang akan menginspirasi anda dengan cara yang positif. Hal ini akan menjadi obat mujarab untuk semua masalah-masalah anda.” Jika anda benar-benar tidak dapat menahan diri anda dari hal-hal yang mengalihkan perhatian, anda harus memilih teman-teman yang memiliki kualitas-kualitas luar biasa dan mereka akan berangsur-angsur menginspirasi anda untuk berubah seiring dengan anda menyerap kualitas-kualitas baik mereka.

Terlebih, adalah penting untuk mengembangkan welas asih terhadap semua makhluk hidup tanpa mendorong kebencian terhadap siapapun. Bahkan jika kita tidak dapat meninggalkan kebencian terhadap para musuh, setidaknya kita janganlah

pernah memiliki kebencian terhadap saudara-saudara seDharma yang akan menemani kita dengan dekat hingga mencapai pencerahan, seperti sumbu lampu dan cahayanya.

## 54 Tiga Pernyataan Kunci Yang Penting

Singkatnya, seperti yang saya nyatakan dalam Pemberitahuan Umum Mengenai Etika Buddhis, fondasi dari Buddhisme adalah menjaga moralitas murni, esensi dari Buddhisme adalah dengan tekun belajar, merenung, dan bermeditasi, dan buah dari Buddhisme adalah memberikan manfaat bagi para makhluk. Tidak ada aspek dalam Buddha Dharma yang tidak bisa dicakupkan ke dalam tiga poin tersebut. Bahkan jika semua Buddha berkumpul menjadi satu tidak ada hal lain di luar ini yang akan mereka ajarkan. Itulah mengapa kita harus menerapkan poin-poin ini terhadap praktik kita.

# IX

## KETIDAKLUHURAN DARI MERENGGUT KEHIDUPAN DAN KEBURUKAN DARI MEMAKAN DAGING

Dengarkan sekali lagi para teman lamaku!

Esensi dari keseluruhan 84.000 ajaran harta Dharma

Adalah mengembangkan keyakinan dan welas asih.

Kedua kualitas ini saja memiliki manfaat yang bernilai tinggi

## 55 Bagaimana Menghentikan Kebiasaan Negatif Yang Berasal Dari Kebudayaan

Jika karena kebencian, tindakan mengambil kehidupan makhluk lain terjadi maka hanya ada satu tempat yang bisa dituju dan tempat itu adalah alam neraka. Sebagian dari anda meyakini bahwa tanpa mengambil kehidupan, anda tidak akan mampu bertahan hidup. Hal itu tidaklah benar. Sebagai contoh, di Larung Gar terdapat sekitar 10.000 monastik secara rutin. Ketika kami berkumpul kami berjanji untuk menghindar dari memakan daging. Tanpa memakan daging, bukan saja kami mampu bertahan hidup namun kualitas makanan dan kepuasan kami bahkan menjadi lebih baik. Tidak ada seorangpun dari kami yang merasa akan mati tanpa memakan daging.

Dengan kebaikan hati dari para penderma dari seluruh penjuru, hari-hari belakangan di pemukiman ini pakaian dan makanan kami berlimpah, karena kami selalu memiliki yogurt dan makan

siang melimpah yang dipersembahkan di tiga bulan dari musim panas dan musim gugur.

## 56 Mengambil Kehidupan Makhluk Lain Adalah Gerbang Menuju Neraka

Sebagai praktisi dari Buddhisme Mahayana, kita harus mencoba yang terbaik untuk mengurangi kebiasaan mempersembahkan daging ke biara-biara karena hal ini secara langsung bertentangan dengan keyakinan Buddhis. Berkat kebaikan hati dari Patrul Rinpoche, kebiasaan ini telah dihentikan di Serthar, tapi tampaknya masih berlangsung di tempat lain.

Terlebih, saya diberitahu bahwa ketika mendirikan penopang untuk Dharma, seperti membuat rupang Buddha atau membangun stupa Buddha, ratusan yak atau domba disembelih demi dagingnya tanpa berpikir panjang. Jika hal ini benar maka ini adalah dengan sengaja menghancurkan ajaran dari Sang Buddha. Saya percaya tidak ada seorangpun dari kalian di sini yang akan melakukan hal seperti itu. Tindakan ini secara mutlak tidak dapat diterima.

