

“Kok Sama ya?”

Sebuah komitmen.

Nama komitmennya “*Kok sama ya?*” (*Just Like Me*). Saat berhubungan dengan orang lain, selalu ingatlah komitmen ini. Jadi sebelum kita buka mulut, ingat-ingat “*Kok sama ya?*” Ini komitmen yang luar biasa:

“Dia selalu mau benar, *kok sama ya?*”

“Dia *nge-bos-in* terus, *kok sama ya?*”

“Dia tak pernah mau *ngalah*, *kok sama ya?*”

“Dia maunya *happy*, *kok sama ya?*”

“Dia tak mau susah, *kok sama ya?*”

Itivuttaka: Sutta 17, 19, 23, 26, 27

Sutta 17: Dutiyasekhasuttam

Demikian telah saya dengar.
Ini dikatakan oleh Bhagava:

“Sehubungan dengan faktor eksternal, saya tidak melihat satu faktor tunggal pun yang begitu berguna selain pertemanan yang bermanfaat (*kalyanamittata*) bagi seorang bhikkhu yang sedang berlatih, yang belum mendapatkan intisari dari tujuan namun tetap teguh untuk terbebas dari belenggu.”

Sutta 19: Sanghasamaggisuttam

Demikian telah saya dengar. Ini dikatakan oleh Bhagava:

“Satu hal, yang jika ada di dunia, adanya demi kesejahteraan banyak orang, demi kebahagiaan banyak orang, demi kesejahteraan dan kebahagiaan banyak makhluk, baik manusia maupun dewa.”

“Apakah satu hal itu?
Keharmonisan dalam komunitas.

Jika komunitas harmonis, tiada percekocokan satu sama lain, tiada penindasan satu sama lain, tiada perkomplotan satu sama lain, tidak mengabaikan satu sama lain, maka mereka yang belum begitu yakin (terhadap ajaran) akan menjadi yakin, sementara mereka yang sudah yakin akan semakin yakin.”

Sutta 23: Ubho-attha suttam

Demikian telah saya dengar.
Ini dikatakan oleh Bhagava:

“Ada kualitas tunggal yang jika ditumbuhkembangkan dan dijalankan, akan menjamin diperolehnya kedua manfaat: manfaat di kehidupan ini dan manfaat di kehidupan mendatang. Apakah kualitas tunggal tersebut?

Kepedulian yang disertai upaya terampil. Inilah kualitas tunggal yang jika ditumbuhkembangkan dan dijalankan akan menjamin diperolehnya kedua manfaat: manfaat di kehidupan ini dan manfaat di kehidupan mendatang.”

Sutta 26: Danasamvibhaga suttam

Demikian telah saya dengar.
Ini dikatakan oleh Bhagava:

“Jika para makhluk tahu hasil (manfaat) dari kemurahan hati dan pemberian, sebagaimana saya mengetahuinya, mereka tak akan bersantap tanpa berbagi; noda mementingkan diri sendiri juga tak akan merongrong pikiran mereka. Meskipun jika itu adalah asupan terakhir yang ada, suapan terakhir yang ada, mereka tak akan menyantapnya tanpa berbagi jika ada orang yang membutuhkan pemberian mereka. Tetapi karena para makhluk tidak tahu hasil dari kemurahan hati dan pemberian, sebagaimana saya mengetahuinya, mereka bersantap tanpa berbagi. Noda mementingkan diri sendiri merongrong pikiran mereka.”

Sutta 27: Mettacetovimutti suttam

Demikian telah saya dengar. Ini dikatakan oleh Bhagava:

“Semua landasan dari tindakan bajik yang membawa pada kelahiran yang menyenangkan di masa mendatang tidaklah sebanding dengan 1/16 dari pikiran yang diliputi kehangatan hati (*metta*). Kehangatan hati bersinar, berkobar, berkilau – melampaui hal-hal tersebut.”

“Seperti halnya cahaya semua bintang tidaklah sebanding dengan 1/16 dari cahaya rembulan karena rembulan bersinar, berkobar, berkilau – melampaui hal-hal tersebut, begitu pula semua landasan dari tindakan bajik yang membawa pada kelahiran menyenangkan di masa mendatang tidaklah sebanding dengan 1/16 dari pikiran yang diliputi kehangatan hati (*metta*). Kehangatan hati bersinar, berkobar, berkilau – melampaui hal-hal tersebut.”

“Seperti saat bulan terakhir musim penghujan, di musim gugur, ketika langit cerah tak berawan, mentari yang terbit di langit menerangi angkasa yang diliputi kegelapan – bersinar, berkobar, berkilau, walaupun demikian, semua landasan dari tindakan bajik yang membawa pada kelahiran menyenangkan di masa mendatang tidaklah sebanding dengan 1/16 dari pikiran yang diliputi kehangatan hati (*metta*). Kehangatan hati bersinar, berkobar, berkilau – melampaui hal-hal tersebut.”

