

Menjalankan Cara Hidup Bodhisattva
A Guide to the Bodhisattva's Way of Life
Skt: *Bodhisattvacharyavatara*
Tib: *Byang-chub sems-pa'i spyod-pa-la 'jug-pa*

oleh Arya Shantideva

Bab 1
Manfaat-manfaat dari Bodhicitta (Skt. *Bodhicitta-nusamsa*)

1a.

Dengan penuh hormat, saya bersujud kepada para Sugata
Yang telah mencapai Dharmakaya,
Demikian juga kepada para Jinaputra (Bodhisattva)
Dan kepada semua yang patut dijadikan sebagai objek penghormatan.

1b.

Sekarang, saya akan menjelaskan bagaimana menjalankan sila-sila Bodhisattva,
Yang maknanya telah saya sarikan sesuai dengan kitab-kitab ajaran.

2.

Tidak ada yang belum pernah dijelaskan di sini sebelumnya
Dan saya tidak memiliki keterampilan dalam seni bahasa;
Oleh karena itu, tanpa bermaksud memberi manfaat kepada makhluk lain,
Saya menulis ini demi membiasakannya dalam *citta* saya sendiri.

3.

Karena dengan membiasakan diri dengan hal-hal bajik,
Daya keyakinan saya mungkin meningkat sementara karena (kata-kata) ini.
Namun jika (kata-kata) ini dibaca oleh orang lain
Yang sama beruntungnya dengan diri saya, ini mungkin ada manfaatnya (bagi mereka).

4.

Kebebasan dan faktor-faktor yang mendukung sangat sulit diperoleh;
Dan karena hal-hal tersebut membawa apa yang berarti bagi manusia,
Jika saya tidak mengambil manfaatnya sekarang,
Bagaimana mungkin kesempatan sempurna demikian akan terjadi lagi?

5.

Seperti halnya kilatan cahaya di malam yang gelap dan berawan
Sekejap menerangi semuanya dengan cemerlang,
Demikian juga di dunia ini, melalui daya kekuatan Buddha,
Munculnya pikiran bajik adalah jarang dan singkat.

6.

Oleh karena itu, kebajikan terus-menerus melemah,
Sementara daya-daya negatif sangatlah kuat,
Dan kecuali dengan Bodhicitta
Kebajikan apa lagi yang bisa mengatasinya?

7.

Semua Buddha yang telah mengontemplasikannya selama banyak kalpa
Telah melihat manfaat Bodhicitta;
Karena dengan Bodhicitta, para makhluk yang tak terhingga jumlahnya
Dengan cepat akan mencapai *mahasukha*.

8.

Mereka yang ingin menghancurkan berbagai *dukkha* samsara mereka,
Mereka yang menginginkan (semua makhluk) mengalami berbagai kebahagiaan,
Dan mereka yang ingin mengalami kebahagiaan berlimpah,
Seharusnya tak pernah meninggalkan Bodhicitta.

9.

Saat Bodhicitta muncul
Dalam diri mereka yang terkungkung dan lemah dalam penjara samsara,
Mereka akan disebut 'Putra para Sugata,'
Dan akan dihormati oleh para dewa dan manusia di dunia.

10.

Bodhicitta bagaikan *amrita* bahan emas terbaik,
Karena mentransformasi tubuh tidak murni yang kita miliki
Menjadi permata tak ternilai dari Rupakaya.
Karena itu, kembanglah dengan kokoh Bodhicitta ini.

11.

Karena *citta* yang luas dari Pembimbing Tunggal Dunia
Melalui analisa mendalam telah sepenuhnya melihat berharganya Bodhicitta,
Semua makhluk yang ingin bebas dari keberadaan duniawi
Harus memegang teguh Bodhicitta berharga ini.

12.

Semua kebajikan lainnya adalah seperti pohon pisang;
Karena akan binasa setelah menghasilkan buah,
Namun pohon abadi Bodhicitta
Akan berbuah tiada henti-hentinya dan karena itu berkembang terus tanpa akhir.

13.

Seperti mempercayakan diri saya kepada seorang pendekar ketika sangat ketakutan
Dengan mempercayakan diri saya pada (Bodhicitta) ini, saya akan segera terbebaskan
Meskipun saya telah melakukan tindakan-tindakan negatif yang tak tertahankan.
Lalu mengapa mereka yang waspada tidak membaktikan diri pada (Bodhicitta) ini?

14.

Seperti halnya api pada akhir zaman,
Dalam sekejap menghanguskan semua tindakan negatif yang berat.
Manfaat Bodhicitta yang tak terbayangkan telah diajarkan
Kepada Sudhana oleh Yang Bijak Arya Maitreya.

15.

Singkatnya, harus dipahami bahwa
Ada dua macam Bodhicitta;
Bodhicitta aspiratif (*pranidhana-bodhicitta*)
Dan Bodhicitta aktual (*prasthanabodhicitta*).

16.

Sebagaimana dipahami perbedaan
Antara keinginan untuk pergi dengan (benar-benar) pergi,
Demikianlah para bijaksana memahami
Perbedaan di antara keduanya.

17.

Meskipun Bodhicitta aspiratif
Membuahkan hasil-hasil (karma) besar dalam samsara
Punya yang terus-menerus tidaklah terjadi
Seperti yang dihasilkan Bodhicitta aktual.

18.

Dan bagi mereka yang telah mengembangkan Bodhicitta ini dengan sempurna,
Dengan pikiran yang tak pernah berpaling
Untuk membebaskan sepenuhnya
Berbagai jenis makhluk tak terhingga,

19.

Sejak saat itu
Bahkan dalam keadaan tidur maupun bawah sadar,
Kekuatan *punya* seluas angkasa
Akan dihasilkan terus-menerus.

20.

Demi mereka yang tertarik pada *Shravakayana*,
Ini telah dinyatakan secara logis
Oleh Tathagata sendiri
Dalam *Subahupariprccha-sutra*.

21.

Jika bahkan pemikiran untuk membebaskan
Para makhluk dari sakit kepala semata
Merupakan suatu keinginan bermanfaat
Yang dipenuhi kebajikan tak terbatas,

22.

Lalu apalagi

Keinginan untuk membebaskan semua penderitaan mereka yang tak terbayangkan,

Menginginkan setiap makhluk

Merealisasi kualitas-kualitas bajik tak terbatas?

23.

Bahkan, apakah para ayah dan ibu

Memiliki keinginan seagung ini?

Apakah para dewa dan *rsi* memilikinya?

Bahkan apakah Brahma memilikinya?

24.

Jika sebelumnya para makhluk belum pernah terpikir

Untuk memiliki keinginan seperti itu

Bahkan untuk diri mereka sendiri,

Bagaimana mungkin bisa muncul keinginan seperti itu untuk makhluk lain?

25.

Keinginan untuk memberikan manfaat kepada semua makhluk ini,

Yang tidak muncul dalam diri mereka bahkan untuk diri mereka sendiri,

Adalah permata *citta* yang luar biasa,

Dan kemunculannya merupakan keajaiban yang belum pernah terjadi sebelumnya.

26.

Bagaimana saya dapat memahami kedalaman

Kebajikan dari permata *citta* ini,

Obat mujarab yang menyembuhkan dunia dari penderitaan

Dan merupakan sumber dari semua kebahagiaan?

27.

Jika suatu keinginan bajik semata

Melampaui penghormatan kepada para Buddha

Lalu apalagi upaya untuk

Membuat semua makhluk bahagia, tanpa kecuali?

28.

Meskipun ingin terbebas dari penderitaan,

Mereka bergegas menuju penderitaan itu sendiri.

Meskipun ingin memiliki kebahagiaan

Secara bodoh mereka menghancurkannya seperti musuh.

29.

Bagi mereka yang sangat haus akan kebahagiaan

Dan terbebani dengan begitu banyak penderitaan,

Bodhicitta memuaskan mereka dengan semua kebahagiaan,

Menghilangkan semua *duhkha*,

30.

Dan menghilangkan kebingungan.
Di manakah ada kebajikan yang setara dengan ini?
Di manakah ada sahabat seperti ini?
Di manakah ada *punya* yang serupa dengan ini?

31.

Jika siapapun yang membalas suatu tindakan bajik
Ia patut mendapatkan pujian,
Lalu apalagi para Bodhisattva
Yang melakukan kebajikan tanpa diminta?

32.

Dunia menganggap bajik
Seseorang yang kadang-kadang memberikan sedikit makanan sederhana,
Dengan cara yang tidak hormat kepada beberapa makhluk,
Yang memuaskan mereka hanya setengah hari.

33.

Lalu apalagi seseorang
Yang terus-menerus memberikan kebahagiaan tak terbandingkan dari para Sugata?
Kepada para makhluk yang tak terhingga jumlahnya
Dengan demikian memenuhi semua harapan mereka?

34.

Buddha telah mengatakan bahwa siapapun yang memiliki pikiran negatif
Terhadap seorang yang bajik seperti seorang Bodhisattva
Akan dilahirkan di neraka selama banyak kalpa
Sebanyak pikiran-pikiran negatif mereka.

35.