Secara khusus anda jangan pernah mencoba untuk mencari nafkah dengan membunuh yak betina atau dri, karena kita semua memiliki hutang budi yang besar terhadap mereka. Para makhluk ini merasakan rasa sakit dan menderita sama seperti kita dan tentunya takut mati juga. Secara pasti mereka bukan musuh kita. Para makhluk yang baik ini telah memberikan kita susu dan bulu sepanjang hidup kita dan tidak pantas untuk disembelih.

Oleh karena itu, saya berulang-ulang mendorong para monastik dan orang-orang di semua kalangan masyarakat untuk berhenti menyakiti para makhluk, dan jangan pernah terlibat dalam penyembelihan hewan sebagai mata pencaharian. Jika penyembelihan diwajibkan oleh pemerintah, maka hal tersebut akan menjadi tak terhindarkan, tapi kasusnya tidak seperti itu. Tidak ada seorangpun yang akan mati jika mereka menahan diri dari membunuh. Jika anda benar-benar dalam situasi sulit, anda mungkin harus terpaksa menjual sesuatu tapi jangan pernah menjual banyak kepala dari hewan ternak demi keuntungan anda sendiri. Siapapun yang tidak menghentikan pembunuhan seperti ini akan mengalami malapetaka di kehidupan kini dan jatuh ke alam yang lebih rendah setelah meninggal.

## 57 Yak Betina Telah Menunjukkan Kebaikan Kepada Kita Lebih Besar Daripada Ibu Kita

Kalian semua harus menghentikan pembunuhan dan penyembelihan secara buta terhadap para *dri* tersebut yang telah berbaik hati seperti ibu kalian sendiri. Hewan-hewan ternak seharusnya tidak dijual untuk disembelih dan hewan-hewan liar seharusnya tidak dibunuh! Para hewan liar yang sekarang hidup di sekitar anda pernah menjadi orang tua dan kerabat anda di kehidupan-kehidupan lalu dan tidak mampu mendapatkan kehidupan manusia sehingga mereka terlahir sebagai para hewan di sini karena kita. Oleh karena itu sangatlah penting agar anda berhenti menyembelih dan memburu.

Saya berulang-ulang memohon kepada anda tiga kali lagi untuk berhenti membunuh dan berburu. Ini adalah demi kebaikan anda sendiri, bukan saya. Saya tidak tahu apakah bermakna bagi seseorang yang membunuh hewan dan memburu hewan liar untuk duduk di sini dalam persamuan Buddhis ini.

Di Serthar, sebagai contoh, banyak orang yang hidup sebagai nomaden. Sebagai nomaden, jika anda mengakhiri hidup dari semua hewan-hewan anda, bagaimana anda akan hidup? Hewan-hewan ternak inilah yang memberi kita makan sepanjang hidup kita. Keberlangsungan hidup kita tergantung terhadap para hewan yang baik hati ini. Dewasa ini, para hewan yang baik ini dijual untuk disembelih karena pemiliknya berpikir dia akan mendapatkan lebih banyak uang untuk sebagai investasi. Investasi seperti itu tidaklah terjamin dan anda mungkin berakhir dengan memikul tas mengemis dan sebuah papan yang bertuliskan permintaan tolong. Sebuah hasil yang menyedihkan! Tanpa uang sama sekali, bagaimana anda bisa membuat investasi yang sukses?

Tahun lalu dan tahun sebelumnya, saya terkejut saat mengetahui bahwa ratusan dan ribuan hewan disembelih setiap beberapa hari sekali dan darah yang mereka tumpahkan mengalir seperti sungai. Hari ini situasinya agak membaik mungkin karena daging tidak semahal sebelumnya. Saya harap memang demikian.

## 58 Apakah Sumber Kebahagiaan di Kehidupan Kini dan Kehidupan Mendatang?

Di tanah Tibet, di mana Buddha Dharma bersemi, objek yang dihandalkan dan dipercaya adalah Sang Triratna. Jika anda dengan penuh pengabdian bertumpu kepada Sang Triratna maka anda akan bahagia di kehidupan kini dan di semua kehidupan-kehidupan mendatang. Oleh karena itu, sejak saat ini, anda janganlah menjual hewan-hewan untuk disembelih atau memburu hewan-hewan liar, dan kita semua harus dengan tulus menginginkan kesejahteraan dan kebahagiaan bagi mereka.