“Seperti saat kegelapan fajar, mentari pagi bersinar, berkobar, berkilau, walaupun demikian, semua landasan dari tindakan bajik yang membawa pada kelahiran menyenangkan di masa mendatang tidaklah sebanding dengan 1/16 dari pikiran yang diliputi kehangatan hati (*metta*). Kehangatan hati bersinar, berkobar, berkilau – melampaui hal-hal tersebut.”

Ketika seseorang menumbuhkembangkan kehangatan hati tanpa batas dengan penuh *sati*, belenggu-belenggu akan usang, karena akhir dari kepemilikan telah terlihat.

Jika dengan *citta* yang tak terintangi, engkau memancarkan kehangatan hati (*metta*) terhadap satu makhluk pun, engkau akan menjadi terampil atas tindakan tersebut.

Tapi, seorang Ariya yang mempunyai *citta* penuh welas asih (*karuna*) terhadap semua makhluk, potensi-potensi positifnya berlimpah.

Para penguasa visioner menaklukkan bumi yang dipenuhi para makhluk, melakukan kurban: kurban kuda, kurban manusia, upacara air, ritual *soma*, bahkan 'Yang Terintangi,' tetapi (hasil-hasil tersebut) bahkan tidak sebanding dengan 1/16 dari *citta* yang penuh kehangatan hati, seperti halnya cahaya dari semua gugus bintang-bintang bahkan tidak sebanding dengan 1/16 dari cahaya rembulan.

*Siapa pun yang tidak membunuh atau tidak menyebabkan orang lain membunuh,
tidak menguasai, atau membuat orang lain menguasai,
dengan kehangatan hati kepada semua makhluk,
tiada permusuhan dengan siapa pun sama sekali.*

Koleksi Itivuttaka berisi 112 kisah ajaran singkat, yang terutama ditujukan kepada Upasika Khujjuttara. Khujjuttara adalah pelayan Ratu Samavati, istri Raja Udena dari Kosambi. Karena Ratu tak dapat meninggalkan istana untuk mendengar pembabaran Dharma oleh Buddha, Khujjuttara diminta untuk pergi mendengarnya dan mengulang apa yang didengarnya kepada Ratu dan para penggiring wanita di istana. Karena upaya-upayanya, Buddha menyebut Khujjuttara sebagai “yang terkemuka di antara para Upasika dalam hal pembelajaran.”

Khujjuttara juga adalah guru yang berhasil. Di kemudian hari ketika ruangan-ruangan di istana terbakar dan Ratu beserta para penggiringnya meninggal, Buddha mengatakan bahwa semua murid wanita tersebut paling tidak merealisasi tahap Sotapati (Pemasuk Arus).

Buddhadharma hendaknya tidak diajarkan sebagai indoktrinasi, karena ini justru bertentangan dengan maksud Buddha. Tujuan Buddha adalah agar kita selalu awas, terampil, memiliki perhatian yang tajam, mengerti, mengalami realita sebagaimana adanya, dan berdasarkan itu kita lebih mampu menghadapi situasi. Jika kita menerima ajaran Buddha semata-mata sebagai suatu sistem kepercayaan, itu sangat disayangkan. Buddhadharma adalah suatu *praxis*, artinya suatu pembelajaran (*lesson*) atau suatu keterampilan (*skill*) yang manfaatnya untuk digunakan. *Praxis* tidak saja mencakup pengetahuan, tapi juga keterampilan yang digunakan atau diterapkan, dengan kata lain adanya pengetahuan adalah untuk diterapkan atau digunakan.

Semakin kita tahu tentang hidup ini, semakin kita lebih peka terhadap banyak hal, maka kita akan semakin tahu apa yang perlu dilakukan. Misalnya setelah kita bersama-sama berkumpul selama lebih kurang 10-15 tahun, sekarang mestinya kita tahu lebih banyak, bukankah begitu? Buddha menggunakan kata *shiksa*, tepatnya *tri-shiksa* atau *tri-adhi-shiksa* (*sila, samadhi dan prajna*). *Shiksa* artinya *training*, bukan *teaching*.

Teaching berkonotasi ‘begitu diajarkan, lalu selesai,’ sedangkan *training* – selalu berkelanjutan dan tumbuh. Semakin kita tidak memisahkan antara apa yang kita ketahui sehari-hari dengan apa yang kita pelajari, maka kita ‘menggunakan’ Dharma secara maksimal.

Jika kita hanya sekedar tahu – begitu ada masalah, kita baru mencari tahu, baru ingat Dharma. Ini mungkin membantu, tapi tidak begitu efisien dibandingkan jika kita benar-benar mengerti dan mengetahui sepenuhnya dalam hati. Jadi pendidikan itu sangat penting dalam Buddhadharma, bahkan gelar Buddha adalah *sathadevamanussanam* (Guru para dewa dan manusia). Guru di sini sebagai pendidik, bukan pengajar.

