

PUJA ARYA TARA



*Berdasarkan "Tara Practices" dan "Praises to the Twenty-one Taras"
dalam Essential Buddhist Prayer – An FPMT Prayer Book*

Potowa Center
Revisi: Jan 2010

PUJA ARYA TARA

Visualisasi

Di atas mahkota kepala saya, terdapat sebuah teratai dan bantalan bulan. Di atasnya duduk Mahakarunika, Arya Tara, Ibu dari semua Buddha dalam aspek seorang wanita. Tubuhnya terbuat dari cahaya berwarna hijau dengan satu wajah dan dua tangan. Wajah beliau sangat damai dan tersenyum, memandang kita dengan penuh welas asih. Tubuh indah Arya Tara dihiasi dengan berbagai macam permata dan berbagai macam kain yang indah. Kaki kirinya bersila ke dalam dan kaki kanannya menjulur keluar. Tangan kiri selevel dengan cakra hatinya, memegang setangkai bunga utpala, dengan ibu jari menyentuh jari manis dalam mudra Triratna (mengandalkan Buddha, Dharma, Sangha). Tangan kanannya diletakkan di pangkuan kanan, dalam mudra memenuhi aspirasi pencapaian spiritual tertinggi. Tubuh Arya Tara dihiasi dengan tanda-tanda dan ciri-ciri suci seorang Buddha. Dahi beliau ditandai dengan aksara OM, tenggorokan beliau ditandai aksara AH dan cakra hati beliau ditandai aksara HUM. Di cakra hati beliau ada sebuah teratai dan bantalan bulan, dan di atasnya terdapat aksara TAM hijau yang bersinar-sinar. Sinar-sinar cahaya hijau memancar dari TAM ke segala arah dan mengundang semua Buddha di sepuluh penjuru. Semua Buddha terserap dan menjadi satu dengan Arya Tara.

Trisarana dan Bodhicitta

Saya mengandalkan Buddha, Dharma dan Sangha
 Hingga saya mencapai Kebuddhaan
 Melalui *punya* dari menjalankan dana paramita dan paramita-paramita lainnya
 Saya bertekad mencapai Kebuddhaan demi semua makhluk. (3x)

Membangkitkan Bodhicitta Khusus

Secara khusus, demi memberi manfaat kepada semua makhluk, saya harus dengan cepat, dan lebih cepat, mencapai keadaan berharga dari Kebuddhaan yang lengkap dan sempurna. Oleh karena itu, saya akan menjalankan *yoga* Arya Tara.

Empat Sikap Pandang Tak Terbatas (Catur Apramana)

Alangkah indahnya apabila semua makhluk berada dalam *upeksha*, bebas dari pembedaan, keterikatan (*raga*) dan kebencian (*dvesha*),
 Agar mereka berada dalam *upeksha*,
 Saya akan menyebabkan mereka agar berada dalam *upeksha*,
 Guru Buddha, berikanlah inspirasi agar saya dapat melakukannya.

Alangkah indahnya apabila semua makhluk memperoleh kebahagiaan dan sebab-sebabnya,
 Agar mereka memperoleh kebahagiaan dan sebab-sebabnya,
 Saya akan menyebabkan mereka untuk memperolehnya,
 Guru Buddha, berikanlah inspirasi agar saya dapat melakukannya.

Alangkah indahnya apabila semua makhluk bebas dari *duhkha* dan sebab-sebabnya,
 Agar mereka bebas dari *duhkha* dan sebab-sebabnya,
 Saya akan membebaskan mereka dari *duhkha* dan sebab-sebabnya,
 Guru Buddha, berikanlah inspirasi agar saya dapat melakukannya.

Alangkah indahnya apabila semua makhluk tak pernah terpisahkan dari kelahiran yang baik dan kebahagiaan dari pembebasan,
 Agar mereka tak pernah terpisahkan,
 Saya akan menyebabkan mereka agar tak pernah terpisahkan,
 Guru Buddha, berikanlah inspirasi agar saya dapat melakukannya.

