
Mahamudra Upadesa

Dua Puluh Delapan
Gatha Kidung Vajra

*The Twenty Eight
Vajra Verse*

*Siddhacarya Tilopada
988–1069*

I bow to Vajra Dakini.
Sujud kepada Vajra Dakini.

1.

Naropa, mahamudra tak mungkin diajarkan,
Tetapi bakti terhadap Guru-mu dan
kesukaran-kesukaran yang engkau hadapi
Telah membuatmu teguh dalam menghadapi
penderitaan dan juga tanggap:
Resapkanlah dalam hatimu, murid-ku yang
layak.

Mahamudra cannot be taught, Naropa,
But your devotion to your teacher and
the hardships you've met
Have made you patient in suffering
and also wise:
Take this to heart, my worthy student.

2.

Misalnya, angkasa: Apa yang bergantung pada
apa?
Begitu pula, mahamudra: tak tergantung pada
apapun.
Tanpa mencoba mengendalikan. Biarkanlah
dan bersemayamlah dalam keadaan apa
adanya.
Lepaskan apapun yang membelenggu, dan
kebebasan tak akan lagi diragukan.

For instance, consider space: what
depends on what?
Likewise, mahamudra: it doesn't
depend on anything.
Don't control. Let go and rest
naturally.
Let what binds you let go and freedom
is not in doubt.

3.

Saat engkau menatap angkasa, penglihatan
berhenti.
Begitu pula, saat citta menatap citta,
Arus pemikiran berhenti, engkau akan
mengalami Penggugahan terdalam.

When you look into space, seeing
stops.
Likewise, when mind looks at mind,
The flow of thinking stops and you
come to the deepest awakening.

4.

Kabut muncul dari bumi dan lenyap di
angkasa
Tidak ke mana-mana, tidak pula menetap.
Begitu juga, meskipun pikiran-pikiran
muncul,
Saat engkau menatap citta-mu, awan-awan
pikiran lenyap.

Mists rise from the earth and vanish
into space.
They go nowhere, nor do they stay.
Likewise, though thoughts arise,
Whenever you see your mind, the
clouds of thinking clear.

5.

Angkasa tak terbatas oleh warna atau bentuk.
Tak mempunyai warna, hitam atau putih: tak pernah berubah.

Demikian pula, citta, dasarnya tak terbatas oleh warna atau bentuk.

Tak terpengaruh oleh tindakan baik maupun buruk.

Space is beyond color or shape.

It doesn't take on color, black or white: it doesn't change.

Likewise, your mind, in essence, is beyond color or shape.

It does not change because you do good or evil.

6.

Kegelapan selama seribu kalpa tak akan dapat meredupkan

Kecerahan dan kecermerlangan yang merupakan sifat dasar mentari.

Demikian pula, berkalka-kalpa masa samsara tak dapat meredupkan

Kejernihan murni yang merupakan sifat dasar citta.

The darkness of a thousand eons cannot dim

The brilliant radiance that is the essence of the sun.

Likewise, eons of samsara cannot dim

The sheer clarity that is the essence of your mind.

7.

Meskipun engkau katakan angkasa itu kosong, Engkau tak akan dapat menjelaskan bahwa angkasa itu "seperti ini."

Begitu pula, meskipun citta dikatakan sebagai kejernihan murni,

Tanpa ada apapun di situ: tetapi tetap tak akan dapat dikatakan "seperti ini."

Although you say space is empty,

You can't say that space is "like this".

Likewise, although mind is said to be sheer clarity,

There is nothing there: you can't say "it's like this".

8.

Karena itu, sifat dasar citta bagaikan angkasa: Mencakup semuanya, segala sesuatu yang dialami.

Thus, the nature of mind is inherently like space:

It includes everything you experience.

9.

Hentikan semua aktivitas fisik: duduk sewajarnya dengan rileks.

Tanpa berkata atau berbicara: biarkanlah suara sebagaimana adanya, tanpa makna, bagaikan gema.

Tanpa memikirkan apapun: amatilah apa yang dialami tanpa bentuk pikiran.