Meskipun demikian, jika suatu tindakan bajik muncul (berkenaan dengan itu),
Hasilnya akan jauh berlipat-ganda dari itu.
Ketika para Bodhisattva mengalami penderitaan hebat, mereka tidak membangkitkan pikiran
negatif,
Sebaliknya kebajikan mereka bertambah secara alamiah.

36.

Saya bersujud pada tubuh Mereka
Yang Bodhicitta berharga dan suci telah muncul.
Saya mengandalkan sumber kebahagiaan tersebut
Ia yang membawa kebahagiaan bahkan untuk mereka yang menyakitinya.

Bab 2

Pengakuan Karma-karma Negatif (Skt. *Papa-desana*)

1.

Untuk mencapai Bodhicitta berharga tersebut
Sekarang saya memberikan persembahan kepada para Tathagata,
Kepada Dharma yang suci, permata tanpa noda,
Dan kepada para Jinaputra, Samudra Kualitas-kualitas Sempurna.

2.

Apapun bunga-bunga dan buah-buah yang ada,
Dan apapun jenis obat-obatan,
Apapun permata yang ada di dunia ini
Dan apapun air jernih menyegarkan;

3.

Begitu juga, gunung-gunung yang dilapisi permata,
Hutan, tempat-tempat yang tenang dan menyenangkan,
Pepohonan surgawi yang dihiasi bunga-bunga
Dan pepohonan dengan dahan-dahan yang penuh dengan buah;

4.

Wewangian dari alam-alam surgawi,
Dupa, pohon pengabul keinginan dan pohon permata,
Panen yang tanpa dibajak, dan segala perhiasan
Yang layak untuk dipersembahkan;

5.

Danau dan telaga yang dihiasi teratai,
Dan suara indah dari angsa liar,
Semua yang tanpa pemilik
Dalam lingkup angkasa tak terbatas;

6.

Membayangkan semua ini dalam pikiran, saya mempersembahkannya
Kepada makhluk agung, para Buddha dan juga para Jinaputra,
Oh, Yang Penuh Welas Asih, mohon ingatlah saya
Dan terimalah persembahan-persembahan saya ini.

7.

Saya miskin akan *punya*,
Dan saya tidak mempunyai hal lain untuk dipersembahkan.
Oh para Pembimbing, engkau yang ingin membantu makhluk lain,
Melalui daya kekuatan-Mu, terimalah persembahan ini demi diriku.

8.

Untuk selamanya, saya akan mempersembahkan tubuh-tubuhku
Kepada para Jina dan para Jinaputra.
Mohon terimalah saya, Engkau Vira Agung,
Dengan penuh hormat, saya akan menjadi pelayan-Mu.

9.

Sepenuhnya mengandalkan-Mu, dengan demikian tanpa takut akan samsara
Saya akan memberi manfaat kepada semua;
Saya akan sepenuhnya mengatasi tindakan-tindakan negatif saya sebelumnya
Dan tidak akan melakukannya lagi di masa mendatang.

10.

Tempat pemandian yang sangat harum semerbak,
Dengan lantai kristal yang berkilau-kilau
Dan pilar-pilar indah yang dihiasi permata,
Dengan kanopi di atasnya bercahayakan mutiara,

11.

Saya memohon kepada para Tathagata dan para Jinaputra
Untuk datang dan memandikan tubuh Mereka
Dengan banyak bejana permata yang berisikan air wangi dan memikat,
Hingga iringan musik dan nyanyian.

12.

Saya mengeringkan tubuh Mereka dengan kain-kain tak terbandingkan
Bersih dan diperciki wewangian,
Dan kemudian saya mempersembahkan
Busana wangi dengan warna yang sesuai kepada para Makhluk Suci ini.

13.

Saya menghiasi
Arya Samantabhadra, Arya Manjughosha,
Arya Avalokiteshvara dan semua yang lainnya.
Dengan banyak perhiasan dan berbagai busana lembut nan indah.

14.

Seperti halnya memoles emas murni
Begitu juga saya mengolesi tubuh Buddha yang memancarkan cahaya,
Dengan parfum pilihan yang keharumannya menjangkau
Ribuan juta dunia.

15.

Dan kepada objek pemberian tertinggi, saya persembahkan
Karangan bunga yang tertata baik dan indah,

Begitu juga bunga-bunga beraroma harum nan mempesona,
Seperti bunga lili, melati dan teratai mekar.

16.

Saya juga mempersembahkan dupa harum
Yang aromanya wangi memikat pikiran,
Begitu juga citarasa surgawi
Termasuk berbagai makanan dan minuman.

17.

Kepada mereka saya persembahkan pelita-pelita permata
Yang tertata di atas kuncup teratai emas;
Di atas tanah yang diperciki air wangi
Saya menaburkan kelopak-kelopak bunga yang harum.

18.

Kepada mereka yang memiliki welas asih,
Saya persembahkan istana-istana yang diliputi alunan musik,
Yang indah diterangi oleh mutiara-mutiara dan permata-permata menjuntai
Yang menghiasi ruang tak terbatas.

19.

Selamanya, saya akan persembahkan kepada semua Buddha
Payung-payung permata dengan pegangan keemasan
Dan hiasan-hiasan indah di lingkaran tepinya
Berdiri tegak dengan bentuknya yang indah dipandang.

20.

Sebagai tambahan, agar kumpulan persembahan yang berlimpah
Diiringi dengan musik merdu dan menyenangkan,
(Bagaikan) awan-awan yang menghilangkan penderitaan semua (makhluk),
Tetap berada (selama dibutuhkan),

21.

Dan agar bunga-bunga dan permata berharga
Terus berjatuhan
Di atas stupa dan rupang,
Dan di atas semua permata Dharma.

22.

Dengan cara sebagaimana Arya Manjughosha dan lainnya
Telah melakukan persembahan kepada para Jina,
Demikian pula saya menghaturkan persembahan kepada para Tathagata
Para Pembimbing, para Bodhisattva dan semuanya.

23.

Saya mengagungkan Samudra Kualitas-kualitas Sempurna
Dengan gatha-gatha pujian merdu tak terhingga;
Agar pujian-pujian merdu yang berlimpah ini
Terus-menerus berkumandang di hadapan Mereka.

24.

Dengan tubuh sebanyak
Seluruh atom-atom di jagat raya
Saya bersujud kepada semua Buddha di tiga masa,
Dharma dan Arya Sangha.

25.

Demikian pula saya bersujud pada semua stupa,
Pada landasan-landasan dari Bodhicitta,
Kepada semua kepala biara dan para Guru
Serta kepada semua praktisi agung.

26.

Saya mengandalkan semua Buddha
Hingga saya mencapai sari Penggugahan,
Demikian pula, saya mengandalkan Dharma
Dan kumpulan para Bodhisattva.

27.

Dengan tangan beranjali saya memohon
Kepada para Buddha dan Bodhisattva
Yang memiliki *mahakaruna*
Dan bersemayam di seluruh penjuru.

28.

Sejak masa tak berawal dalam samsara,
Dalam kehidupan ini dan kehidupan-kehidupan lainnya,
Tanpa disadari, saya telah melakukan tindakan-tindakan negatif
Dan menyuruh (orang lain) melakukannya.

29.

Dikuasai oleh kecoh-an-kecoh-an *avidya*
Saya bergembira atas apa yang telah dilakukan,
Namun sekarang, dengan melihat kekeliruan-kekeliruan ini,
Dari lubuk hati, saya mengakuinya di hadapan para Buddha.

30.

Apapun tindakan negatif dari tubuh, ucapan dan pikiran
Yang telah saya lakukan karena *klesha*,
Terhadap Triratna,
Orang tua saya, Guru-guru saya dan lainnya,

31.

Dan semua tindakan negatif yang berat yang telah saya lakukan,
Yang begitu negatif dan terkontaminasi
Dengan begitu banyak kekeliruan,
Saya mengakuinya secara terbuka di hadapan para Pembimbing Dunia.

32.

Akan tetapi sangatlah mungkin saya meninggal
Sebelum seluruh karma negatif saya terpurifikasi
Karena itu mohon bimbinglah sedemikian rupa
Agar dengan cepat dan pasti saya terbebas darinya.

33.

Raja Kematian yang tak dapat dipercaya
Tidak pernah menunggu apakah hal-hal sudah diselesaikan atau belum;
Apakah saya sehat atau sakit,
Kehidupan yang cepat berlalu ini tidaklah pasti.

34.

Meninggalkan segalanya, saya akan pergi seorang diri.
Namun karena tidak memahami hal ini,
Saya telah melakukan berbagai macam tindakan negatif
Demi teman-temanku dan musuh-musuh.

35.

Musuh-musuhku akan musnah.
Teman-temanku akan musnah,
Saya juga akan musnah.
Demikian pula, semuanya akan musnah.

36.

Seperti halnya pengalaman mimpi,
Apapun yang saya nikmati
Akan menjadi kenangan.
Apapun yang telah lewat, tak akan dapat dialami kembali.

37.