Doa Tujuh Bagian

Kepada Arya Tara, dengan penuh hormat, saya bersujud dengan tubuh, ucapan dan pikiran.
 Dan menyajikan semua jenis persembahan, baik yang nyata maupun yang dibayangkan.
 Saya mengakui semua tindakan negatif sejak masa tak berawal.
 Dan bermudita atas kumpulan *punya* oleh semua makhluk suci maupun makhluk biasa.
 Mohon tetaplah tinggal hingga samsara berakhir.
 Dan putarlah roda Dharma demi semua makhluk.
 Saya mendedikasikan *punya* yang dikumpulkan oleh saya dan semua makhluk, demi tercapainya Penggugahan Sempurna.

Persembahan Mandala Ekstensif

Zhing kham ül war gyi wo ...
 OM vajra bhumi AH HUM / wang chhen ser gyi sa zhi / OM vajra rekhe AH HUM / chhi chag ri khor
 yug gi kor wäi ü su

rii gyäl po ri rab / shar lü phag po / lho dzam bu ling / nub ba lang chö / jang dra mi nyän / lü dang
 lü phag / nga yab dang nga yab zhän / yo dân dang lam chhog dro / dra mi nyän dang dra mi nyän
 gyi da

rin po chhei ri wo / pag sam gyi shing / dö jöi ba / ma mö päi lo tog / khor lo rin po chhe / nor bu rin
 po chhe / tsün mo rin po chhe / lön po rin po chhe / lang po rin po chhe / ta chhog rin po chhe /
 mag pön rin po chhe / ter chhen pöi bum pa

geg ma / threng wa ma / lu ma / gar ma / me tog ma / dug pö ma / nang säi ma / dri chhab ma / nyi
 ma / da wa / rin po chhei dug

chhog lä nam par gyäl wäi gyän tshän / ü su lha dang mi yi päi jor phün sum tshog pa ma tshang
 wa me pa tsang zhing yi du wong wa di dag drin chän tsa wa dang gyü par chä päi päi dân la ma
 dam pa nam dang / khyä par du yang je tsün ma phag ma dröl ma lha tshog khor dang chä päi
 nam la zhing kam ül war gyi wo

thug je dro wäi dön du zhe su söl / zhe nä kyang dag sog dro wa ma gyur nam khäi tha dang nyam
 päi sem chän tham chä la thug tse wa chhen pö go nä jin gyi lab tu söl

(Bahasa Indonesia)

Persembahkanlah *Buddhaksetra* ...

OM bumi vajra AH HUM, bumi emas kokoh yang tiada taranya. OM pagar vajra AH HUM.

Di luarnya dikelilingi oleh dinding-dinding, di tengahnya adalah Sumeru, raja dari semua gunung; benua di sebelah Timur adalah Videha; di sebelah Selatan adalah Jambudvīpa; di sebelah Barat adalah Godaniya; di sebelah Utara adalah Kuru; (*benua kecil di sebelah Timur*) Deha dan Videha; (*di sebelah Selatan*) Camara dan Aparā-camara; (*di sebelah Barat*) Satha dan Uttara-mantrin; (*dan di sebelah Utara*) Kuru dan Kaurava. (*Di keempat benua terdapat*): (*Timur*) Gunung permata (Giri Ratna), (*Selatan*) Pohon *kalpavreksha*, (*Barat*) Sapi pengabul keinginan, (*Utara*) Hasil panen yang tanpa dibajak.

(*Pada tingkat pertama terdapat*): Dharmacakra Berharga, Permata Berharga, Permaisuri Mulia, Menteri Mulia, Gajah Mulia, Kuda Mulia, Panglima Mulia, Bejana harta karun luar biasa.

(*Pada tingkat kedua, delapan dewi*): Dewi Keanggunan, Dewi Karangan Bunga, Dewi Nyanyian, Dewi Tarian, Dewi Bunga, Dewi Dupa, Dewi Pelita, Dewi Wewangian.