Stop all physical activity: sit naturally at ease.

Do not talk or speak: let sound be empty, like an echo.

Do not think about anything: look at experience beyond thought.

10.

Tubuhmu tak berinti, kosong bagaikan bambu.

Citta-mu melampaui konsep, terbuka bagaikan angkasa.

Biarkanlah tanpa terkendali dan bersemayamlah di sana.

Your body has no core, hollow like bamboo.

Your mind goes beyond thought, open like space.

Let go of control and rest right there.

11.

Citta tanpa proyeksi adalah mahamudra.

Latih, jalankan dan kembangkanlah ini, maka engkau akan mengalami Penggugahan terdalam.

Mind without projection is mahamudra.

Train and develop this and you will come to the deepest awakening.

12.

Engkau tak akan dapat melihat kejernihan murni mahamudra

Melalui kitab-kitab ajaran maupun menghayati berbagai filsafat atau sistem cara pandang,

Baik mantra-mantra, maupun paramita, Vinaya, sutra-sutra atau kumpulan ajaran lainnya.

You don't see mahamudra's sheer clarity

By means of classical texts or philosophical systems, Whether of the mantras, paramitas, Vinaya, sutras or other collections.

13.

Ambisi mengaburkan kejernihan murni, maka engkau tak dapat melihatnya.

Memikirkan tentang sila, mengaburkan tujuan sesungguhnya dalam menjalankannya.

Tanpa memikirkan apapun; lepaskanlah semua ambisi.

Biarkanlah apapun yang muncul mengendap dengan sendirinya, bagaikan menulis di atas air.

Tanpa penempatan, tanpa fokus, tanpa kehilangan poinnya –

Jangan tinggalkan komitmen ini: ini adalah cahaya dalam kegelapan.

Ambition clouds sheer clarity and you don't see it.

Thinking about precepts undermines the point of commitment.

Do not think about anything; let all ambition drop.

Let what arises settle by itself, like patterns in water.

No place, no focus, no missing the point –

Do not break this commitment: it is the light in the dark.

14.

Jika engkau bebas dari ambisi dan tak bersikukuh dengan paham apapun, Engkau akan dapat melihat semua yang diajarkan kitab-kitab ajaran.

Jika engkau membuka hati untuk ini, engkau akan terbebas dari penjara samsara.

Jika engkau bersemayam seperti ini, semua klesha dan kesalahpengertian musnah.

Inilah yang disebut "Pancaran Cahaya dari Ajaran."

When you are free from ambition and don't hold any position, You will see all that the scriptures teach.

When you open to this, you are free from samsara's prison.

When you settle in this, all evil and distortion burn up.

This is called "The Light of the Teaching".

15.

Mereka yang kecerdasannya terbatas tak akan tertarik dengan ini.

Arus samsara akan senantiasa menghempaskan dan melarutkan mereka.

Oh, betapa menyedihkan, mereka yang kecerdasannya terbatas –pergulatan mereka tiada hentinya.

Jangan menerima keberadaan dan pergulatan seperti ini, carilah pembebasan, andalkanlah seorang Guru yang terampil.

Ketika energi beliau memasuki hatimu, cittamu terbebaskan.

The foolish are not interested in this. The currents of samsara constantly carry them away.

Oh, how pitiable, the foolish – their struggles never end.

Don't accept these struggles, long for freedom, and rely on a skilled teacher.

When his (her) energy enters your heart, your mind is freed.

16.

Betapa bahagianya!

Cara samsara tak masuk akal: cara samsara adalah benih-benih penderitaan.

Mengikuti kebiasaan tak ada manfaatnya.

Fokuslah pada apa yang tepat dan benar.

Jika sudah melampaui semua keterpakuan, itulah agungnya cara pandang.

Jika sudah tanpa gangguan, itulah agungnya praktik.

Jika sudah tanpa tindak-tanduk atau usaha, itulah agungnya perilaku.

Keberhasilan akan muncul ketika engkau bebas dari harapan dan ketakutan.

What joy!

Samsaric ways are senseless: they are the seeds of suffering.

Conventional ways are pointless.