Tahun kemarin, saya tidak sampai hati untuk melihat orang-orang melakukan pembunuhan terhadap hewan dan memakan daging. Saya pikir bahwa jika orang-orang di Serthar dan sekitarnya terus melakukan kekeliruan seperti itu maka ini akan menyebabkan banyaknya orang yang mati karena kelaparan

atau penyakit. Saya tidak tega dan berdoa sepenuh hati kepada Bodhisattva Ksitigarbha dengan penuh konsentrasi.

**X**

**MANFAAT DARI MENGUMPULKAN  
JASA PAHALA DAN MENYELAMATKAN  
KEHIDUPAN**

Semua kekayaan yang terkumpulkan tidak memiliki esensi bagai pelangi di musim panas.

Jika ada kemelekatan, ini menyebabkan terlahir ulang di alam rendah.

Jika dibagikan, tidak akan terkuras melainkan semua harapan akan timbul.

Oleh karena itu, sempurnakanlah akumulasi dengan membuat persembahan terhadap objek pengabdian

Dan menunjukkan kemurahan hati kepada makhluk lain.

## 59 Manfaat dari Melepaskan Hewan Yang Akan Disembelih

Akhir-akhir ini, banyak orang telah berkomitmen untuk tidak membunuh hewan selama tiga tahun. Keluhuran seperti itu sungguh tak terbayangkan! Kalian semua adalah orang-orang yang baik dan telah membuat keputusan tepat! Sekitar empat atau lima tahun yang lalu, saya mendapatkan mimpi tentang Thubga Yizhin Norbu<sup>1</sup> dimana beliau menjelaskan manfaat dari pelepasan kehidupan yang saya lakukan dan memberikan kata-kata pujian. Kata-kata beliau tentunya telah diberkahi oleh para bodhisattva karena sesudahnya, ketika saya menyampaikan kata-kata beliau ke khalayak ramai, para tulku dan khenpo menjadi gembira dan makna penting dari pesan beliau meresap ke dalam mereka seperti nektar. Mereka semua memutuskan untuk berkomitmen terhadap praktik pelepasan hewan. Pada tahun ini saja, Khenpo Tsultrim Lodro telah melepaskan lebih dari 100 juta ikan besar dan kecil, yang semuanya berukuran lebih daripada jarak antara jempol dan telunjuk. Dan dalam beberapa tahun terakhir, beliau telah melepaskan ratusan juta ikan. Jika

---

<sup>1</sup> *Thub dga' yid bzhin nor bu*

aktifitas seperti ini dapat berlanjut untuk bertahun-tahun mendatang, jutaan kehidupan akan terselamatkan. Kalian semua harus mencontoh aktifitas ini, bukan hanya Khenpo Tsultrim Lodrö. Diantara semua kebajikan luhur relatif, menyelamatkan kehidupan makhluk lain adalah sangat penting maka setiap orang tolong perhatikan ini baik-baik dan lakukan pelepasan kehidupan sebanyak mungkin.

## 60 Manfaat dari Roda Doa

Uang yang anda keluarkan untuk membeli sebuah roda doa akan menuai kebajikan luhur tanpa batas yang tidak akan habis. Itulah mengapa pembelian roda doa bukanlah sebuah tindakan sepele. Dana yang digunakan untuk membuat roda doa berasal dari sumber yang murni dan seluruh persamuan sangha telah memberkati roda-roda doa tersebut. Uang yang anda keluarkan untuk membeli sebuah roda doa pada gilirannya akan digunakan untuk membuat lebih banyak lagi roda-roda doa. Oleh karena itu, tindakan tersebut adalah suatu cara yang terjangkau dan sangat praktis untuk mengumpulkan jasa pahala yang besar. Maka dari itu, setiap orang silahkan pergi untuk mendapatkannya dan putarkan dengan rajin!

Hindari memutar roda doa yang tidak dipegang dengan tegak lurus atau meninggalkannya di ranjang atau melangkahnya. Selalu simpan di tempat yang bersih. Roda-roda doa ini sebenarnya adalah Bodhisattva Avalokiteshvara sendiri, tolong ingat ini baik-baik dalam hati anda.

# 61 Manfaat dari Melafalkan Praktik Harian

Kita yang merupakan para praktisi Kesempurnaan Agung, akan sangat bermanfaat untuk memiliki tantra *Pewaris Tunggal Doktrin* yang ditulis menggunakan emas. Jika anda tidak bisa, maka usahakan untuk membawa buku kecil seukuran empat ruas jari ini setiap saat dekat dengan tubuh anda hingga anda meninggal. Setelah anda meninggal, bakarlah buku kecil ini bersamaan dengan tubuh anda. Jika anda bahkan tidak memiliki waktu untuk melafalkan doa-doa lain anda setidaknya harus melafalkan tantra ini. Tantra ini adalah sebuah doktrin yang mutlak mendalam dan tidak akan dilampaui oleh yang manapun bahkan jika anda mencari di seantero alam murni para dakini. Tidak mungkin menemukan apapun yang lebih baik dari ini!