(*Pada tingkat ketiga*): Matahari dan Bulan; Payung Berharga, dan panji-panji kejayaan di keempat penjuru.

Di tengah-tengah, terkumpul kekayaan para dewa dan manusia yang sempurna, tanpa kekurangan, murni dan menggembirakan.

Kepada yang agung, suci dan yang paling baik Guru utama serta para Guru Paranpara, dan secara khusus kepada Arya Tara dan para Istadevata pengiringnya, saya persembahkan ini sebagai *Buddhaksetra*.

Mohon terimalah ini berdasarkan *mahakaruna* demi kebahagiaan semua makhluk dalam samsara. Setelah menerimanya, berdasarkan welas asih-Mu, mohon limpahkanlah berkah inspirasi-Mu kepada saya dan semua makhluk ibu saya, sejauh mungkin seluas angkasa!

Persembahan Mandala Singkat

Sa zhi pö kyi jug shing me tog tram
Ri rab ling zhi nyi dä gyän pa di
Sang gyä zhing du mig te ül wa yi
Dro kün nam dag zhing la chö par shog

Bumi ini diurapi dengan wangi-wangian, ditaburi dengan bunga-bunga,
Dihiasi dengan Gunung Meru, empat benua, matahari dan bulan.
Saya membayangkan ini sebagai *Buddhaksetra* dan mempersembahkannya.
Agar semua makhluk mengalami *Buddhaksetra* ini!

Persembahan Mandala Dalam

Dag gi chhag dang mong sum kye wäi yül
 Dra nyen bar sum lü dang long chö chä
 Phang pa me par bül gyi leg zhe nä
 Dug sum rang sar dröl war jin gyi lob

Objek-objek keterikatan (*raga*), kebencian (*dvesha*), dan kesalahpengertian (*avidya*) –
 Teman-teman, musuh-musuh, orang-orang yang tak saya pedulikan – serta tubuh, kekayaan, dan
 kenyamanan-kenyamanan saya;
 Tanpa merasa rugi sedikit pun, saya mempersembahkan kumpulan ini.
 Mohon terimalah dengan senang hati dan berikanlah inspirasi agar saya terbebas dari tiga racun.

IDAM GURU RATNA MANDALAKAM NIRYATAYAMI

Memohon Kehadiran Arya Tara

Dari *Buddhaksetra*-Mu, Potala
 Oh Arya Tara, terlahir dari aksara TAM hijau
 Mahkota-Mu dihiasi Buddha Amitabha
 Ibu *upaya-upaya* dari para Buddha di tiga masa
 Arya Tara, mohon datanglah bersama para pengiring-Mu.

Namaskara

Para dewa dan asura bersujud
 Pada kaki teratai-Mu, oh Arya Tara
 Engkau membebaskan semua dari kemiskinan
 Kepada-Mu, Ibu Tara, saya bersujud.

Puja Permohonan Kepada 21 Arya Tara

OM je tsün ma phag ma dröl ma la chhag tshäl lo

OM sujud kepada Arya Tara.

1. Chhag tshäl dröl ma nyur ma pa mo
 Chän ni kä chig log dang dra ma
 Jig ten sum gön chhu kye zhäl gyi
 Ge sar je wa lä ni jung ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, Virini yang tangkas
 Yang matanya laksana kilasan cahaya kilat
 Terlahir dari teratai, dari air mata
 Arya Avalokiteshvara, Pelindung Triloka.

2. Chhag tshäl tön käi da wa kün tu
Gang wa gya ni tseg päi zhäl ma
Kar ma tong thrag tshog pa nam kyi
Rab tu chhe wäi ö rab bar ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang wajahnya
Laksana kumpulan seratus bulan purnama di musim gugur
Memancarkan sinar cemerlang
Dari kumpulan ribuan bintang.