Bahkan dalam kehidupan singkat ini,
Banyak teman dan musuh yang telah tiada,
Namun apapun tindakan negatif tak tertahankan yang telah saya lakukan demi mereka
Terus-menerus mengikuti saya.

38.

Dengan demikian, karena tak menyadari
Bahwa saya akan musnah secara tiba-tiba,
Saya telah melakukan begitu banyak tindakan negatif
Karena *moha*, *raga* dan *dvesha*.

39.

Siang dan malam tanpa henti,
Hidup semakin singkat
Dan tak pernah bertambah panjang.
Bagaimana mungkin kematian tak menghampiriku?

40.

Selagi saya berbaring di ranjang kematian,
Meskipun dikelilingi para sahabat dan sanak saudara,
Perasaan berakhirnya hidup ini
Akan kurasakan seorang diri.

41.

Ketika terdekup oleh para pesuruh Raja Kematian,
Apa gunanya para sahabat dan sanak saudara?
Hanya kebajikanku sendiri yang dapat melindungiku pada waktu itu,
Namun saya tidak pernah mengandalkannya.

42.

Oh para Pembimbing! Saya telah begitu lalai,
Tidak menyadari teror seperti ini,
Telah mengumpulkan begitu banyak tindakan negatif
Demi kehidupan yang sementara ini.

43.

Orang yang hari ini dibawa ke ruang penyiksaan
Sangat ketakutan
Dengan mulut kering dan mata yang cekung mengerikan,
Penampilannya telah berubah sepenuhnya.

44.

Apalagi rasa putus asa yang hebat
Saat terserang oleh kepanikan luar biasa
Terdekap oleh wujud nyata
Para pesuruh Raja Kematian yang menakutkan?

45.

"Siapakah yang dapat memberiku perlindungan sesungguhnya
Dari ketakutan hebat ini?"
Dengan mata melotot menakutkan
Saya akan mencari andalan di setiap penjuru.

46.

Setelah tak menemukan andalan di manapun,
Saya akan diliputi kemurungan.
Jika tak menemukan perlindungan,
Lalu apa yang dapat saya lakukan?

47.

Karena itu, sekarang saya mencari andalan
Kepada para Buddha yang membimbing mereka yang berkelana,
Yang berjuang menjadi naungan bagi semua makhluk
Dan dengan kekuatan hebat, menghilangkan semua ketakutan.

48.

Demikian pula, dengan sungguh-sungguh saya mengandalkan
Dharma yang telah Mereka capai
Yang menghilangkan ketakutan akan samsara,
Dan juga kepada kumpulan para Bodhisattva.

49.

Gemetar karena ketakutan
Saya mempersembahkan diri kepada Arya Samantabhadra
Juga kepada Arya Manjughosha,
Saya memberikan tubuhku sebagai persembahan.

50.

Kepada Pembimbing Avalokiteshvara
Yang bertindak tanpa salah berdasarkan welas asih,
Saya mengeluarkan jeritan memilukan,
"Mohon bimbinglah pelaku tindakan negatif ini!"

51.

Dalam mencari andalan
Saya menjerit dari lubuk hati
Kepada Arya Akashagarbha, Ksitigarbha
Dan semua Pembimbing yang Penuh Welas Asih.

52.

Dan saya mengandalkan Arya Vajrapani
Dimana dengan melihat-Nya, semua makhluk negatif,
Termasuk para pesuruh Raja Kematian,
Berlari ketakutan ke segala penjuru.

53.

Sebelumnya, saya telah gagal menjalankan nasihat-Mu,
Namun kini setelah menyaksikan ketakutan hebat ini,
Saya mengandalkan-Mu.
Dengan melakukan ini, agar ketakutan ini secepatnya berakhir.

54.

Jika saya perlu menuruti nasihat dokter
Ketika merasa takut pada suatu penyakit biasa,
Lantas apalagi ketika mengalami penyakit yang terus-menerus
Yang dijangkiti berbagai *klesha*, seperti *raga* dan sebagainya.

55.

Dan jika satu *klesha* saja dapat menghancurkan
Semua orang yang ada di bumi ini
Dan jika tak dapat ditemukan di manapun di jagat raya
Obat lain yang dapat menyembuhkan mereka,

56.

Maka jika kita tidak mengikuti nasihat
Dari Tabib yang Berpengetahuan Sempurna
Yang dapat mengakhiri setiap penderitaan,
Itu sungguh bodoh dan pantas menjadi cemoohan.

57.

Jika saya perlu berhati-hati
Di ujung sebuah tebing yang kecil dan biasa
Lantas apalagi jika berada di ujung tebing
Dimana saya dapat terjatuh ke bawahnya sedalam ribuan *yojana* untuk jangka waktu yang lama.

58.

Tidaklah pantas saya bersenang-senang,
Berpikir bahwa hari ini saya tidak akan mati,
Karena saatnya akan tiba tak terelakkan
Dimana waktu itu saya akan musnah.

59.

Siapakah yang dapat memberiku rasa ketidaktakutan?
Bagaimana saya dapat terbebas dari ini dengan pasti?
Jika saya akan musnah secara tak terelakkan,
Bagaimana saya bisa santai dan bersenang-senang?

60.

Apa yang tertinggal padaku kini
Dari berakhirnya pengalaman-pengalaman lampau?
Namun karena keterikatanku yang luar biasa terhadapnya
Saya telah mengabaikan nasihat Guruku.

61.

Setelah meninggalkan kehidupan ini
Dan semua sahabat serta sanak saudaraku,
Jika saya harus pergi sendirian ke tempat lain
Apa gunanya menjalin persahabatan dan permusuhan?

62.

Siang dan malam terus-menerus
Seharusnya saya hanya memikirkan ini:
"Bagaimana secara pasti saya dapat bebas
Dari tindakan-tindakan negatif, sumber semua penderitaan?"

63.

Apapun yang telah saya lakukan
Karena kesalahpengertian dan ketidaktahuan,
Baik tindakan-tindakan yang secara alamiah bersifat negatif
Maupun tindakan-tindakan yang dianjurkan untuk tidak dilakukan oleh Buddha,

64.

Dengan kerendahan hati, saya mengakui semuanya
Di hadapan para Pembimbing,
Dengan tangan beranjali, saya bernamaskara berulang-kali,
Dengan *citta* yang diliputi ketakutan akan penderitaan (yang akan datang).

65.

Saya memohon kepada semua Pembimbing Dunia
Untuk menerima pengakuanku atas tindakan-tindakan negatifku.
Karena hal-hal ini tidak bajik,
Saya tak akan melakukannya lagi di masa mendatang.

Bab 3

Menerima Bodhicitta Sepenuhnya (Skt. *Bodhicitta-parigraha*)

1.

Dengan gembira, saya bermudita atas kebajikan
Yang membebaskan penderitaan mereka
Yang ada di alam-alam rendah
Dan yang memberikan kebahagiaan kepada mereka yang menderita.

2.

Saya bermudita atas pengumpulan kebajikan
Yang merupakan kondisi terbebasnya (para Arhat),
Saya bermudita atas kepastian terbebasnya para makhluk
Dari penderitaan samsara.

3.

Saya bermuditas atas tergugahnya para Buddha
Dan juga atas pencapaian *bhumi* para Bodhisattva.

4.

Dan dengan gembira, saya bermudita
Atas samudra kebajikan dari mengembangkan Bodhicitta
Yang menginginkan semua makhluk berbahagia,
Dan juga atas tindakan-tindakan yang memberi manfaat kepada mereka.

5.

Dengan tangan beranjali, saya memohon
Kepada para Buddha di seluruh penjuru
Untuk menyalakan pelita Dharma
Bagi semua yang tersesat dalam kegelapan penderitaan.

6.

Dengan tangan beranjali, saya memohon
Kepada para Jina yang ingin memperagakan *parinirvana*,
Agar tetap tinggal selama berkalpa-kalpa tak terhingga
Dan tidak meninggalkan dunia dalam kegelapan.

7.

Dengan demikian, melalui kebajikan yang telah dikumpulkan
Dari semua yang telah saya lakukan,
Agar penderitaan setiap makhluk
Sepenuhnya berakhir.

8.

Agar saya menjadi dokter dan obat
Dan agar saya menjadi perawat
Bagi semua makhluk yang sakit di dunia,
Hingga semuanya sembuh.

9.

Agar hujan makanan dan minuman turun
Menghilangkan rasa sakit dari haus dan lapar,
Dan selama kalpa kelaparan
Agar saya sendiri menjadi makanan dan minuman.

10.

Agar saya menjadi harta karun yang tiada habis-habisnya
Bagi mereka yang miskin dan melarat;
Agar saya menjadi segala sesuatu yang mereka butuhkan
Dan agar semua ini ditempatkan di dekat mereka.

11.

Tanpa merasa kehilangan sedikit pun
Saya akan memberikan tubuh dan kenyamanan-kenyamanan saya
Begitu juga semua kebajikan saya di tiga masa
Demi memberi manfaat kepada semua.

12.

Dengan memberikan semuanya, *duhkha* teratasi
Dan saya akan merealisasi keadaan Nirvana.
Adalah terbaik, (sekarang) saya memberikan semuanya kepada semua makhluk
Dengan cara yang sama sebagaimana pada saat kematian.