Focus on what is sound and true.

Majestic outlook is beyond all fixation.

Majestic practice is no distraction.

Majestic behavior is no action or effort.

The fruition is there when you are free from hope and fear.

17.

Di luar kerangka konsep, citta selalu bersifat jernih.

Di mana tiada marga, di situlah marga

Penggugahan dimulai.

Jika sudah tiada apapun yang harus dilakukan, engkau mengalami Penggugahan terdalam.

Beyond any frame of reference mind is naturally clear.

Where there is no path you begin the path of awakening.

Where there is nothing to work on you come to the deepest awakening.

18.

Oh! Lihatlah dengan seksama dunia pengalamanmu ini.

Tiada yang langgeng. Bagaikan mimpi, bagaikan sulap. Mimpi, sulapan, tak masuk akal.

Alamilah kepedihan ini dan lupakanlah urusan-urusan dunia.

Alas! Look carefully at this experience of the world.

Nothing lasts. It's like a dream, like magic.

The dream, the magic, makes no sense.

Experience this grief and forget the affairs of the world.

19.

Putuskanlah keterlibatan dengan negara atau keluarga,

Jalanilah sendirian di hutan atau pegunungan. Bersemayamlah, tanpa mempraktikkan apapun.

Jika engkau mencapai keadaan dimana sudah tiada apapun yang perlu dicapai, engkau merealisasi mahamudra.

Cut all ties of involvement with country or kin,

Practice alone in forest or mountain retreats.

Rest, not practicing anything.

When you come to nothing to come to, you come to mahamudra.

20.

Pohon dengan banyak cabang dan dedaunan.

Pangkaslah akarnya, maka puluhan ribu cabangnya akan layu.

Begitu pula, pangkaslah akar dari pikiran-pikiran, maka samsara akan berakhir.

A tree spreads its branches and leaves.

Cut the root and ten thousand branches wither.

Likewise, cut the root of mind and the leaves of samsara wither.

21.

Meskipun gelap ribuan kalpa.

Hilang seketika dengan secercah cahaya.

Demikian pula, satu ketika kejernihan murni, Menghilangkan kesalahpengertian, klesha dan kebingungan dari ribuan kalpa.

Though darkness gathers for a thousand eons.

A single light dispels it all.

Likewise, one moment of sheer clarity Dispels the ignorance, evil and confusion of a thousand eons.

22.

Betapa bahagianya!
 Dengan menggunakan intelek, tak akan
 mampu melihat melampaui intelek.
 Dengan bertindak, tak akan mengenal 'tanpa
 tindakan.'
 Jika engkau ingin tahu apa yang melampaui
 intelek dan tindakan,
 Pangkaslah pikiran pada akarnya dan
 bersemayamlah dalam kesadaran semata.

What joy!
 With the ways of the intellect you
 won't see beyond intellect.
 With the ways of action you won't
 know non-action.
 If you want to know what is beyond
 intellect and action,
 Cut your mind at its root and rest in
 naked awareness.

23.

Biarkanlah keruhnya pemikiran, mengendap
 dan menjadi jernih.
 Biarkanlah penampakan muncul dan berlalu
 dengan sendirinya.
 Tanpa ada yang perlu diubah, alam yang
 engkau alami menjadi mahamudra.
 Karena landasan pengalaman tak berawal,
 runtuhlah pola-pola kebiasaan dan
 penyimpangan-penyimpangan emosi.
 Bersemayamlah dalam ketiadaan awal, tanpa
 harapan atau memikirkan diri sendiri.
 Biarkanlah apapun yang timbul, muncul
 dengan sendirinya dan biarkanlah
 konseptualisasi mereda.

Let the cloudy waters of thinking
 settle and clear.
 Let appearances come and go on their
 own.
 With nothing to change, the world you
 experience becomes mahamudra.
 Because the basis of experience has
 no beginning, patterns and distortions
 fall away.
 Rest in no beginning, with no self-
 interest or expectation.
 Let what appears appear on its own
 and let conceptual ways subside.

24.