Om Salim bertanya, “Mengapa kalian datang untuk mengikuti diskusi hari ini?” Ada yang menjawab, “Untuk mengulang ajaran, memperdalam pengertian agar pengertian saya lebih pas karena di sini teman-teman berbagi pengalamannya.” Itu alasan yang cukup bagus, tapi sebenarnya ada alasan yang lebih mendasar.

Misalnya kamu diminta memilih dua jam ke depan apakah mau ikut diskusi atau di rumah saja. Alasan yang lebih mendasar adalah karena kalian merasa dua jam ikut diskusi ini penting.

Ini adalah *praxis* dalam arti kata: **“beranilah dalam dua jam ini, kamu melakukan diskusi bukan hanya untuk dirimu, tapi karena kepedulian pada orang lain?”**

Kesempatan kita melakukan sesuatu buat orang lain agak terbatas, dalam arti ketika kita mau melakukan sesuatu untuk orang lain, seringkali masih ada embel-embel: “Apa untungnya buat saya?” Dengan datang ikut diskusi, manifestasinya adalah kalian menjadi orang yang lebih terampil dan percaya diri.

Begitu juga misalnya menerjemahkan buku. Dengan segala kesibukan yang ada, kalian masih meluangkan waktu untuk menerjemahkan. Saya tidak begitu mempersoalkan hasilnya tapi dengan menerjemahkan buku, kalian bukan melakukannya untuk dirimu, tapi untuk orang lain. Latihan seperti ini sukar sekali karena biasanya kita melakukan sesuatu untuk diri sendiri. Jika kita sendiri nantinya juga mendapatkan manfaat, itu akan datang dengan sendirinya. Ketika kita melakukan sesuatu demi orang lain, sedikit demi sedikit kita mulai mengikis batas antara kita dengan orang lain. Semakin terkikis, batas ini semakin hilang dan kita semakin berani mengambil keputusan dalam hidup ini secara sadar di mana benar-benar sudah kita pikirkan konsekuensinya.

Perkembangan di bidang *neuroscience* membuktikan bahwa semakin kita tidak mementingkan diri sendiri (*self-centered*), maka struktur otak secara fisik juga berubah. Penelitian oleh Prof. Richard Davidson dan para pakar lainnya membuktikan bahwa dengan banyak pikiran negatif, misalnya kesombongan dalam hati, sikap tidak peduli pada orang lain, selalu merasa paling benar – akan memicu hormon kortisol yang menyebabkan kita depresi dan tak bisa berkonsentrasi. Tidak hanya sel-sel otak, bahkan gen (DNA) yang terbawa sejak lahir pun sekarang terbukti bisa *switch* ON dan OFF, dan itu ternyata tergantung dari pikiran kita. Juga ada uji coba yang dilakukan terhadap bayi hingga mereka tumbuh mencapai usia 18 tahun.

Bayi yang mendapat kasih sayang, nantinya hidup mereka lebih bahagia dibandingkan dengan bayi yang dibesarkan oleh orang tua yang stres. Uji coba juga dilakukan terhadap orang yang mampu mengatur diri (*self-regulating*), misalnya berpikir dulu sebelum bertindak. Dalam penelitian tersebut, para subjek diberi permen. Mereka juga diberitahu bila mereka bisa menunggu selama 5 menit baru makan permen tersebut, maka mereka akan diberi permen lagi. Ternyata, sebagian tidak bisa menunggu, baru dua menit saja sudah ada yang langsung memakan permennya. Efeknya ketika tumbuh dewasa, orang-orang yang tidak bisa mengatur diri ini, hidupnya porak-poranda.

Di lingkungan Potowa Center, misalnya. Meskipun kalian sudah bersama-sama cukup lama, tapi ada kalanya kalian merasa tersakiti, merasa diabaikan tapi itu sebenarnya adalah pikiran kalian sendiri. Mungkin ada yang berpikir, “Datang diskusi tidak ada manfaatnya, lebih baik saya tidur.” Sebetulnya, kesempatan berdiskusi seperti ini langka sekali. Komunitas seperti ini adalah lingkungan yang ‘aman’ untuk berlatih. ‘Aman’ dalam arti meskipun kadang ada perbedaan pendapat, ada pikiran negatif terhadap orang tertentu tapi saya rasa tidak ada yang SECARA SENGAJA ingin menyakiti.

Dengan belajar dan berkumpul bersama-sama, lama-kelamaan kalian menjadi tambah pandai dan lebih terampil. Kalian tahu bahwa kegersangan hati timbul karena merasa ‘*insecure*’ (tidak aman). Makanya kita perlu mengedukasi diri sendiri.