13.

Setelah memberikan tubuh ini
Demi kebahagiaan semua makhluk,
Dengan membunuh, menyiksa, dan memukulnya,
Agar mereka selalu melakukannya sesuka hati mereka.

14.

Meskipun mereka mungkin mempermainkan tubuh saya
Dan menjadikannya sumber lelucon dan cemoohan,

Karena saya telah memberikan tubuh ini kepada mereka
Apa gunanya mempertahankannya dengan rasa sayang?

15.

Oleh karena itu, saya akan mempersilakan mereka melakukan apa saja pada tubuh ini,
Yang tidak menyebabkan bahaya apapun bagi mereka
Dan ketika siapapun bertemu dengan saya
Agar itu tak pernah menjadi sia-sia baginya.

16.

Jika dalam diri mereka yang bertemu dengan saya,
Suatu keyakinan atau kemarahan muncul,
Agar hal itu selamanya menjadi sumber
Terpenuhinya semua keinginan mereka.

17.

Agar semua yang mengatakan hal-hal buruk kepada saya
Atau menyebabkan bahaya apapun bagi saya,
Dan mereka yang mencemooh dan menghina saya
Memiliki faktor-faktor yang mendukung untuk sepenuhnya tergugah.

18.

Agar saya menjadi Pembimbing bagi mereka yang tidak memilikinya,
Seorang Pembimbing bagi semua pengelana yang sedang dalam perjalanan;
Agar saya menjadi jembatan, perahu dan kapal,
Bagi semua yang ingin menyeberang.

19.

Agar saya menjadi pulau bagi mereka yang mencarinya
Dan pelita bagi mereka yang menginginkan cahaya,
Agar saya menjadi tempat tidur bagi semua yang ingin beristirahat
Dan budak bagi semua yang menginginkan budak.

20.

Agar saya menjadi permata pengabul keinginan, sebuah vas ajaib,
Mantra-mantra berdaya kuat, dan obat yang sangat manjur,
Agar saya menjadi pohon pengabul keinginan
Dan sapi yang berlimpah bagi dunia.

21.

Seperti halnya ruang
Dan elemen-elemen utama seperti tanah,
Agar saya selalu menopang kehidupan
Semua makhluk tak terbatas.

22.

Dan hingga mereka terbebas dari *duhkha*
Agar saya juga menjadi sumber kehidupan
Di semua alam dari berbagai makhluk
Yang jumlahnya memenuhi angkasa.

23.

Sebagaimana para Sugata sebelumnya
Telah merealisasi Bodhicitta,
Dan sebagaimana mereka kemudian
Menjalankan praktik-praktik Bodhisattva (*paramita*);

24.

Demikian juga, demi semua makhluk
Saya membangkitkan Bodhicitta,
Dan begitu pula, kemudian saya akan
Menjalankan *paramita-paramita*.

25.

Demi mengembangkannya lebih lanjut dari sekarang,
Mereka yang cerdas yang benar-benar menjalankan
Bodhicitta dengan cara ini,
Seharusnya memuliakannya dengan cara berikut:

26.

"Hari ini hidup saya telah membuahkan hasil;
(Setelah) mendapatkan kehidupan manusia yang berharga ini,
Saya telah dilahirkan dalam keluarga Buddha
Dan sekarang saya adalah seorang Jinaputra.

27.

Karena itu, mulai sekarang tindakan apapun yang saya lakukan
Harus selaras dengan keluarga ini.
Saya tak akan pernah menodai atau mencemarkan
Keluarga agung dan tanpa cela ini.

28.

Seperti halnya seorang buta
Menemukan sebuah permata dalam tumpukan sampah,
Demikian juga, melalui kondisi-kondisi tertentu,
Bodhicitta telah muncul dalam diri saya.

29.

Bodhicitta adalah *ambrosia* tertinggi
Yang mengatasi daya kematian,

Bodhicitta adalah harta karun yang tiada habis-habisnya
Yang menghilangkan semua kemiskinan di dunia.

30.

Bodhicitta adalah obat paling mujarab
Yang menyembuhkan penyakit dunia.
Bodhicitta adalah pohon yang menaungi semua makhluk
Yang berkelana kelelahan di jalan samsara.

31.

Bodhicitta adalah jembatan universal
Yang menghantarkan pada pembebasan dari kelahiran-kelahiran rendah,
Bodhicitta adalah *citta* yang bagaikan rembulan menuju purnama
Yang menghilangkan siksaan *klesha-klesha*.

32.

Bodhicitta adalah mentari agung yang akhirnya menghilangkan
Kabut kesalahpengertian dunia,
Bodhicitta adalah intisari
(Mentega dari adukan susu) Dharma.

33.

Bagi semua pengelana yang melintasi jalan samsara
Yang ingin mengalami kebahagiaan berlimpah,
Ini akan memuaskan mereka dengan kegembiraan
Dan sesungguhnya menempatkan mereka dalam *mahasukha*.

34.

Hari ini di hadapan semua Pembimbing
Saya mengundang dunia untuk menjadi tamu-tamu
Pada pesta kebahagiaan sementara dan tertinggi.
Agar para dewa, *asura* dan semuanya bergembira.

Bab 4 Menjaga Bodhicitta (Skt. *Bodhicitta-pramada*)

1.
Setelah mantap merealisasi Bodhicitta dengan cara ini,
Seorang Jinaputra tidak seharusnya goyah;
Mereka seharusnya selalu berupaya
Agar tak pernah berpaling dari praktik mereka.
2.
Dalam hal tindakan-tindakan ceroboh
Atau tindakan-tindakan yang tidak dipertimbangkan dengan matang,
Meskipun mungkin janji telah dilakukan,
Adalah tepat untuk mempertimbangkan kembali apakah saya harus melakukannya atau tidak.
3.
Namun bagaimana mungkin saya dapat mengabaikan
Apa yang telah dianalisa melalui *prajna* agung
Para Buddha dan Bodhisattva,
Dan bahkan berkali-kali oleh saya sendiri?
4.
Jika setelah bertekad demikian,
Saya tidak menjalankannya,
Maka dengan menipu setiap makhluk
Kelahiran seperti apa yang akan saya alami?
5.
Jika telah diajarkan (oleh Buddha)
Bahwa mereka yang tidak memberi
Hal terkecil yang ingin mereka berikan
Akan terlahir kembali sebagai *preta*;
6.
Lalu jika saya menipu semua makhluk,
Setelah dengan tulus mengajak mereka
Pada keadaan *sukha* yang tak terbandingkan,
Akankah saya mengalami kelahiran kembali yang bahagia?
7.
Hanya Ia yang Berpengetahuan Sempurna
Yang dapat melihat tindakan dari mereka
Yang meninggalkan Bodhicitta namun telah bebas;
Itu di luar jangkauan pikiran makhluk biasa.

8.

Ini, bagi seorang Bodhisattva,
Merupakan kegagalan terberat,
Karena seandainya ini terjadi,
Kebahagiaan semua makhluk akan melemah.

9.

Dan seandainya mereka menghalangi atau merintangangi
(Tindakan) kebajikan bahkan hanya sesaat,
Dengan melemahkan kebahagiaan semua makhluk,
Mereka akan mengalami kelahiran tanpa henti di alam-alam rendah.

10.

Karena dengan menghancurkan kebahagiaan bahkan satu makhluk pun,
Saya akan mengalami kelahiran di alam rendah,
Lalu apalagi
Menghancurkan kebahagiaan makhluk-makhluk seluas angkasa?

11.

Karena itu, mereka yang mempunyai daya Bodhicitta,
Dan gagal dalam menjalankannya,
Tetap berputar-putar dalam samsara
Dan untuk jangka waktu yang lama, terhalang dari pencapaian *bhumi-bhumi* Bodhisattva.

12.

Karena itu, seperti telah saya janjikan
Dengan penuh hormat saya akan menyesuaikan tindakan-tindakan saya.
Jika dari sekarang saya tidak berupaya.
Saya akan semakin terpuruk ke alam-alam rendah.

13.

Meskipun para Buddha tak terhitung jumlahnya telah muncul
Demi memberi manfaat kepada setiap makhluk,
Namun saya tidak mendapatkan pertolongan Mereka
Karena kekeliruan saya sendiri.

14.

Dan jika saya terus-menerus bertindak seperti ini,
Lagi dan lagi saya akan mengalami
(Penderitaan) di alam-alam tidak bahagia, sakit, terbelenggu,
Terluka dan berlumuran darah.

15.

Jika munculnya Tathagata,
Keyakinan, kelahiran sebagai manusia

Dan keadaan yang pas untuk mengembangkan kebajikan adalah langka,
Kapankah hal-hal tersebut akan terjadi lagi?

16.

Meskipun hari ini saya sehat,
Terawat dengan baik dan tidak mengalami gangguan-gangguan,
Hidup hanya sesaat dan penuh kecoh;
Tubuh bagaikan objek pinjaman untuk sekejap.

17.