3. Chhag tshäl ser ngo chhu nä kye kyi
Pä mä chhag ni nam par gyän ma
Jin pa tsön drü ka thub zhi wa
Zö pa sam tän chö yül nyi ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang terlahir dari teratai emas-biru
Yang tangannya dengan indah dihiasi bunga-bunga padma
Engkau merupakan perwujudan dari
Dana, virya, sila, kshanti, dan dhyana paramita.

4. Chhag tshäl de zhin sheg päi tsug tor
Tha yä nam par gyäl war chö ma
Ma lü pha röl chhin pa thob päi
Gyäl wäi sä kyi shin tu ten ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang menghiasi mahkota semua Tathagata
Yang tindakannya menaklukkan karma-karma negatif yang tak terbatas
Engkau telah mencapai segala kesempurnaan tanpa terkecuali
Dan menjadi andalan para Bodhisattva.

5. Chhag tshäl TUTTARA HUM yi ge
Dö dang chhog dang nam kha gang ma
Jig ten dün po zhab kyi nän te
Lü pa me par gug par nü ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang dengan aksara TUTTARA dan HUM
Memenuhi Kamadhatu, seluruh arah dan ruang
Engkau membuat ketujuh dunia bergetar dengan hentakan kaki-Mu,
Dan memiliki kemampuan untuk menghantarkan semua makhluk.

6. Chhag tshäl gya jin me lha tshang pa
Lung lha na tshog wang chhug chhö ma
Jung po ro lang dri za nam dang
Nö jin tshog kyi dün nä tö ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang dipuja oleh Indra
 Agni, Brahma, Vayu dan Ishvara
 Dan dipuji oleh kumpulan *bhuta*, *vetala*,
Gandharva dan semua *yaksha*.

7. Chhag tshäl TRAD che ja dang PHAT kyi
 Pha rôl thrül khor rab tu jom ma
 Yä kum yön kyang zhab kyi nän te
 Me bar thrug pa shin tu bar ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, dengan TRAD dan PHAT
 Menghancurkan lingkaran guna-guna secara menyeluruh
 Kaki kanan-Mu bersila ke dalam dan kaki kiri-Mu menjulur keluar dan menginjak
Prabha-Mu bersinar dalam kobaran api.

8. Chhag tshäl TURE jig pa chhen po
 Dü kyi pa wo nam par jom ma
 Chhu kye zhäl ni thro nyer dän dzä
 Dra wo tham chä ma lü sö ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang sangar
 Dengan aksara TURE menghancurkan mara yang kuat secara menyeluruh
 Dan dengan pandangan sangar dari wajah teratai-Mu
 Engkau menghalau semua musuh tanpa terkecuali.

9. Chhag tshäl kön chhog sum tshön chhag gyäi
 Sor mö thug kar nam par gyän ma
 Ma lü chhog kyi khor lö gyän päi
 Rang gi ö kyi tshog nam thrug ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang jari-jemarinya menghiasi
 Cakra hati dengan mudra Triratna
 Dari Dharmacakra di telapak tangan dan telapak kaki-Mu
 Sinar-sinar cahaya memancar ke segala penjuru.

10. Chhag tshäl rab tu ga wa ji päi
 U gyän ö kyi threng wa pel ma
 Zhe pa rab zhä TUTTARA yi
 Dü dang jig ten wang du dzä ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang penuh kebahagiaan dan kecemerlangan
 Yang dari mahkotanya memancar untaian cahaya
 Engkau dengan tawa TUTTARA
 Menaklukkan para mara dan dewa.

11. Chhag tshäl sa zhi kyong wäi tshog nam
 Tham chä gug par nü ma nyi ma
 Thro nyer yo wäi yi ge HUM gi
 Phong pa tham chä nam par dröl ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang dapat memanggil
 Semua kumpulan dewa pelindung wilayah
 Dengan raut sangar-Mu dan getaran aksara HUM
 Engkau membebaskan segala kemiskinan.