Tanya: “Bagaimana cara menghilangkan batasan-batasan, misalnya saya masih membeda-bedakan apakah suatu tindakan itu profesional atau spiritual?” Jawab: Sebetulnya tidak ada batasan (*boundary*). Batasan itu ada karena kita ingin orang lain atau sesuatu berjalan sesuai dengan cara kita. Dua hal ini perlu ditumbuhkembangkan, yaitu: *samadhi* (fokus, terintegrasi) dan *appamada* (peduli). Semakin kita fokus, awas, tidak tegang tapi menguasai lapangan ditambah landasan kebaikan hati dan kepedulian maka batasan-batasan itu akan hilang. **Menyantap makanan sehari-hari bisa menjadi spiritual, membesarkan anak juga bisa menjadi spiritual.** Mengatur retreat bisa menjadi spiritual tapi juga butuh keterampilan. Saya tidak bisa menjawab mana tindakan yang profesional, mana yang spiritual. Misalnya, bincang-bincang seperti ini apakah profesional atau spiritual?

Buddha mengatakan bahwa tindakan kitalah yang membentuk/menciptakan alam kita. Oleh sebab itu, berhati-hatilah dengan tindakanmu karena itu menciptakan alammu. Jadi semakin kamu bisa mengalami apa adanya, semakin kamu bisa membuat keputusan. Om bertanya: **Urusan di kantor dengan karyawan atau pegawai, itu profesional atau spiritual?** Mulainya mungkin dua-duanya, tapi kalau bisa hanya ada satu. Semakin kita peduli, keputusan kita semakin baik, dan kadang-kadang keputusannya di luar kotak.

Tanya: “Selama bertahun-tahun belajar, saya merasakan ada kemajuan, misalnya, dulu saya sering melabrak orang dan merasa puas. Tapi sekarang kita menjadi lebih sungkan. Ada saat-saat di mana kita bisa memaafkan dan *letting go*, tapi juga ada masa di mana hati ini sakit sekali, tidak bisa menerima dan tidak bisa memaafkan. Kita tahu ini tidak membantu, tapi tidak bisa apa-apa. Sakit hati ini kita bawa ke mana-mana dan itu sangat menyakitkan. Bagaimana agar saya bisa terlepas dari itu?”

Jawab: Pertama-tama, jangan bilang tidak bisa, hanya belum bisa. Hal yang kamu hadapi ini sebenarnya umum sekali, seringkali terjadi. Apa definisi pengentasan diri (*renunciation*)? Yakni, kita tahu situasi seperti ini tidak enak dan tahu ada alternatifnya. Pengentasan diri bukan berarti kita tidak akan mengalami hal-hal yang tidak menyenangkan. Kamu tetap akan mengalami itu tapi sekarang kamu mengubah cara kamu mengalaminya. **Jadi pengentasan diri adalah komitmen untuk mengubah cara kamu melihat sesuatu,** kamu tidak mau lagi hanya berpikir seperti itu. Mungkin cara kita menghadapinya bisa macam-macam: mulai dari menghindari, tapi ini tidak mungkin karena kadang kita harus bertemu terus dengan orang tersebut. Dalam salah satu *teachings*, Yang Mulia Dalai Lama mengatakan beliau juga kadang merasa kesal, tapi tidak berkepanjangan.

Pengentasan diri adalah mengubah teknik kita, menambah kapasitas kita. Ini memang tidak mudah, karena kita selalu mengukur diri kita dengan orang lain (*mana*). Kita sendiri harus berani babak-belur. Om bertanya: “Yang mengingat-ingat rasa sakit itu siapa? Sebetulnya kejadiannya sudah lewat, bukan?”

Marah, jengkel, itu sebenarnya untuk mengimbangi rasa sakit yang kita alami. Lalu bagaimana cara menangani sakit hati?

“kok sama, ya?”

Saat sakit, pilihan kita bisa macam-macam, misalnya: pura-pura tidak sakit, dihindari, dilawan dengan menyakiti orang lain. Cara menolak juga aneh-aneh, ada yang marah-marah, ada yang mengomel terus. Tapi itu semua tidak banyak membantu. Pendekatan yang lebih efektif adalah **alami saja rasa sakit itu**. Tentu saja sakit. Tapi berani hadir dalam penderitaanmu. Inilah yang dimaksud *karuna*; berani hadir dalam penderitaan. Setelah itu, kita akan tahu apa yang perlu dilakukan, tapi sekarang landasannya bukan ingin balas dendam. Ini bukan berarti kita membenarkan perbuatan orang yang menyakiti. Tidak begitu. Itu jangan diurus dulu. Apa yang kamu alami diurus dulu. Intinya, rasa sakit memang harus dialami dan kadang-kadang itu tidak berlangsung lama, asal hati ini terbuka. Hidup ini kadang-kadang ukurannya adalah **seberapa berani kita mengalami rasa sakit**.

Om Salim bertanya: “Jika saya menerima berita dan cerita dari kalian tentang sesuatu yang menyedihkan, menurut kamu saya ikut sedih atau tidak? Sebetulnya saya juga ikut sedih dan sakit, tapi seketika itu juga saya merasakan apa yang dialami. Nah, apa yang saya rasakan itulah jawaban yang saya berikan pada kalian. Setiap jawaban yang saya berikan biasanya saya rasakan “seperti apa rasanya.” Inilah dasar *tonglen* (‘terima – kasih’). Kita tak ingin orang lain merasakan rasa sakit seperti yang kita alami.