Dengan sikap seperti ini,
Saya tak akan memperoleh tubuh manusia lagi,
Dan jika tubuh manusia ini tidak didapatkan,
Hanya akan ada tindakan-tindakan negatif dan tanpa kebajikan.

18.

Jika saya mempunyai kesempatan untuk hidup dalam kebajikan
Namun tindakan-tindakan saya tidak bajik,
Lalu apa yang dapat saya lakukan
Ketika dibingungkan dengan penderitaan alam-alam rendah?

19.

Dan jika saya tidak melakukan tindakan-tindakan bajik (di sana),
Namun mengumpulkan begitu banyak tindakan negatif,
Lalu selama ratusan juta kalpa
Saya bahkan tak akan pernah mendengar kata "kehidupan yang bahagia."

20.

Untuk alasan-alasan demikian, Buddha telah bersabda
Sulitnya kura-kura memasukkan lehernya
Ke dalam gelang yang terapung di samudra luas,
Adalah lebih sulit memperoleh kelahiran sebagai manusia.

21.

Jika gagal menjalankan sila bahkan hanya sekejap
Akan berada di neraka terendah selama satu kalpa,
Lalu karena kegagalan-kegagalan yang telah saya kumpulkan sejak masa tak berawal,
Bukankah pasti bahwa saya tidak akan mengalami kelahiran yang bahagia?

22.

Namun setelah mengalami (kelahiran di neraka tersebut) semata
Saya masih belum bebas;
Karena selagi hal itu dialami,
Tindakan-tindakan negatif lainnya akan semakin bertambah banyak.

23.

Jadi jika setelah mendapatkan kebebasan seperti ini,
Saya tidak menyelaraskan diriku dengan apa yang bajik,
Tiada penipuan yang lebih besar lagi,
Dan tiada yang kebodohan yang lebih besar lagi.

24.

Dan jika, setelah memahami ini,
Secara bodoh saya masih terus bermalas-malasan,
Ketika waktu kematian menjelang,
Dukacita yang luar biasa akan melanda.

25.

Lalu jika tubuh saya terbakar untuk jangka waktu yang lama
Dalam api neraka yang tak tertahankan,
Pikiran saya akan tersiksa tak terelakkan
Oleh kobaran penyesalan yang tak tertahankan.

26.

Karena kondisi-kondisi tertentu, setelah mendapatkan
Keadaan yang bermanfaat ini yang begitu sulit ditemukan,
Jika sekarang selagi dapat memilah,
Saya menyeret diriku sekali lagi ke alam-alam neraka,

27.

Lalu seakan-akan terhipnotis oleh suatu jampi
Saya kehilangan akal
Meskipun saya tidak tahu apa yang membuatku bingung;
Apa yang ada dalam diri saya?

28.

Meskipun musuh-musuh seperti *dvesha* dan *raga*
Tidak memiliki lengan maupun kaki,
Dan juga tidak memiliki keberanian maupun bijak,
Bagaimana saya bisa diperlakukan seperti budak olehnya selama ini?

29.

Selama *klesha-klesha* muncul dalam *citta* saya,
Dalam kesenangan, ia menyebabkan saya menderita,
Namun dengan sabar saya membiarkannya tanpa kemarahan,
Ini memalukan dan bukanlah saat yang pantas untuk bersabar.

30.

Seandainya bahkan semua dewa dan *asura*
Menjadi musuh-musuh saya dan melawan saya,
Mereka tak dapat membawa maupun menempatkan saya
Dalam kobaran api neraka terendah.

31.

Namun, musuh yang kuat ini, *klesha-klesha* ini
Dalam sekejap dapat melempar saya ke dalam (kobaran api tersebut)
Dimana ketika terkena kobaran api itu, bahkan menyebabkan
Gunung Meru menjadi tak bersisa tanpa abu.

32.

Semua musuh lainnya tak mampu
Menetap selama itu
Seperti *klesha-klesha* saya;
Yang ada sejak masa tak berawal.

33.

Jika saya menghormati dan mempercayakan diriku (pada makhluk lain)
Mereka akan memberiku manfaat dan kebahagiaan,
Namun jika saya mempercayakan diriku pada *klesha-klesha* ini,
Ia hanya akan membawa penderitaan dan bahaya di masa depan.

34.

Selagi dalam samsara, bagaimana saya bisa bahagia dan tidak takut
Jika dalam hatiku, saya menyediakan tempat
Bagi musuh bebuyutan yang sudah lama ini,
Penyebab tunggal dari bertambahnya semua yang menyebabkan penderitaan saya?

35.

Dan bagaimana saya bisa bahagia
Jika pada jaring keterikatan dalam *citta* saya,
Bersemayam para penjaga penjara samsara,
Klesha-klesha ini yang menjadi algojo dan penyiksa saya di neraka?

36.

Karena itu, selama musuh ini tidak dihancurkan dengan pasti di depan mataku,
Saya akan berupaya tanpa menyerah (demi tujuan tersebut).
Setelah menjadi marah pada seseorang yang hanya menyebabkan penderitaan sedikit dan singkat
Orang yang penuh kebanggaan ini tidak akan tidur sebelum musuh mereka terkalahkan.

37.

Dan jika selama terlibat dalam pertempuran sengit
Karena berkeinginan kuat untuk menaklukkan mereka yang mempunyai *klesha*,
Yang juga akan mengalami penderitaan di saat kematian,
Orang-orang mengabaikan rasa sakit tertusuk tombak dan panah
Dan tidak akan mundur hingga hari kemenangan tiba;

38.

Pasti saya tidak seharusnya ciut dan bermalas-malasan,
Bahkan jika saya harus mengalami begitu banyak penderitaan

Bila sekarang saya berjuang untuk mengalahkan musuh-musuh internalku,
(*Klesha-klesha ini*) yang merupakan sumber semua penderitaanku?

39.

Jika meskipun bekas luka yang diakibatkan oleh musuh tak berguna
Dipamerkan di tubuh seperti perhiasan,
Lalu mengapa penderitaan selagi berjuang sungguh-sungguh untuk mencapai tujuan tertinggi
Menjadi masalah bagi saya?

40.

Jika para nelayan, pemburu dan petani,
Yang hanya memikirkan mata pencaharian mereka sendiri,
Menanggung penderitaan panas dan dingin,
Mengapa saya tidak bersabar (dalam mengalami penderitaan) demi kebahagiaan dunia?

41.

Saat saya bertekad membebaskan semua makhluk,
Yang ada di sepuluh penjuru yang memenuhi angkasa,
Dari *klesha* mereka,
Namun saya sendiri belum terbebas dari *klesha*.

42.

Karena itu, tidak menyadari bahkan kemampuan saya sendiri,
Bukankah suatu kegilaan berbicara seperti itu?
Meskipun demikian, saya tak akan pernah mundur
Dari upaya menaklukkan *klesha* saya sendiri.

43.

Dan melakukan ini adalah satu-satunya tujuan saya;
Dengan dendam yang kuat, saya akan berhadapan dengannya (*klesha-klesha*) di medan
pertempuran!
Namun emosi-emosi seperti ini
Hanya ditujukan untuk menghancurkan *klesha-klesha*.

44.

Lebih baik saya terbakar,
Terpenggal kepalaku dan terbunuh,
Daripada bertekuk lutut
Pada *klesha* yang terus bermunculan.

45.

Musuh biasa bila diusir dari suatu negeri,
Akan mundur dan menetap di negeri lainnya,
Ketika kekuatannya telah pulih, mereka lalu kembali.
Namun cara musuh ini, *klesha*-ku, tidak seperti ini.

46.

Klesha! Ketika dilatasi dengan mata *prajna*
Dan dihilangkan dari *citta* saya, ke mana engkau akan pergi?
Di mana engkau akan tinggal, untuk mencederaiku lagi (di kemudian hari)?
Orang lemah, saya telah tidak berupaya.

47.

Jika *klesha-klesha* ini tidak eksis pada objek, indera, di antara keduanya atau di manapun,
Lalu di mana *klesha-klesha* tersebut eksis dan bagaimana *klesha-klesha* membawa penderitaan
pada dunia?

Klesha-klesha bagaikan ilusi – karena itu, saya harus menghilangkan ketakutan dalam hati saya
dan berupaya keras untuk mencapai *prajna*.
Tanpa alasan yang kuat, mengapa saya harus begitu menderita di neraka?

48.

Karena itu, setelah memikirkan hal ini dengan baik,
Saya harus menjalankan praktik-praktik ini seperti telah dijelaskan.
Jika petunjuk dokter diabaikan,
Bagaimana mungkin pasien yang membutuhkan pertolongan dapat disembuhkan oleh obatnya?

Bab 5

Menjaga Kewaspadaan (Skt. *Samprajanya-raksana*)

1.

Mereka yang ingin menjaga praktik mereka
Harus menjaga pikiran mereka dengan penuh perhatian
Karena mereka yang tidak menjaga pikiran mereka
Tak akan dapat menjaga praktik mereka.

2.

Di dunia ini, gajah yang tak terkendali dan liar
Tak dapat menyebabkan bahaya-bahaya
Seperti penderitaan di neraka terendah,
Yang dapat disebabkan oleh pikiran gajah liar saya.