12. Chhag tshäl da wäi dum bü u gyän
 Gyän pa tham chä shin tu bar ma
 Räl päi thrö na ö pag me lä
 Tag par shin tu ö rab dzä ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang mahkotanya dihiasi bulan sabit
 Memakai perhiasan yang memancarkan cahaya cemerlang
 Dari gelung rambut-Mu
 Buddha Amitabha bersinar abadi dengan cahaya yang sangat terang.

13. Chhag tshäl käl päi tha mäi me tar
 Bar wäi threng wäi ü na nä ma
 Yä kyang yön kum kün nä kor gäi
 Dra yi pung ni nam par jom ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang bersemayam dalam lingkaran api yang berkobar
 Laksana api di akhir jaman ini
 Kaki kiri-Mu bersila ke dalam dan kaki kanan-Mu menjulur keluar
 Kebahagiaan melingkari-Mu yang telah menghancurkan semua kumpulan musuh.

14. Chhag tshäl sa zhii ngö la chhag gi
 Thil gyi nün ching zhab kyi dung ma
 Thro nyer chän dzä yi ge HUM gi
 Rim pa dün po nam ni gem ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang tangannya menghentakkan bumi di sisinya
 Dan kaki menekan dan menginjak bumi
 Dengan pandangan sangar dari kedua mata-Mu
 Engkau menaklukkan ketujuh dunia dengan aksara HUM.

15. Chhag tshäl de ma ge ma zhi ma
 Nya ngän dä zhi chö yül nyi ma
 SVAHA OM dang yang dag dän pä
 Dig pa chhen po jom pa nyi ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang penuh kebahagiaan, kebajikan, dan kedamaian
 Yang menjadi objek praktik, kebahagiaan Nirvana
 Engkau dengan sempurna dihiasi SVAHA dan OM
 Menaklukkan segala kejahatan secara menyeluruh.

16. Chhag tshäl kün nä kor rab ga wäi
 Dra yi lü ni nam par gem ma
 Yi ge chu päi ngag ni kö päi
 Rig pa HUM lä dröl ma nyi ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, dengan para pengiring yang bahagia
 Engkau telah menaklukkan perwujudan dari semua musuh
 Ucapan-Mu dihiasi dengan sepuluh aksara
 Membebaskan semuanya dengan aksara-pengetahuan HUM.

17. Chhag tshäl TURE zhab ni deb pä
 HUM gi nam päi sa bön nyi ma
 Ri rab Mandhara dang big je
 Jig ten sum nam yo wa nyi ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang menginjakkan kaki dan menyatakan TURE
 Yang merupakan bija aksara dalam aspek HUM
 Engkau menyebabkan gunung Meru, Mandhara dan Vindhya
 Serta seluruh Triloka bergetar dan gempa.

18. Chhag tshäl lha yi tsho yi nam päi
 Ri dag tag chän chhag na nam ma
 TARA nyi jö PHAT kyi yi ge
 Dug nam ma lü pa ni sel ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang tangannya memegang
 Bantalan bulan bertanda rusa yang laksana kolam para dewa
 Dengan mengucapkan TARA dua kali dan aksara PHAT
 Engkau menghalau semua racun tanpa terkecuali.

19. Chhag tshäl lha yi tshog nam gyäl po
 Lha dang mi am chi yi ten ma
 Kün nü go chha ga wäi ji gyi
 Tsö dang mi lam ngän pa sel ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang diandalkan oleh
 Raja dari para dewa, para dewa sendiri dan seluruh *kinnara*
 Perisai-Mu yang cemerlang memberikan kebahagiaan kepada semua
 Engkau menghalau semua konflik dan mimpi buruk.

20. Chhag tshäl nyi ma da wa gyä päi
 Chän nyi po la ö rab säi ma
 HARA nyi jö TUTTARA yi
 Shin tu drag pöi rim nä sel ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang kedua matanya laksana matahari dan bulan
 Memancarkan cahaya yang unggul dan cemerlang
 Dengan melafalkan HARA dua kali dan TUTTARA
 Engkau menghalau semua wabah penyakit yang menggerikan.