Belakangan ini di Larung Gar, tampaknya kebanyakan orang menggenggam mala di tangan mereka. Saya tidak dapat mengakui sepenuhnya bahwa itu adalah hasil usaha saya namun banyak orang mengatakan bahwa hal ini merupakan salah satu

warisan saya. Hanya dengan menggenggam mala menunjukkan bahwa anda adalah seorang pengikut dari Bodhisattva Avalokiteshvara. Bukankah Patrul Rinpoche pernah berkata, "Avalokiteshvara adalah salah satu makhluk suci yang mencakup semua Buddha. Mantra mani enam aksara adalah satu-satunya mantra yang mencakup semua mantra. Bodhicitta adalah satu-satunya praktik yang mencakup semua praktik dari tahap pembangunan dan penyelesaian. Dengan mengetahui hal ini, seseorang bisa mencapai pembebasan penuh. Maka lafalkanlah mantra enam aksara ini!" Pernahkan anda mendengar itu sebelumnya? Lafalkan *mantra mani*! Lafalkan *mantra mani*!

Tanah Bersalju, Tibet, adalah lahan yang akan dijinakkan oleh Avalokiteshvara. Jika anda tidak dapat melakukan hal lain, setidaknya anda harus melafalkan mantra beliau dengan sebuah mala di tangan anda. Jikalau tidak, anda bisa melafalkan mantra Vajrasattva, Manjushri, atau Guru Rinpoche. Tidak ada bedanya. Semua makhluk suci memiliki esensi yang sama. Meraih kebajikan luhur dengan cara seperti ini adalah universal dan tidak ada seorangpun yang bisa mengatakan bahwa mereka tidak mampu untuk melakukan Dharma pada tingkatan ini. Jika mereka berkata bahwa mereka masih tidak tahu bagaimana cara mempraktikkan Dharma maka hal tersebut tidaklah benar!

## 62 Manfaat dari Mempersembahkan Lampu Minyak

Manfaat dari mempersembahkan lampu minyak tidaklah terbayangkan dan tindakan ini merupakan raja dari segala persembahan. Secara khusus, melalui kesalingtergantungan dari cahaya yang memancar dari lampu minyak ke seluruh penjuru, akar dari semua racun batin, kebodohan batin, dihalau dari arus batin.

Tidak ada yang lebih baik daripada membuat persembahan lampu minyak untuk menghalau kebodohan batin. Di masa lalu, para guru agung dari silsilah Kadampa seperti Geshe Potowa, Chan Ngawa, dan Phu Chungwa, serta para pengikut mereka selalu menyediakan persembahan air dan lampu minyak di hadapan gambar-gambar Sang Buddha yang diletakkan di bagian kepala dari ranjang mereka.

Sebagai tambahan, seorang wanita pengemis, Nanda Nyengamo mempersembahkan sebuah lampu di hadapan sang Buddha

dan membuat aspirasi, “Di kehidupan kini saya dirundung kemiskinan! Hari ini dengan kebajikan luhur dari persembahan lampu minyak sederhana ini yang dipersembahkan kepada sang Buddha, di kehidupan mendatang semoga saya terlahirkan dengan lampu kebijaksanaan dan memiliki kapasitas untuk memurnikan kebodohan dalam batin semua makhluk.” Setelah membuat aspirasi ini, dia pergi. Malam itu, semua lampu minyak yang lain pada akhirnya habis terbakar namun lampu kecil dia tetap menyala hingga fajar tiba. Ini adalah sebuah contoh tentang manfaat yang didapatkan dari persembahan lampu minyak.

# XI

**NASIHAT UNTUK MEMELIHARA  
KEBUDAYAAN TEMPAT ANDA  
DILAHIRKAN DAN MENGHARGAI  
BAHASA IBU**

Jangan bias terhadap ajaran yang berbeda-beda,

Hal tersebut akan menjadi perbuatan buruk meninggalkan Dharma dan akan membawa kehancuran terhadap diri anda sendiri dan makhluk lain.