Selama kita tak punya kebaikan hati, otak depan ini tidak akan dapat berpikir, yang ada hanya berkelahi dan melukai. Jadi jangan mengatakan “tidak bisa,” tapi “belum bisa.” Cuma harus berani. Kadang-kadang urusannya bukan dengan orang lain, tapi dengan diri sendiri. Mulai kembangkan *karuna* pada diri sendiri. Oke?

Saya ingin memberikan kalian suatu ‘transmisi,’ sebuah komitmen. Nama komitmennya “*Kok sama ya?*” (“*Just Like Me*”). Saat berhubungan dengan orang lain, selalu ingatlah komitmen ini. Jadi sebelum kita buka mulut, ingat-ingat “*Kok sama ya?*”
Ini komitmen yang luar biasa:

“kok sama, ya?”

“Dia selalu mau benar, *kok sama ya?*”
“Dia *nge-bos-in* terus, *kok sama ya?*”
“Dia tak pernah mau *ngalah*, *kok sama ya?*”
“Dia maunya *happy*, *kok sama ya?*”
“Dia tak mau susah, *kok sama ya?*”

“kok sama, ya?”

Cari kesamaan antara kamu dengan orang lain. Semakin kamu hidup seperti itu, semakin kamu tahu bahwa sebetulnya kita ini sama, dalam arti ‘mereka itu alam kita.’ Kita yang membentuk orang-orang dan situasi-situasi seperti itu. Alam apa pun yang kamu ciptakan, nantinya kamu yang alami.

Budhadharma adalah sebuah proses pendidikan, suatu *praxis*. Pengejawantahannya adalah kehidupan sehari-hari, jadi tidak ada *boundary* antara spiritual dan profesional. Karena kamu menjadi satu dengan hidup itu sendiri, nanti yang akan keluar adalah profesional setiap saat. Jika spiritualnya beres, semua menjadi profesional. Hiduplah dengan perhatian dan kepedulian. Pengejawantahan dari kepedulian adalah dengan selalu mengingat: “*Kok sama ya?*” Semakin kita belajar, kalian menjadi pemberani bukan otak penolak. Ini jauh lebih baik daripada otak penolak yang isinya selalu membantah. Seperti bunga teratai yang muncul, yang meskipun ada di bawah tapi kamu memutuskan untuk mengubah cara melihat sesuatu. Tumbuhkan kepedulian dalam hatimu, untuk diri sendiri dan orang-orang yang kamu sayangi, baik yang dekat maupun yang jauh.



Selalu bersemayam di ‘kediamanmu,’ jangan biarkan hatimu mengembara terus. Temuilah rumahnya dan bersemayamlah dalam dirimu sendiri, merasa nyaman dengan diri sendiri. Hargailah semua hal. Temukan hal-hal yang baik. Dalam hidup, jangan terburu-buru, jangan mencari-cari terus. Sempatkan waktu untuk menulis surat buat orang-orang yang kalian sayangi, lihatlah bintang-bintang di langit seakan-akan kalian baru pertama kali melihatnya, lihatlah bunga-bunga, nikmati pemandangan di sepanjang jalan. Jangan jadi pengembara terus. Semailah kebaikan hati, sentuh, rangkul dan berbagilah dengan orang lain **karena pada dasarnya kita semua sama: kita ingin bahagia, tak ingin susah.** Ingatlah komitmen “*Kok sama ya?*”

Disadur dari *teleconference* dengan Upa. Salim Lee pada tanggal 14 Desember 2014 di Taman Anggrek, Jakarta.

Kutipan-Kutipan Penyejuk Hati.

KADANG-KADANG KITA BERPIKIR DENGAN BELAJAR BEGITU BANYAK JURUS, SUATU SAAT NANTI AKAN KITA TERAPKAN, TETAPI SESUNGGUHNYA TAK PERNAH ADA PENGALAMAN SAMA YANG TERJADI DUA KALI. MUNGKIN MIRIP TAPI TAK PERNAH SAMA. KITA TAK BISA MENGULANGI PENGALAMAN YANG TERJADI SAAT INI, MINGGU LALU, BULAN LALU, TAHUN LALU.

Berpikir bahwa “saya benar” itu oke-oke saja. Namun “saya benar” tidak berarti “orang lain salah.” Jika memang setiap orang mempunyai pengalaman dan kecenderungan yang berbeda-beda, mengapa bersikeras mencocokkan cerita?

Pengumuman.