Yang teragung dari semua cara pandang
 adalah yang bebas dari semua konsep.
 Yang teragung dari semua praktik adalah yang
 luas dan dalam tanpa batas.
 Yang teragung dari semua perilaku adalah
 hati yang terbuka dan tidak memihak.
 Yang teragung dari semua hasil adalah hanya
 berada sewajarnya, bebas dari kekhawatiran.

The most majestic of outlooks is free
 of all reference.
 The most majestic of practices is vast
 and deep without limit.
 The most majestic of behaviors is
 open-minded and impartial.
 The most majestic of fruitions is
 natural being, free of concern.

25.

Pada mulanya, meditasi bagaikan sungai deras yang terjun melalui jurang yang curam. Pada tahap pertengahan bagaikan sungai Gangga dengan arus yang mengalir perlahan dan lancar. Pada tahap akhir, di sinilah dimana semua sungai bertemu, bagaikan ibu dan anak.

At first, practice is a river rushing through a gorge.
In the middle, it's the river Ganges, smooth and flowing.
In the end, it's where all rivers meet, mother and child.

26.

Ketika citta-mu tak begitu tajam dan tidak benar-benar bersemayam, Gunakanlah prana dan munculkanlah ketegaran kesadaran. Gunakanlah tatapan dan teknik-teknik untuk menambatkan citta Latihlah kesadaran hingga benar-benar bersemayam.

When your mind is less acute and does not truly rest,
Work the essentials of energy and bring out the vitality of awareness. Using gazes and techniques to take hold of mind
Train awareness until it does truly rest.

27.

Jika engkau menjalankan praktik karmamudra secara benar, akan muncullah sukha-shunya yang tak terpisahkan. Dengan keseimbangan upaya dan prajna, energi prana akan berkembang. Biarkanlah turun dengan perlahan, himpun, lalu naikkan kembali, Kembalikanlah pada tempatnya, biarkanlah meresap ke seluruh tubuhmu. Jika engkau bebas dari cengkeraman dambaan dan keinginan, muncullah kesadaran sukha-shunya yang tak terpisahkan.

When you practice with a sexual partner, empty bliss awareness arises. The balancing of method and wisdom transforms energy. Let it descend gently, collect it, draw it back up, Return it to its place, and let it saturate your body. When you are free from longing and desire, empty bliss awareness arises.

28.

Engkau akan berumur panjang, tak akan menua, dan akan bersinar bagaikan rembulan. Engkau akan memancarkan kesehatan, kebahagiaan dan kuat bagaikan singa. Engkau akan segera memperoleh banyak kebisaan, siddhi dan terbuka untuk siddhi tertinggi.

You will have a long life, you will not gray, and you will shine like the moon. You will radiate health and well-being and be as strong as a lion. You will quickly attain the ordinary abilities and open to the supreme one.

Agar upadesa ini, yang merupakan intisari
dari mahamudra,
Bersemayam dalam hati semua makhluk yang
layak mendapatkannya.

May these pith instructions, the
essentials of mahamudra,
Abide in the hearts of all worthy
beings.

Inilah instruksi-instruksi lisan Siddhacarya Tilopada kepada Naropada, dari Kasmir di tepi sungai Gangga. Naropa mengajarkan Dua Puluh Delapan Gatha Vajra ini kepada penerjemah Marpa. Marpa menyelesaikan terjemahannya di Pulahari, India Utara. Ken McLeod menerjemahkannya ke bahasa Inggris di Los Angeles, Amerika, berdasarkan berbagai ulasan dan terjemahan-terjemahan sebelumnya.

Diterjemahkan dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia oleh tim Potowa Center. Februari 2011.

These are siddhacharya Tilopa's oral pith instructions to the Kashmiri pandit, the wise and learned Naropa on the banks of the river Ganges. Naropa taught The Twenty-Eight Vajra Verses to the great interpreter Marpa. Marpa finalized his translation at Pulahari in the north of India. Ken McLeod translated this into English in Los Angeles in the United States, working from the efforts of previous translators and various commentaries.

Translated from English to Bahasa Indonesia by Potowa Center team. February 2011.