Teguh terhadap makhluk suci yang terkoneksi karma dengan anda  
"Binalah pandangan murni terhadap semua sistem filosofi"  
adalah nasihat hatiku padamu.

## 63 Membina Kebiasaan Baik

### Mengenai Warisan Budaya

### Sendiri

Tolong jangan berhenti memakai pakaian Tibet dan hiasan-hiasan dan jangan merubah budaya Tibet kita - artinya bagaimana anda memakai benda-benda seperti topi, chuba, dan alas kaki. Belakangan ini banyak orang memakai pakaian bergaya Cina modern. Pakaian ini terbuat dari kulit dan sangatlah mahal. Sulit untuk mengetahui apakah kulit tersebut asli namun kulit tersebut mirip karet yang dicat atau plastik. Pakaian seperti itu tidak akan membuat anda tetap hangat di musim dingin dan juga tidak nyaman untuk dilihat.

Banyak yang tertarik terhadap gaya modern ini dan sedikit yang masih ingin terlibat berwibawa dan memelihara gaya hidup tradisional. Adalah baik bagi para orang Tibet untuk memakai pakaian Tibet. Di sini di komunitas Larung yang besar, kita memiliki empat bagian praktisi Dharma. Dari waktu ke waktu kita harus memeriksa setiap bagian dan melihat jika telah terjadi

perubahan dalam cara berpakaian dan pemakaian aksesoris. Jika seseorang memakai sebuah kaos yang unik, maka hari berikutnya banyak orang yang akan menirunya. Sesungguhnya terdapat aturan-aturan mengenai pakaian. Mengenai monastik, tidak pantas bagi mereka untuk memakai jenis pakaian bagian atas yang berbeda-beda seperti kaos, sama seperti perumahan tangga tidak seharusnya memakai jubah monastik.

## 64 Pakaian dan Hiasan Tibet Yang Otentik

Berbicara secara umum, adalah penting bagi orang Tibet untuk memakai pakaian tradisional. Jika kita memakai pakaian yang diturunkan dari leluhur kita, kita mewarisi adat istiadat yang luar biasa dari jaman kuno yang merupakan sebuah tradisi mulia, dan ini adalah tindakan dari seorang bijak. Jikalau tidak, jika kita merubah pakaian dan bahasa kita, maka makhluk suci lokal, para dewa bumi dan yang lainnya akan tersinggung, dan mereka akan menciptakan kekacauan yang akan membawa penyakit, kelaparan, dan peperangan.

Secara fakta, tradisi khusus para orang Tibet berasal dari masa pemerintahan tiga raja, Songtsen Gampo, Trisong Deutsen, dan Ralpacan. Para orang Tibet telah secara meluas memegang tradisi seperti menggenggam mala, memutar roda doa di tangan mereka, melafalkan mantra *mani*, dan memakan tsampa sebagai makanan pokok mereka. Tsampa adalah sebuah makanan unik bergizi yang membuat tubuh terasa ringan dan membuatnya mudah untuk memanjat pegunungan. Biasanya, begitu melihat

orang menggenggam mala, orang lain akan bertanya, “Dari Tibet bagian mana anda berasal?” Bahkan walaupun anda tidak dapat mempraktikkan Dharma secara ekstensif, hanya dengan menggenggam mala, memutarakan roda doa, dan melafalkan mantra *mani* anda bisa dianggap sebagai seorang Buddhis Tibet yang otentik.

## 65 Bahasa dan Literatur adalah Daya Hidup dari Para Leluhur

Anda jangan pernah memandang rendah bahasa dan literatur Tibet. Beberapa orang Tibet yang berbicara bahasa Mandarin menganggap diri mereka sendiri pintar dan mereka bicara tanpa henti hanya dalam bahasa Mandarin. Mereka seharusnya tidak sebangga itu akan kemampuan mereka berbahasa Mandarin karena bahkan bahasa tersebut tidak otentik. Di masa sekarang ini, bahasa Mandarin telah disederhanakan agar mudah diterima oleh masyarakat luas, dan hampir tidak ada seorangpun yang fasih dalam bahasa Mandarin tradisional seratus tahun yang lalu yang sangat bernuansa. Struktur dari huruf-hurufnya telah dirubah, dan tumpukan sutra-sutra disimpan di lemari seolah-olah mereka adalah tumpukan kertas kosong. Di Tibet, sejak jaman Sang Raja Dharma Songtsen Gampo hingga sekarang, huruf Tibet tidak pernah dirobah sedikitpun, bahkan tidak satu aksara pun. Akan tetapi, katanya belakangan ini, orang-orang menambahkan tanda dibawah dan diatas huruf vokal di beberapa hasil cetakan. Perubahan seperti ini seharusnya juga dihindari.