21. Chhag tshäl de nyi sum nam kö pä
 Zhi wäi thü dang yang dag dân ma
 Dön dang ro lang nö jin tshog nam
 Jom pa TURE rab chhog nyi ma

Sujud kepada-Mu, Arya Tara, yang dihiasi ketiga realita
 Sempurna berhiaskan daya ketenangan
 Engkau menghancurkan kumpulan *graha*, *vetala* dan yaksha
 Oh TURE, yang terluhur dan sempurna!

Tsa wäi ngag kyi tö pa di dang
 Chhag tshäl wa ni nyi shu tsa chig

Demikianlah mantra utama telah dilantunkan
 Dan 21 puja penghormatan telah dipersembahkan.

Puja Permohonan Kepada 21 Arya Tara (versi singkat)

OM saya bersujud kepada Arhati, Pembebas Arya Tara
 Sujud kepada TARE, Juru Selamat, Virini (ksatria wanita),
 Menghilangkan semua ketakutan dengan TUTTARE,
 Memberikan semua manfaat dengan TURE,
 Kepada yang dihiasi suara SVAHA, saya bersujud.

Mantra Arya Tara:

OM TARE TUTTARE TURE SVAHA

(Sambil melafalkan mantra, kita dapat membayangkan dari aksara OM di dahi Arya Tara, amrita berwarna putih memancar dan memasuki dahi kita serta memurnikan semua halangan dan karma-karma negatif yang dilakukan melalui tubuh. Dari aksara AH di tenggorokan Arya Tara, amrita berwarna merah memancar dan memasuki tenggorokan kita, memurnikan semua halangan dan karma-karma negatif yang dilakukan melalui ucapan. Kemudian, dari aksara HUM di cakra hati Arya Tara, amrita berwarna biru memancar dan memasuki cakra hati kita, memurnikan semua halangan dan karma-karma negatif yang dilakukan melalui pikiran. Semua halangan dan karma-karma negatif sekarang telah sepenuhnya terpurifikasikan).

(Doa ini dapat ditambahkan):

Tanpa menunda sedetik pun, agar saya mencapai keadaan Arya Tara dan membimbing semua makhluk untuk membebaskan diri dari samsara dan mencapai Penggugahan Sempurna.

(Arya Tara sangat bahagia dengan Bodhicitta yang kita bangkitkan. Arya Tara kemudian melebur menjadi cahaya berwarna hijau, memasuki dahi kita dan menyerap ke dalam cakra hati kita. Berpikirlah bahwa tubuh, ucapan dan citta kita telah ditransformasi menjadi tubuh vajra suci, ucapan vajra suci, dan citta vajra suci Arya Tara).

Dedikasi

Melalui potensi-potensi positif dari tindakan bajik ini
 Agar saya secepatnya mencapai keadaan Arya Tara
 Dan membimbing semua makhluk tanpa terkecuali,
 Pada keadaan Kebuddhaan.

Agar permata Bodhicitta tertinggi
 Yang belum bangkit, tumbuh dan berkembang
 Dan agar yang telah bangkit, perkembangannya tidak berkurang
 Tetapi meningkat terus-menerus.

PENJELASAN

Arya Tara adalah manifestasi dari *prajna*, welas asih (*karuna*), cinta kasih (*maitri*) dan secara khusus, manifestasi dari tindakan-tindakan suci semua Buddha. Semua tindakan suci dari para Buddha termanifestasi dalam aspek Arya Tara, Sang Pembebas, untuk membimbing semua makhluk mencapai kebahagiaan sempurna maupun kebahagiaan sementara.

TARA disebut Ibu, karena ‘melahirkan’ para Bhagavan. Makna TARA yang sesungguhnya adalah *prajna* yang memahami non-dualitas dari *sukha* dan *shunya*, *prajna* yang memahami kenyataan konvensional dan kenyataan yang paling mendalam dari semua keberadaan.