3.

Namun, jika pikiran gajah liar saya diikat secara kokoh
Di semua sisi dengan tali perhatian penuh (*smrti*),
Semua ketakutan akan berhenti
Dan semua kebajikan akan kudapatkan (dengan mudah).

4.

Harimau, singa, gajah, beruang,
Ular dan segala bentuk musuh,

Para penjaga neraka,
Makhluk-makhluk halus dan para kanibal,

5.
Semuanya akan terkendalikan
Dengan hanya mendisiplinkan pikiran saya sendiri,
Dan semuanya akan terjinakkan
Dengan hanya menjinakkan pikiran saya sendiri.

6.
Guru Sempurna sendiri telah menunjukkan bahwa
Dengan cara ini, semua ketakutan
Serta semua penderitaan tak terhingga
Berasal dari pikiran.

7.
Siapakah yang secara sengaja menciptakan
Semua senjata untuk mereka yang ada di neraka?
Siapakah yang menciptakan tanah besi membara?
Dari manakah semua makhluk penggoda (di neraka) berasal?

8.
Muni telah berkata bahwa semua itu
Adalah (berasal) dari pikiran negatif,
Karena itu di *triloka*
Tiada yang perlu ditakutkan kecuali pikiran saya sendiri.

9.
Jika *dana paramita*
Adalah hilangnya kemiskinan di dunia,
Bagaimana para Buddha di masa lampau menyempurnakannya,
Jika para makhluk masih kelaparan sekarang?

10.
Dana paramita dikatakan sebagai
Pikiran yang bersedia untuk memberi segalanya kepada semua makhluk,
Termasuk hasil (*punya*) dari pemikiran seperti itu;
Oleh karena itu, *dana paramita* merupakan suatu keadaan pikiran.

11.
Tiada tempat manapun dimana pembunuhan
Ikan dan makhluk-makhluk lainnya telah dihentikan;
Karena pemikiran untuk meninggalkan hal-hal tersebut
Disebut sebagai *sila paramita*.

12.

Makhluk-makhluk tak terkendali adalah (tak terbatas jumlahnya) bagaikan angkasa:
Tak mungkin mereka semua dapat diatasi,
Namun, jika saya mengatasi pikiran kemarahan semata,
Ini sama dengan mengalahkan semua musuh.

13.

Di manakah saya dapat menemukan kulit yang cukup
Untuk menutupi permukaan bumi?
Namun (dengan mengenakan) kulit di alas kakiku
Itu berarti menutupi bumi dengannya.

14.

Demikian pula, tidaklah mungkin bagiku
Untuk mengendalikan hal-hal eksternal;
Namun jika saya mengendalikan pikiran saya sendiri
Untuk apa mengendalikan segala hal lainnya?

15.

Meskipun hanya mengembangkan keadaan konsentrasi yang tajam
Dapat menyebabkan (kelahiran) di alam Brahma,
Tindakan-tindakan fisik dan verbal tidak dapat membawa hasil demikian
Bila (disertai) dengan pikiran yang lemah.

16.

Ia yang Mengetahui Realita telah berkata
Bahwa bahkan pelafalan dan tantangan-tantangan fisik (*tapa*)
Yang dijalankan dalam jangka waktu yang lama,
Akan tak berarti jika pikiran berkelana.

17.

Bahkan mereka yang ingin menemukan kebahagiaan dan mengatasi penderitaan
Akan berkelana tanpa tujuan maupun makna
Jika mereka tidak memahami rahasia pikiran –
Pentingnya Dharma di atas segalanya.

18.

Dengan demikian
Saya akan mengendalikan dan menjaga pikiran saya dengan baik.
Tanpa disiplin menjaga pikiran,
Apa gunanya banyak disiplin lainnya?

19.

Seperti halnya saya akan penuh perhatian dan berhati-hati terhadap luka
Ketika berada di tengah-tengah hiruk-pikuk keramaian,
Jadi saya akan selalu menjaga luka pikiran saya
Ketika berada di antara orang-orang yang membahayakan.

20.

Dan jika saya berhati-hati terhadap luka
Karena takut tersakiti bahkan sedikit pun,
Lalu mengapa saya tidak menjaga luka pikiran saya
Dari rasa takut diremukkan oleh gunung-gunung di neraka?

21.

Jika saya bertindak dengan cara seperti ini,
Maka baik berada di antara orang-orang yang membahayakan
Atau bahkan di antara wanita
Upaya terus-menerus untuk mengendalikan diri saya, tidak akan merosot.

22.

Lebih baik tidak memiliki kekayaan,
Kehormatan, tubuh dan mata pencaharian,
Dan lebih baik membiarkan kebajikan-kebajikan lainnya merosot,
Daripada membiarkan (kebajikan-kebajikan) *citta* saya merosot.

23.

Oh, engkau yang ingin menjaga pikiranmu,
Saya memohon kepadamu dengan tangan beranjali:
Berjuanglah untuk mempertahankan
Smrti dan *samprajanya*!

24.

Orang yang terserang penyakit
Tak mampu melakukan apapun (yang bermanfaat),
Begitu pula, mereka yang pikirannya diliputi kebingungan
Tak mampu melakukan apapun (yang baik).

25.

Apapun yang telah dipelajari, dikontemplasikan dan dimeditasikan
Oleh mereka yang pikirannya kurang waspada,
Tak akan tersimpan dalam ingatannya,
Bagaikan air dalam bejana yang bocor.

26.

Bahkan mereka yang telah banyak belajar,
Memiliki keyakinan dan *virya* yang besar
Akan mengalami kegagalan (menjalankan sila)
Karena kekeliruan dari kurangnya kewaspadaan.

27.

Ketidakwaspadaan yang bagaikan pencuri,
Setelah menyebabkan merosotnya perhatian penuh (*smrti*),
Akan mencuri bahkan potensi-potensi positif (*punya*) yang telah saya kumpulkan
(Sehingga) saya akan terjatuh ke alam-alam rendah.

28.

Kumpulan pencuri ini, yang tak lain adalah *klesha-klesha*-ku sendiri
Akan mencari-cari kesempatan yang baik;
Setelah mendapatkannya, ia akan mencuri kebajikan
Dan menghancurkan (dicapainya) kelahiran di alam bahagia.

29.

Karena itu, saya tak akan pernah membiarkan *smrti* hilang
Dari gerbang *citta* saya.
Jika *smrti* hilang, saya akan mengingat penderitaan di alam-alam rendah,
Dan memantapkannya kembali.

30.

Dengan berada bersama para guru spiritual,
Dengan petunjuk-petunjuk dari para kepala biara dan dengan dilandasi rasa takut,
Smrti akan mudah dikembangkan
Bagi orang-orang beruntung yang menjalankannya dengan penuh hormat.

31.

"Saya senantiasa berada di hadapan
Semua Buddha dan Bodhisattva
Yang selalu memiliki
Pandangan tanpa rintangan."

32.

Dengan berpikir demikian
Saya akan mengembangkan standar diri (*hr*), rasa hormat dan rasa takut.
Juga dengan melakukan ini,
Buddha-anusmrti (mengingat kembali Buddha) akan berlangsung terus-menerus.

33.

Ketika *smrti* dijalankan dengan tujuan
Menjaga gerbang pikiran,
Maka kewaspadaan akan muncul
Dan bahkan kewaspadaan yang telah hilang akan timbul kembali.

34.

Ketika, begitu saya (akan bertindak),
Saya melihat *klesha* muncul dalam pikiran saya,
Pada saat itu juga, saya akan diam
Tak bergeming bagaikan sepotong kayu.

35.

Saya tak akan melihat ke sekeliling
Dengan pikiran teralihkan tanpa tujuan;

Dengan pikiran yang mantap
Saya akan selalu mengarahkan mataku ke bawah.

36.
Namun demi menyegarkan pandangan,
Untuk sesaat saya akan melihat ke sekeliling,
Dan jika seseorang muncul di hadapanku
Saya akan menatapnya dan berkata, "Halo."

37.
Untuk mengecek apakah ada bahaya dalam perjalanan
Saya akan terus-menerus melihat ke empat penjuru.
Setelah berhenti sejenak, saya akan menengok ke sekeliling
Dan kemudian menoleh ke belakang.

38.
Setelah memeriksa baik ke depan maupun ke belakang
Saya akan melanjutkan perjalanan atau pulang kembali
Menyadari perlunya (perhatian yang waspada demikian)
Saya akan bersikap seperti ini dalam segala situasi.

39.
(Begitu) bersiap-siap untuk suatu tindakan dengan pemikiran,
"Tubuh saya akan tetap dalam keadaan seperti ini."
Maka secara berkala saya akan melihat
Bagaimana tubuh ini dijaga.

40.
Dengan segala upaya, saya akan memastikan
Bahwa pikiran gajah liar saya
Tidak berkelana, namun terikat
Pada pilar besar untuk mengingat Dharma.

41.
Mereka yang berjuang dengan segala cara demi konsentrasi
Seharusnya tidak berkelana meskipun hanya sesaat;
Dengan berpikir, "Bagaimana tindak-tanduk pikiran saya?"
Mereka harus menganalisa pikiran mereka secara seksama.