## 66 Keistimewaan Khusus dari Aksara Tibet

Jika anda benar-benar ingin menyebarkan makna dari ajaran-ajaran Buddhis ke dalam bahasa Mandarin, pada dasarnya anda harus mempelajari puluhan ribu huruf. Tanpa menguasai huruf-huruf tersebut, dipastikan bahwa anda tidak akan mampu untuk membuat terjemahan yang baik. Sehingga para penerjemah yang mampu menterjemahkan harus mempelajari beberapa ribu huruf agar mampu mengerjakan pekerjaan mereka. Namun, mengenai bahasa Tibet, kita hanya memiliki empat huruf vokal dan tiga puluh huruf konsonan. Selama anda telah menguasai itu semua, anda bisa menggunakan bahasa Tibet untuk mengajarkan Buddha Dharma, memberikan ceramah dan berkomunikasi dengan cara apapun yang anda inginkan. Oleh karena itu tolong jangan merubah bahasa Tibet! Di atas segalanya, jangan lupakan bahasa Tibet!

## **XII**

**KOMITMEN UNTUK MEMBIMBING  
SEMUA MAKHLUK YANG MEMILIKI  
KONEKSI DENGAN SAYA MENUJU  
TANAH MURNI**

Sementara saya hidup, ada kebahagiaan dari memberikan manfaat terhadap doktrin dan para makhluk.

Ketika saya mati, akan ada kebahagiaan dari kepastian tiba di tanah murni.

Apapun yang saya lakukan, saya tetap dalam keadaan bahagia penuh keceriaan.

Ini adalah berkat kebaikan agung dari Jnanasattva Manjushri!

## 67 Manfaat dari Alam Yang Disebut Sukhavati atau Dewachen

Sekalinya kita telah menjaga etika murni dan mengumpulkan sedikit kebajikan luhur, kita kemudian harus mendedikasinya ke alam murni pilihan kita. Kecuali dalam beberapa pengecualian khusus, satu-satunya yang harus kita pilih adalah alam Barat Sukhavati. Paling mudah untuk terlahir ulang di Sukhavati dan manfaatnya sangatlah besar sehingga tidak ada alam lain yang menyamai alam ini.

Berkat kekuatan dari doa-doa dan tekad Buddha Amitabha, beliau telah dengan jelas menyatakan bahwa setiap orang mampu untuk terlahir ulang di alam ini kecuali bagi mereka yang telah melakukan lima kejahatan keji atau meninggalkan Dharma. Itulah mengapa kita harus berhati-hati dan mawas diri untuk tidak meninggalkan Dharma. Namun, saya tidak begitu kuatir bahkan karma seperti ini bisa menghalangi jalur untuk terlahir ulang di Sukhavati. Kita telah mempelajari dan mempraktikkan

Dharma, ketika kita melakukan pengakuan dan memurnikan kesalahan-kesalahan kita dengan tulus, maka kita pasti akan menghapus karma dari meninggalkan Dharma. Bagi sebagian besar dari kita, kita tidak akan mengumpulkan karma dari lima kejahatan keji. Oleh karena itu, setiap orang harus memiliki keyakinan yang kuat dan mendambakan untuk terlahir ulang di alam murni Sukhavati.

## 68 Objek dari Tekad Kita

Pada awalnya, ketika saya membuat aspirasi yang kuat di depan Bodhisattva Manjushri di Gunung Wutai di Cina, aspirasi tertinggi saya adalah untuk membimbing semua makhluk di seluruh dunia menuju ke jalur yang membawa pembebasan. Aspirasi menengah saya adalah untuk membimbing sebanyak mungkin orang di negara ini menuju jalur pembebasan, dan yang terendah adalah untuk setidaknya membawa sebagian besar dari orang-orang di tanah bersalju Tibet menuju jalur pembebasan.