- Ikuti kutipan-kutipan inspiratif dan berbagi pengalaman pribadi di Facebook: Potowa Center
- Jadwal dan kegiatan Potowa Center tiap minggu dapat dilihat di www.potowa.org
- Untuk mendapatkan Buletin Dipamkara baik **hard copy** (cetakan) maupun **soft copy** (pdf) dapat menghubungi Sdri. Juniarti (08170919114)



Keterangan Foto:

1. Puja Waisak (7 Juni 2015):
"Mengingat & Menggarisbawahi
Tekad dari Keberadaan Kita."

2. Belabar Remaja (25-28 Juni 2015):
Topik "Bibit Delima Bibit Kedondong,
Daripada Dilema *Move on Dong*"
di Graha Meditasi Jhana Manggala,
Gunung Geulis, Bogor.

3. Belabar Bersama Up. Salim Lee
(14-20 Juli 2015): Topik "Kura-Kura
Dalam Perahu: Tidak Mau, Tidak
Mampu atau Tidak Tahu?"

4. Tur Buddha Anupamadana (23 Agustus
2015), Bodhisatta Buddhist Centre,
Tangerang.

5. Tur Buddha Anupamadana (23 Agustus
2015), Vihara Padumuttara, Tangerang.

6. Tur Buddha Anupamadana (23 Agustus
2015), Vihara Tri Dharma Guna,
Tangerang.

7. Retret Nyung Nay (24-27 September 2015),
Chan Meditation Center, Mega Mendung, Bogor.

8. *Saving & Protecting Life* (24 September
2015), Serpong, Tangerang.

9. Tur Buddha Anupamadana (24 Oktober 2015):
Topik "Kita dan Alam Kehidupan" di Vihara Tanda
Bhakti, Bandung.

10. Tur Buddha Anupamadana (25 Oktober 2015):
Topik "Bersemangat ke Vihara & Menjadi Anak
yang Berbakti" di Vihara Avalokitesvara Graha,
Bandung.

11. Tur Buddha Anupamadana
(22 November 2015): Topik "Bahagia itu Apa
Sih?" untuk Anak-anak Sekolah Minggu di Cetiya
Dharma Dvipa, Cirarab, Tangerang.



Kisah Avishahya



Adalah karma baik seorang saudagar kaya sehingga Bodhisattva terlahir sebagai putranya dan mengikuti jejak langkahnya tidak hanya sebagai saudagar, tetapi kepala dari serikat para saudagar. Bodhisattva mendapatkan pendidikan yang luar biasa, tahu semua urusan, berpikiran terbuka dan mempraktikkan kemurahan hati dalam makna terluas. Kekayaannya berlimpah sehingga beliau disebut raja para saudagar dan karena kekuatan tekadnya, beliau menjalankan kemurahan hati dengan kokoh, di mana tiada tindakan negatif atau godaan apa pun yang dapat menggoyahkannya. Karena itu, beliau diberi gelar “Avishahya,” yang berarti “Ia yang tak terkalahkan.”

Para pengemis senantiasa mengerumuninya, di mana setiap pengemis beliau anggap sebagai tamunya, dan apa pun keinginan mereka, beliau tak pernah menolaknya. Wajahnya dan wajah teman-teman miskinnya tampak bahagia setelah mereka bertemu dan pergi. Beliau sama sekali tidak terikat pada kekayaannya. Beliau bersuka cita ketika para pengemis membawa pulang benda-benda terbaik dari rumahnya. Baginya, kekayaan hanyalah sarana agar beliau dapat menyempurnakan tindakan-tindakan baik. Tak seorang pun baik bhikkhu maupun pengemis yang meninggalkan rumah beliau tanpa sepenuhnya terpuaskan dengan hadiah-hadiah dari Avishahya yang penuh kemurahan hati.

Ketika Sakra, raja para dewa, mendengar kemurahan hati yang menakjubkan dari Avishahya, Sakra merasa kagum dan terkejut serta ingin menguji seberapa besar pemberian yang dapat dilakukan oleh saudagar kaya tersebut. Sakra membuat hadiah-hadiah pemberian, biji-bijian, uang dan pakaian, yang Avishahya siapkan untuk didistribusikan, menghilangkan setiap harinya. Avishahya merasa heran atas apa yang terjadi, namun beliau tetap mengirim persediaan baru dan keinginan orang-orang miskin selalu terpenuhi serta mereka merasa puas dan bahagia. Meskipun kekayaannya berkurang perlahan-lahan, beliau sendiri semakin puas hari demi hari. Sakra merasa kagum ketika melihat Avishahya tidak berhenti dalam memberi sehingga Sakra memutuskan untuk membuat saudagar yang bermurah hati tersebut menjadi miskin dalam satu malam. Sakra ingin tahu apakah itu akan menghentikannya untuk membantu orang lain.

Suatu pagi, ketika Avishahya bangun lebih awal, beliau mendapati rumahnya kosong. Tidak ada perabotan, tidak ada pakaian, tidak ada persediaan-persediaan maupun uang, bahkan para pelayannya pun menghilang. Rumahnya terlihat seperti dirampok. Beliau mencari ke mana-mana, tetapi hanya menemukan seikat gulungan tali di suatu sudut dan sebuah arit di sudut lainnya.