42.
Namun, jika saya tidak mampu melakukannya
Ketika berada dalam suasana ketakutan atau terlibat dalam puja-puja persembahan dan
sebagainya, saya akan membiarkan yang sepantasnya.
Karena itu, telah diajarkan bahwa pada saat melakukan pemberian
Seseorang dapat bersikap netral terhadap (beberapa aspek dari) *vinaya*.

43.

Saya akan menjalankan tindakan apapun yang ingin saya lakukan,
Dan tidak melakukan hal-hal lain kecuali itu.
Dengan *citta* tertuju pada tugas tersebut,
Saya akan menyelesaikannya terlebih dahulu.

44.

Dengan bertindak demikian, semuanya akan terlaksana dengan baik,
Namun (dengan bertindak) sebaliknya, tiada (tindakan) yang terlaksana.
Begitu pula, *klesha* tidak akan bertambah
Karena kurangnya kewaspadaan.

45.

Jika saya berada di tengah-tengah
Pembicaraan yang tak bermanfaat,
Atau jika saya melihat suatu pertunjukan spektakuler
Saya akan menghindari keterikatan terhadapnya.

46,

Jika tanpa alasan, saya mulai menggali tanah,
Mencabut rumput atau menggambar di atas tanah,
Maka dengan mengingat nasihat dari para Buddha,
Karena rasa takut, saya akan segera menghentikannya.

47.

Kapanpun saya ingin
Menggerakkan tubuh atau mengucapkan sesuatu,
Pertama-tama, saya akan menganalisa pikiran saya
Dan kemudian, dengan mantap, saya akan bertindak dengan cara yang pantas.

48.

Kapanpun ada keterikatan dalam *citta* saya
Dan kapanpun ada keinginan untuk marah,
Saya tidak akan melakukan atau mengucapkan apapun,
Namun saya akan tak bergeming bagaikan sepotong kayu.

49.

Kapanpun *klesha* muncul, keinginan untuk meremehkan orang lain dengan kata-kata,
Merasa diri lebih penting atau berpuas diri;
Ketika saya berniat mengutarakan kesalahan-kesalahan orang lain,
Berpura-pura dan berkeinginan untuk menipu orang lain;

50.

Kapanpun saya sangat menginginkan pujian
Atau ingin menyalahkan orang lain;
Kapanpun, saya ingin menyakiti dengan kata-kata dan menyebabkan perselisihan;
Dalam (semua) keadaan demikian, saya akan tak bergeming bagaikan sepotong kayu.

51.

Kapanpun saya menginginkan materi, kehormatan atau ketenaran;
Kapanpun saya mencari pengikut atau sekumpulan teman-teman,
Dan ketika dalam pikiran, saya ingin dilayani;
Dalam (semua) keadaan demikian, saya akan tak bergeming bagaikan sepotong kayu.

52.

Kapanpun saya berkeinginan mengurangi atau berhenti berupaya demi makhluk lain
Dan berkeinginan untuk mencari kebahagiaanku sendiri,
Jika (terdorong oleh pemikiran-pemikiran demikian), muncul keinginan untuk mengucapkan
sesuatu,
Dalam keadaan demikian, saya akan tak bergeming bagaikan sepotong kayu.

53.

Kapanpun saya tidak sabar, malas, bersikap pengecut,
Tak punya standar diri atau ingin membicarakan hal-hal tak berguna;
Jika pikiran-pikiran berpihak muncul,
Dalam keadaan demikian, saya akan tak bergeming bagaikan sepotong kayu

54.

Setelah menganalisa *citta* mereka dengan cara ini
Terhadap *klesha* dan terhadap pikiran-pikiran yang terarahkan pada hal-hal tak berguna,
Para (Bodhisattva) pemberani akan menjaga pikiran mereka dengan mantap
Melalui (aplikasi) dari daya-daya penawar.

55.

Dengan sangat kokoh dan yakin,
Mantap, penuh hormat, sopan,
Dengan standar diri, penuh pengertian dan damai,
Saya akan berjuang untuk membuat makhluk lain bahagia.

56.

Saya tak akan berkecil hati oleh segala tingkah
Kekanak-kanakan mereka yang saling bertentangan;
Mengetahui bahwa munculnya hal-hal tersebut dikarenakan *klesha* mereka
Dan karena itu, saya akan berbaik hati (terhadap mereka).

57.

Dalam melakukan hal-hal yang bersifat bajik
Baik demi diri sendiri maupun makhluk lain
Saya akan selalu menjaga pikiran saya,
(Bertindak) tanpa kesombongan diri, bagaikan sebuah emanasi ajaib.

58.

Dengan berpikir secara berulang-ulang
Bahwa setelah begitu lama, saya telah mendapatkan kebebasan terbesar,

Demikian pula, saya akan menjaga pikiran saya
Tak tergoyahkan sekokoh Gunung Meru.

59.

Citta, jika engkau tidak bersedih
Ketika tubuh ini terseret dan tercerai-berai
Oleh burung nasar yang haus akan daging,
Lalu mengapa engkau begitu memikirkannya sekarang?

60.

Mencengkeram tubuh ini sebagai "milik saya,"
Mengapa, *citta*, engkau begitu menjaganya?
Karena engkau dan tubuh ini adalah terpisah,
Apa gunanya tubuh ini bagimu?

61.

Mengapa, *citta* yang bingung,
Engkau tidak menginginkan sepotong kayu yang bersih?
Apa gunanya menjaga mesin yang dipenuhi
Kotoran yang membusuk ini?

62.

Pertama-tama, secara mental pisahkan
Lapisan-lapisan kulit (dari dagingnya)
Dan lalu dengan pisau bedah *prajna*,
Pisahkan daging dari kerangkanya;

63.

Dan setelah terbelah bahkan tulang-tulangnyanya,
Lihatlah ke dalam sumsumnya.
Selagi menganalisa ini, tanyakan dirimu,
"Di manakah sifat kehakikiannya?"

64.

Jika, meskipun mencari dengan upaya demikian
Engkau dapat memahami ketidakhakikian,
Lalu mengapa engkau masih menjaga tubuh ini sekarang
Dengan begitu banyak keterikatan?

65.

Apa gunanya tubuh ini bagimu
Jika kotoran di dalamnya tak dapat engkau makan,
Jika darahnya tak dapat engkau minum
Dan jika ususnya tak dapat engkau isap?

66.

Paling-paling tubuh ini hanyalah pantas dijaga
Untuk memberi makan burung nasar dan serigala.
(Sesungguhnya) tubuh manusia ini
Seharusnya hanya digunakan (untuk mempraktikkan kebajikan).

67.

Namun, jika engkau malah menjaganya (dengan keterikatan)
Lalu apa yang dapat engkau lakukan
Ketika tubuh ini dicuri oleh Raja Kematian
Dan diberikan pada anjing dan burung?

68.

Jika para pelayan tak diberikan baju dan sebagainya
Ketika mereka tak dapat diperkerjakan,
Lalu mengapa engkau melelahkan diri menjaga daging ini,
Mengurus tubuh ini jika akhirnya tubuh ini akan ditinggal.

69.

Jadi, setelah membayar upah tubuh ini,
Saya akan menggunakannya untuk membuat hidup saya bermakna.
Namun jika tubuh ini tak membawa manfaat,
Maka saya tidak akan memberikannya apapun.

70.

Saya akan menganggap tubuh saya sebagai perahu,
Sekedar sebagai sarana untuk datang dan pergi,
Dan demi memberi manfaat bagi semua makhluk
Mentransformasikannya menjadi tubuh pengabul keinginan.

71.

Jadi, selagi ada kebebasan untuk bertindak,
Saya akan selalu menunjukkan wajah tersenyum
Serta tidak mengerutkan wajah dan kelihatan marah;
Saya akan menjadi sahabat dan konselor bagi dunia.

72.

Saya tak akan memindahkan bangku dan sebagainya secara kasar
Tanpa mempertimbangkan orang lain,
Begitu pula membuka pintu secara kasar;
Saya akan selalu bergembira dalam kerendahan hati.

73.

Dengan bergerak tanpa suara dan hati-hati,
Burung bangau, kucing dan pencuri,
Mendapatkan apa yang ingin mereka lakukan;
Begitu juga, seorang Bodhisattva seharusnya selalu bersikap demikian.

74.

Dengan hormat, saya akan menerima dengan rasa terima kasih
Kata-kata tak diinginkan yang bermanfaat,
Dan yang secara bijak menasihati dan memperingatkanku
Sepanjang waktu saya akan menjadi murid dari semua orang.

75.

Saya akan berkata, "Itu baik," kepada mereka semua
Yang memabarkan (Dharma) dengan baik,
Dan jika saya melihat seseorang melakukan kebaikan,
Saya akan memuji mereka dan bersenang hati.

76.

Saya akan secara terbuka membicarakan kualitas-kualitas bajik (orang lain)
Dan mengulangi apa yang diucapkan orang lain.
Jika kebajikan saya sendiri dibicarakan,
Saya akan sekedar mengetahuinya dan menyadari bahwa saya memilikinya.