Sesudahnya, bukan saja orang-orang Tibet, tapi banyak orang Cina dan juga orang dari negara-negara lain yang memperoleh keyakinan yang tulus terhadap saya. Ini adalah benar-benar karena berkah dan aspirasi dari Manjushri. Harapan saya adalah setiap orang yang melihat, mendengar, mengingat, atau menyentuh saya bisa terlahir ulang di Sukhavati. Bahkan jika hal itu tidak terjadi, saya berharap sebagian besar dari mereka akan pasti terlahir ulang di Dewachen. Saya selalu mengingat ini dan berdoa seperti ini dalam praktik harian saya. Ini juga baik untuk anda lakukan.

Sebagian orang beraspirasi untuk terlahir di Surga Tushita, Gunung Berwarna Tembaga Yang Penuh Berkah, Tanah Murni Abhirati, atau Gunung Potala. Terkadang-kadang memanjatkan doa untuk terlahir di salah satu dari alam-alam ini kemungkinan tidak akan berguna di saat kematian tiba. Di saat itu, ketika batin tampaknya seperti dikepung oleh guntur yang keras dan badai petir dan tidak ada stabilitas untuk mengarahkan batin dengan selaras, hanya memanggil nama Guru Rinpoche, kemudian Tara, lalu sang guru, kemudian Sang Triratna seperti orang gila yang sedang meracau, tidak akan memberikan fokus yang kuat. Disaat kematian akan ada rasa takut yang amat sangat. Itulah kenapa membuat aspirasi dan berdoa seperti ini disebut sebagai pelatihan untuk terlahir ulang di alam murni. Alam murni ini tidak membutuhkan kekuatan purifikasi dari kita sendiri karena Buddha Amitabha telah mempersiapkan semuanya bagi kita.

Untuk terlahir di sana sama seperti seorang anak yang kembali ke rumahnya, karena hal ini tidak begitu sulit, setiap orang harus fokus untuk terlahir ulang di sana tanpa teralihkan perhatiannya.

## 69 Janji Untuk Membimbing Para Makhluk Menuju Alam Murni

Baik Padmasambhava maupun Mipham Rinpoche berkata bahwa saya akan mampu untuk memberikan manfaat sebesar-besarnya bagi para makhluk dan melalui koneksi mereka dengan saya mereka akan terlahir ulang di alam murni. Secara khusus, lebih dari 200 tahun yang lalu, Guru Dodrupchen dengan jelas meramalkan tempat untuk Larung Gar akan berlokasi di dekat gunung suci bernama Ngala Tagtsei di lembah Lharung sebelah bawah. Dalam ramalannya beliau juga menyebutkan gunung suci bernama Damchan di lembang Lharung sebelah atas, dekat dewi dari para pohon, dan juga empat jenis sangha yang tinggal di sana bersama saya.

Sebagai tambahan, Lerab Lingpa juga mengatakan bahwa di tempat yang disebut Dzumed Cholhai, akan ada seseorang bernama Jigme Phuntsok. Ayahnya akan bernama Padma, ibunya Yumtso, dan beliau akan terlahir di tahun ayam. Tubuh, ucapan, dan batinnya akan memiliki banyak tanda-tanda pencerahan

dan beliau akan memutar roda Dharma yang memurnikan semua kekotoran dari masa degenerasi ke dalam ruang mendasar dan membimbing semua pengikut menuju alam murni.

Tidak mungkin ramalan mereka salah. Ramalan-ramalan ini diucapkan jauh sebelum saya dilahirkan karena jika ramalan tersebut diucapkan setelah kelahiran saya maka dimungkinkan untuk berpikir bahwa beberapa Lama mengatakan demikian hanya untuk membuat saya senang, sehingga menjadikan ramalan tersebut tidak otentik. Tidak demikian halnya. Bahkan sekarang ada prediksi-prediksi lain dan ini bukan semata-mata rekaan saya atau upaya untuk mempromosikan diri saya. Saya memberitahukan ini untuk menginspirasi kalian.

Oleh karena itu kalian semua boleh bergembira tentang hal ini dan berdoa untuk terlahir ulang di alam Sukhavati. Jika kalian semua yang berkumpul di sini membina keyakinan yang sejati dan menghindari pertengkaran atau pencurian, saya yakin kalian semua bisa terlahir di Sukhavati tanpa kecuali. Bahkan seseorang seperti diri saya, walaupun dekat dengan kematian, saya berusaha keras untuk mendukung kalian semua karena saya meyakini bahwa semua prediksi ini akan tepat dan bahwa usaha-usaha saya akan membawa manfaat besar bagi para makhluk.