Sejak masa tak berawal, kita telah mengumpulkan banyak sekali karma-karma negatif dan ini menyebabkan munculnya halangan-halangan dalam hidup kita. Halangan-halangan terutama berasal dari dalam diri kita, oleh karena itu, agar kita berhasil menjalankan praktik Dharma, merealisasi jalan bertahap mencapai Penggugahan, kita perlu mengandalkan Istadevata khusus, misalnya Arya Tara.

Makna Mantra Arya Tara: OM TARE TUTTARE TURE SVAHA

OM melambangkan kualitas tak terukur dari tubuh, ucapan dan *citta* suci para Buddha.

OM adalah tujuan sedangkan TARE TUTTARE TURE adalah *marga* atau caranya.

TARE artinya “la yang Membebaskan.” TARE berarti membebaskan para makhluk dari samsara atau tepatnya merealisasi *Kenyataan Tentang Dukkha*.

TUTTARE artinya “la yang menghilangkan semua ketakutan,” yaitu membebaskan kita dari delapan ketakutan atau delapan jenis *dukkha* yang disebabkan oleh delapan jenis *klesha*, yaitu *raga* (diumpamakan sebagai banjir); kemarahan (diumpamakan sebagai api); *avidya* (diumpamakan sebagai gajah); iri hati (diumpamakan sebagai ular); kesombongan (diumpamakan sebagai singa); kekikiran/selalu merasa kekurangan (diumpamakan sebagai penjara); cara pandang keliru (diumpamakan sebagai pencuri) dan keragu-raguan (diumpamakan sebagai hantu). Delapan *klesha* ini jauh lebih berbahaya daripada halangan-halangan dari luar misalnya: banjir, api, pencuri dan sebagainya. Dengan mengatasi halangan dari dalam, secara otomatis kita akan terbebas dari halangan luar karena halangan dari luar sesungguhnya berasal dari dalam diri kita sendiri. Dengan kata lain, TUTTARE membebaskan kita dari sebab *dukkha*, yaitu karma dan *klesha*.

TURE artinya “la yang memenuhi aspirasi semua keberhasilan.” Keberhasilan di sini mengacu pada ketiga tujuan yang ingin dicapai dengan ketiga level motivasi yaitu: mendapatkan kelahiran kembali yang lebih baik, pembebasan diri dari samsara (mencapai Nirvana) dan mencapai Kebuddhaan atau Penggugahan Sempurna demi semua makhluk. Dalam kaitannya dengan *Empat Kenyataan Arya*, TURE merujuk pada *Kenyataan Berhentinya Dukkha*, yang merupakan Dharma dalam pengertian yang paling mendalam.

SVAHA sendiri berarti “Agar inspirasi dari Arya Tara yang terkandung dalam mantra OM TARE TUTTARE TURE terwujud dalam kesadaran kita.” Dengan kata lain, dengan mengandalkan dan menjalankan praktik Arya Tara, kita menerima inspirasi dari Arya Tara sehingga kita dapat membangun landasan praktik kita, mengembangkan tahap-tahap spiritual mencapai Penggugahan. Dengan mengembangkan *karuna* dan *prajna* dalam kesadaran kita, maka tubuh, ucapan, dan *citta* kita terpurifikasi dan ditransformasi menjadi tubuh, ucapan, dan *citta* suci Arya Tara. Inilah makna ringkas dari OM TARE TUTTARE TURE SVAHA.

Diterjemahkan dan disusun berdasarkan:

- *Essential Buddhist Prayers - An FPMT Prayer Book, section 'Tara Practices.'*
- *A Short Practice of GREEN TARA including Praise to the Twenty-one Taras by Lama Zopa Rinpoche and Lama Thubten Yeshe.*
- *Tara the Liberator, from two teachings given by Lama Zopa Rinpoche at Kopan Monastery and Himalayan Yogic Institute, Nepal in May 1987.*

Potowa Center. Revisi: Jan 2010