77.

Semua tindakan (orang lain) adalah sumber kebahagiaan
Yang langka meskipun itu dapat dibeli dengan uang.
Karena itu, saya akan bergembira menemukan kebahagiaan
Atas hal-hal bajik yang dilakukan orang lain.

78.

(Dengan melakukan ini) saya tak akan mengalami kerugian dalam kehidupan ini
Dan dalam kehidupan-kehidupan mendatang, saya akan memperoleh kebahagiaan berlimpah.
Namun kekeliruan (karena tidak menyukai kualitas-kualitas bajik orang lain), akan membuat saya
tidak bahagia dan menderita,
Dan dalam kehidupan-kehidupan mendatang, saya akan mengalami penderitaan hebat.

79.

Ketika berbicara, saya akan mengucapkan hal yang bermanfaat dari lubuk hati saya,
Menyampaikan maksud dengan jelas dan dengan ucapan yang menyenangkan.
Saya tak akan berbicara berdasarkan *raga* atau *dvesha*,
Namun berbicara dengan suara yang lembut dan secukupnya.

80.

Ketika menatap seseorang dengan mata saya,
Berpikir, "Saya akan tergugah sepenuhnya
Dengan bergantung pada makhluk ini,"
Saya akan melihat orang tersebut dengan kasih sayang dan hati terbuka.

81.

Senantiasa termotivasi oleh aspirasi agung,
Atau termotivasi oleh daya-daya penawar,

Jika saya mengarahkan upaya terhadap mereka yang mempunyai kualitas-kualitas bajik, yang bermanfaat bagi orang lain maupun yang menderita.
Kebajikan-kebajikan agung akan dihasilkan.

82.

Saya sendiri akan melakukan apapun
Dengan *prajna* dan *virya*,
Saya tidak akan bergantung pada orang lain
Atas tindakan apapun yang saya lakukan.

83.

Saya akan menjalankan *paramita-paramita* seperti *dana paramita* dan sebagainya
Dimana *paramita* berikutnya lebih agung dari *paramita* sebelumnya.
Saya tak akan mengabaikan kebajikan yang besar demi kebajikan yang lebih kecil
Yang terpenting, saya akan melakukan apa yang paling bermanfaat bagi makhluk lain.

84.

Setelah ini dipahami dengan baik,
Saya akan senantiasa berjuang demi kebahagiaan makhluk lain.
Para Buddha telah mengajarkan bahwa seorang (Bodhisattva)
Dapat melakukan tindakan-tindakan yang tidak diperkenankan (bagi makhluk lainnya).

85.

Saya akan berbagi makanan dengan mereka yang terjatuh ke alam-alam rendah,
Mereka yang tanpa perlindungan dan para praktisi,
Dan makan secukupnya saja untuk menopang hidupku.
Saya akan memberikan semuanya, kecuali ketiga potong jubah.

86.

Tubuh ini yang digunakan demi Dharma yang suci
Seharusnya tidak disakiti hanya demi tujuan yang sepele,
Dengan bersikap demikian,
Keinginan-keinginan semua makhluk akan segera terpenuhi.

87.

Mereka yang tidak memiliki motivasi murni dari welas asih
Seharusnya tidak memberikan tubuh mereka,
Sebaliknya, dalam kehidupan ini maupun kehidupan-kehidupan mendatang,
Mereka seharusnya memberikan tubuh ini demi tercapainya tujuan agung.

88.

Dharma seharusnya tidak diajarkan kepada mereka yang tidak menghargainya,
Kepada mereka yang mengenakan kain di kepala, meskipun tidak sedang sakit,
Kepada mereka yang memakai payung, memegang tongkat atau senjata,
Kepada mereka yang kepalanya ditutupi.

89.

Tidak juga kepada seorang wanita yang tidak didampingi seorang pria.
Kepada para makhluk berkapasitas kecil, ajaran yang luas dan mendalam seharusnya tidak diberikan,
(Namun) saya akan selalu memiliki rasa hormat yang sama
Pada ajaran-ajaran Dharma yang mendasar maupun yang mendalam.

90.

Kepada seseorang yang cocok dengan Dharma yang mendalam,
Saya tidak akan menjelaskan Dharma yang sifatnya mendasar
Saya tidak meninggalkan cara hidup (Bodhisattva)
Tidak juga mengarahkan orang lain secara keliru dengan cara sutra maupun tantra.

91.

Ketika saya meludah atau membuang tusuk gigi
Saya akan menutupinya.
Begitu juga tidaklah pantas membuang air kecil dan sebagainya
Di air maupun tanah yang digunakan orang lain.

92.

Saat makan saya tidak akan mengisi mulut dengan penuh,
Makan dengan berisik atau membuka mulut dengan lebar.
Saya tidak akan duduk dengan kaki selonjor,
Atau mengosok-gosok tanganku.

93.

Saya tidak akan duduk sendirian dalam kendaraan, di atas tempat tidur
Atau di ruangan bersama isteri orang lain.
(Secara singkat), setelah menjaga atau mengetahui apa yang pantas,
Saya tidak akan melakukan apapun yang tidak disukai orang-orang di dunia.

94.

Saya tidak akan menunjukkan arah dengan satu jari,
Tetapi sebaliknya saya akan menunjukkan jalan
Secara hormat dengan tangan kanan,
Dengan seluruh jariku terjulur.

95.

Saya juga tidak akan menggerak-gerakkan tanganku,
Namun saya akan menunjukkan maksudku
Dengan isyarat sederhana dan jentikan jari.
Jika tidak, saya akan kehilangan kendali.

96.

Sebagaimana Buddha berbaring pada saat *parinirvana*,
Begitu juga saya berbaring di sisi kanan (saat tidur)

Dan pertama-tama dengan penuh kewaspadaan,
Bertekad kuat untuk bangun lagi segera.

97.

(Meskipun saya tak dapat mempraktikkan semua)
Keaneka-ragaman cara hidup Bodhisattva yang tidak terbatas
Paling tidak, saya pasti akan mempraktikkan
Cara hidup untuk mengembangkan pikiran ini.

98.

Tiga kali di siang hari dan tiga kali di malam hari
Saya akan melafalkan *Sutra Triskandha*;
Karena dengan mengandalkan para Buddha dan Bodhicitta
Kegagalan-kegagalan yang masih ada (dalam menjalankan sila) akan terpurifikasi.

99.

Apapun yang saya lakukan dalam situasi apapun,
Baik untuk diri sendiri maupun demi manfaat bagi makhluk lain,
Saya akan berjuang untuk mempraktikkan
Apapun yang telah diajarkan untuk situasi tersebut.

100.

Tiada sesuatu apapun
Yang tidak dipelajari oleh seorang Bodhisattva,
Karena itu, jika saya terampil dengan cara hidup ini
Tak ada yang menjadi tidak baik.

101.

Baik secara langsung maupun tidak langsung, saya tidak akan melakukan apapun
Yang tidak membawa manfaat bagi makhluk lain.
Dan hanya demi kebahagiaan para makhluk,
Saya akan mendedikasikan semuanya demi Penggugahan.

102.

Meskipun harus mengorbankan hidupku,
Saya tak akan pernah meninggalkan *kalyanamitra*,
Yang mahir dalam ajaran Mahayana
Dan yang merupakan seorang praktisi Bodhisattva agung.

103.

Saya akan mempercayakan diriku pada Guru saya
Dalam cara seperti diajarkan dalam *Kisah Shrisambhava*.
Ajaran ini dan ajaran-ajaran lainnya yang diajarkan Buddha
Dapat saya pahami dengan membaca sutra-sutra tersebut.

104.

Saya akan membaca sutra-sutra
Karena dari sanalah, praktik-praktik berasal
Untuk memulainya, saya akan membaca
Sutra Akashagarbha.

105.

Selain itu, saya pasti akan membaca
Shiksha-samuccaya secara berulang-ulang,
Karena apa yang harus dipraktikkan secara terus-menerus
Dijelaskan dengan sangat baik dan ekstensif di sana.

106.

Demikian pula, kadang kala saya akan membaca *Ringkasan Sutra-samuccaya*.
Dan saya akan berusaha mempelajari
Kedua teks berjudul sama yang ditulis Arya Nagarjuna.

107.

Saya akan melakukan apapun yang diperkenankan dalam teks-teks tersebut,
Dan ketika saya menemukan suatu praktik di sana,
Saya akan menjalankannya dengan sempurna
Demi mendisiplinkan pikiran orang-orang duniawi (*laukika*).

108.

Karakteristik jelas dari menjaga kewaspadaan,
Secara singkat, hanyalah ini;
Mengamati berulang-ulang
Kondisi tubuh dan pikiran.

109.

Karena itu, saya akan mempraktikkan cara hidup seperti ini,
Karena apa yang dapat dicapai dengan sekedar membicarakannya?
Apakah orang yang sakit akan mendapatkan manfaat
Hanya dengan membaca resep obat?

Catatan:

*Diterjemahkan dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia oleh tim Potowa Center. April 2010.
Bab 6-10 masih sedang diterjemahkan.*