Avishahya bertanya-tanya dan berkata dengan lantang, “Siapa yang telah membawa pergi benda-benda saya? Apakah seseorang yang tidak terbiasa meminta, telah mengambil barang-barang saya karena ia terbiasa mendapatkan mata pencaharian melalui upayanya sendiri? Jika demikian, maka kekayaan saya telah digunakan dengan baik!”

“Ataukah seseorang telah mengambilnya karena kedudukan saya yang tinggi telah membuatnya iri hati? Jika demikian, itu sangat disayangkan karena benda-benda tersebut tidak ada gunanya bagi siapa pun. Apa yang dapat saya lakukan jika orang-orang miskin datang ke rumah saya yang kosong dan saya tak dapat memberi makanan atau pakaian untuk mereka? Sekarang, lihatlah! Rumahku seperti kolam yang kering di mana mereka yang haus tak dapat menemukan air untuk diminum.”

Menyadari betapa sulitnya mereka yang harus mengemis, welas asih beliau terhadap para pengemis menjadi semakin besar. Agar dapat memberi meskipun sedikit, beliau mengambil tali dan arit, satu-satunya kepemilikan yang tersisa dan beliau pergi memotong rumput hari demi hari. Dengan menjual rumput, pertama-tama beliau memberikan makanan kepada para pengemis, dan kemudian menyisakan secukupnya agar dirinya tidak kelaparan. Dengan cara ini, beliau menjalani hidup selama beberapa waktu, merasa bahagia bahwa beliau dapat memberi dan memuaskan rasa lapar beberapa orang yang sakit dan orang-orang tua yang tak dapat menolong diri mereka sendiri.

Melihat Avishahya yang meskipun hidup dalam kemiskinan, tapi keteguhannya tetap tak tergoyahkan dalam memberi, Sakra dipenuhi perasaan kagum. Dengan memperlihatkan dirinya di hadapan Bodhisattva, Sakra masih mencoba menguji beliau lebih lanjut dan berkata: “Perumah tangga, para pencuri tidak merampok kekayaanmu, tidak juga oleh air maupun api, tidak juga oleh para pangeran yang iri hati, namun engkau sendirilah yang telah menyebabkan kondisi kemelaratan ini. Oleh karena itu, tinggalkanlah keinginan untuk memberi. Jika dalam kemiskinanmu sekarang, engkau mulai mengumpulkan sedikit demi sedikit apa yang engkau dapatkan, akhirnya engkau akan menjadi kaya lagi, bahkan gundukan sarang semut tumbuh karena semut-semut mengumpulkan tanah sedikit demi sedikit.”

Bodhisattva tidak terpengaruh oleh argumen Sakra dan menjawab, “**Tiada orang baik yang betapa pun tidak bahagiannya, akan melakukan sesuatu yang tercela.**”

“Saya tak pernah bermaksud mengumpulkan kekayaan jika satu-satunya cara adalah dengan menjadi orang yang kikir. Saya tak akan menerima segala permata atau kekayaan apa pun, bahkan surga, jika saya tidak menggunakannya demi menyenangkan hati mereka yang miskin. Jika menerima malah memperbesar sikap mementingkan diri sendiri, maka saya harus menghilangkannya secara tuntas. **Kekayaan datang dan pergi bagaikan kilat, tetapi kemurahan hati membawa kebahagiaan yang terus-menerus.**”

Sakra menjawab, “Perumah tangga, apa yang engkau katakan adalah cocok untuk orang kaya, tetapi engkau tidak lagi kaya. Jika engkau tidak lagi mengumpulkan kekayaan, jika engkau tak lagi memberikannya sebagian, tidak ada orang yang akan menyalahkanmu. Mereka yang senang memberi namun tak memiliki apa-apa untuk diberikan, adalah bagaikan burung yang ingin terbang sebelum sayap-sayapnya tumbuh. Apa salahnya menghentikan keinginan memberi jika tiada lagi yang dapat diberikan?”

Bodhisattva menjawab, “**Setiap orang seharusnya bermurah hati karena tiada kegembiraan yang menyamai kegembiraan dari tindakan bermurah hati. Di samping itu, kekayaan tanpa kemurahan hati tak akan menghantarkan pada pembebasan.** Kekayaan juga tak dapat menaklukkan sikap mementingkan diri sendiri atau gejolak pikiran. Ia yang tergerak oleh welas asih, bersedia memberi bahkan dirinya sendiri dengan tujuan melindungi orang-orang tua, orang miskin dan orang yang sakit. Begitu kereta kuda (pertama) telah membuat jejak di jalan, kereta yang kedua dapat mengikutinya dengan lebih mudah. Untuk saat ini, saya akan memberi sekecil apa pun yang dapat saya berikan.”