Oleh karena itu, jika kalian bisa melafalkan nama Buddha Amitabha satu juta kali, anda akan terlahir ulang di Sukhavati segera setelah kalian meninggal. Saya membuat janji ini kepada kalian dengan para Buddha dan Bodhisattva sebagai saksi. Tidak ada keraguan bahwa ini akan menjadi kenyataan.

## **XIII**

**WASIAT TERAKHIR DARI AYAH-GURU**

**SATU-SATUNYA**

Perpisahan setelah pertemuan tidaklah terhindarkan karena tidak ada seorangpun yang dapat merubahnya.

Janganlah bersedih karena ini adalah sifat dari semua yang berpadu

Setelah kelahiran, akan ada kematian

Maka tolong kurangi kecerobohan, perilaku yang terkecoh, dan praktikkan Dharma yang mahamulia

# 70 Wasiat Terakhir Di Waktu Ajaran Terakhir Ketika Berlangsungnya Persamuan Sukhavati

Tolong jangan lupa memanjatkan doa untuk terlahir ulang di Sukhavati, selalu simpan ini di benak anda. Ini adalah nasihat saya yang pertama.

Kalian semua harus mawas diri jangan mengambil kehidupan para hewan. Usahakan yang terbaik dan jangan melupakan hal ini karena ini adalah nasihat yang kedua.

Kalian semua harus berusaha untuk membina hati yang ramah dan niat yang baik terhadap semua makhluk hidup tanpa mempedulikan posisi atau status mereka dalam hidup. Ini adalah nasihat yang ketiga.

Ketiga nasihat ini mencakup esensi dari seluruh Buddha Dharma.

Mungkin ini akan menjadi pertemuan kita yang terakhir. Saya harap dan berdoa kita akan bertemu lagi dan lagi di kehidupan kini. Mungkin saya sebentar lagi akan meninggalkan kehidupan ini dan kalian akan berkata bahwa saya akan kembali dan kalian akan mencari tulku saya bahkan sebelum empat puluh sembilan hari selesai. Tanpa memiliki waktu yang cukup untuk tumbuh dalam rahim selama sembilan bulan dan sepuluh hari, reinkarnasi saya mungkin sudah dikenali. Tapi, jika saya memiliki sedikit kendali, di saat ketika saya meninggalkan kehidupan ini, saya tentunya tidak akan kembali lagi ke dunia ini karena saya berharap untuk terlahir ulang dengan segera di alam murni Sukhavati. Begitu tiba di sana, saya akan menatap wajah Buddha Amitabha, mendengarkan ucapan tercerahkan beliau, dan beliau dengan lembut akan meletakkan tangan kanan beliau yang selembut kelopak teratai di mahkota saya. Saya akan menerima prediksi beliau untuk pencerahan dan akan menguasai kewaskitaan dan kesadaran kebijaksanaan. Kemudian, jika saya bisa memberikan manfaat bagi semua makhluk ketika saya kembali ke dunia ini, saya tidak akan lemah dan tidak berdaya seperti saya sekarang. Saya akan memiliki penguasaan atas jasa pahala yang seperti samudra sebagaimana yang disebutkan dalam *Raja dari Doa-Doa Aspirasi*, “Seiring dengan saya mengembara melalui seluruh kondisi dari

keberadaan samsara, semoga saya mengumpulkan jasa pahala dan kebijaksanaan yang tidak ada habisnya, sehingga menjadi gudang harta yang tidak pernah habis dari upaya berkualitas mulia dan ketajaman penilaian, samadhi, dan pembebasan!"

Setelah meraih penguasaan kebijaksanaan, upaya trampil, ketekunan, konsentrasi, kewaskitaan dan seterusnya, saya tidak akan pernah melupakan dunia ini dan khususnya Tanah Bersalju, Tibet. Secara khusus termunculkan dari welas asih yang agung, saya akan selalu mengingat wilayah Do-Kham bagian bawah ini, desa saya Serthar, dan klan Washul. Jika saya jatuh ke alam neraka, maka saya tidak akan memiliki kebebasan apapun. Tetapi selama saya mengambil kelahiran ulang di alam murni manapun, saya tidak akan pernah melupakan kalian semua yang berada di pemukiman ini dan di luarnya.

# 71 Wasiat Terakhir

Jangan kehilangan martabat anda sendiri dan jangan mengganggu batin makhluk lain!

Diterjemahkan oleh Light of Berotsana

Tashi Choling Agustus 2017 [dari bahasa Tibet]



Hanya Untuk Penggunaan Non-Komersial