Sakra takjub mendengar kata-kata Bodhisattva, menatap beliau dengan kagum dan berkata, “Orang lain mencengkeram kekayaan, tak takut bahaya demi mendapatkan kekayaan, mereka terikat pada kekayaan demi memperoleh kesenangan. Engkau bahkan tidak merana karena kehilangan kekayaan atau karena cobaan saya, tetapi hatimu tertuju pada kesejahteraan makhluk lain.”

“Oh, hati-Mu bersinar bagaikan cahaya di tempat yang gelap. Saya tak dapat menggoyahkanmu, tekadmu melebihi gunung yang diselimuti salju yang tak tergoyahkan oleh angin.”

“Sayalah yang telah menyembunyikan kekayaanmu dengan maksud membuat reputasimu semakin agung, seperti emas yang dimurnikan oleh api. Yang Agung, engkau memberikan kekayaanmu bagaikan awan mencurahkan hujan ke sumur-sumur dan danau-danau yang kering. Engkau tak akan kehilangan kekayaanmu lagi dan saya memohon maaf atas cobaan dan godaan yang telah saya berikan kepada-Mu.” Setelah mengatakan demikian dan menerima permohonan maaf dari Bodhisattva, raja para dewa menghilang.

Avishahya kembali mendapatkan kekayaan yang berlimpah dan rumahnya dipenuhi orang-orang miskin, yang selalu meninggalkan rumah Avishahya dengan wajah bahagia dan perasaan penuh terima kasih. Kekayaan saudagar yang penuh kemurahan hati tersebut tak pernah merosot dan hingga kematiannya, beliau adalah Ayah dari orang-orang yang miskin.

Kisah ini mengajarkan kita bahwa orang yang benar-benar bajik, kemurahan hatinya tak pernah merosot. Dalam keadaan bahaya dan melarat sekalipun, ia akan menemukan cara untuk membantu mereka yang membutuhkannya.

Sharing Pribadi:

Ada Hati yang Ringan Dalam Situasi yang Berat

Kebetulan kami bergerak di bidang properti, di mana sejak tahun lalu ada pemeriksaan dan penertiban pajak secara besar-besaran. Hal ini membuat para investor menjadi panik, sehingga mereka sibuk melakukan pembetulan pajak, juga ada yang stres tentang bagaimana mereka akan melaporkan semua aset mereka.

Di tambah lagi, di masa ekonomi yang lesu ini, banyak pihak yang terkena imbasnya. Secara umum lebih banyak terdengar efek yang tidak menyenangkan daripada efek yang menyenangkan. Banyak pergunjangan, baik sesama pengusaha maupun sesama teman seprofesi yang saling menanyakan kondisi pekerjaan dan pencapaian omzet. Tak sedikit yang merasa galau, cemas dan mengeluh akan masa depan mereka; omzet penjualan menurun dan sering bisa nihil sama sekali. Di saat seperti ini terasa apa yang digembar-gemborkan di seminar motivasi, tidak sepenuhnya bisa membangunkan semangat kita untuk menghadapi dunia.

Berebekal pesan Om yang tanpa bosan-bosannya mengingatkan kita agar hidup dengan rasa berkecukupan dan senantiasa peduli pada orang lain, ini sungguh membantu. Dengan pemikiran demikian, saya tidak lagi hanya berfokus pada hasilnya.

Bisnis yang sepi membuat kita punya waktu untuk menghubungi dan membantu kebutuhan klien. Kedengarannya mungkin sepele, tetapi dengan memikirkan dan membantu mereka, kita menjadi semangat dan percaya diri, yang tadinya ada rasa galau dan cemas menjadi agak hilang. Di saat kita membantu, malah kita bisa menambah wawasan, menambah pengalaman-pengalaman baru, dan karena tidak ada ‘ego,’ kita bisa lebih kreatif dan melihat peluang-peluang yang ada. Opsi-opsi jadi lebih banyak.

Tidak jarang suatu keberhasilan diawali hanya dari keinginan untuk membantu orang lain, bukan dari mencari klien sebanyak mungkin. Dengan hati yang terbuka, tanpa banyak penolakan, kita bisa menghargai semua kondisi, walaupun kadang lelah. Teringat apa yang pernah Om sampaikan, “Kerjakanlah dengan sebaik mungkin, jangan mengangap itu adalah kerjaan tambahan yang merepotkan, maka kita tak akan mempersoalkannya.”

Materi yang mengandung ajaran Dharma, gambar Buddha, representasi makhluk suci, dan sebagainya mohon diperlakukan dengan hormat dan digunakan dengan baik. Mohon tidak meletakkan buletin ini atau benda-benda suci lainnya di atas lantai, ditumpuk dengan barang lain, dilangkahi, diduduki, dan sebagainya.

POTOWA CENTER

Telp : (021) 935-92181 atau 0811-1885288

Website : www.potowa.org

| Email : info@potowa.org

| Facebook: Potowa Center