

Merenungkan Ciptarasa (*Samutthāna*) oleh Upasaka Salim Lee

Selamat malam semuanya. Sama seperti kalian, saya pun berlibur. Izinkan saya menulis sesuatu untuk kita renungkan bersama. Sedikit menggunakan waktu liburan ini untuk bersyukur dan merenung ...

Apakah itu MOTIVASI?

KBBI: mo.ti.va.si

1. dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu
2. usaha yang dapat menyebabkan seseorang atau kelompok orang tertentu tergerak melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang dikehendakinya atau mendapat kepuasan dengan perbuatannya.

***Samutthāna* dan Padanan Bahasa Tibetnya: *Kunlong* (*Kun Slong*)**

Samutthāna (Sanskerta: dasar niat dan kondisi batin), dalam bahasa Tibet: *kun slong* (ཀུན་སྤོང་) atau lebih tepatnya dalam konteks motivasi yang menyeluruh: *āśaya* (niat yang dalam, disposisi batin) dan *adhyāśaya* (niat yang semakin matang dan kokoh).

Akan tetapi, ***samutthāna* (*kunlong*)** sebenarnya mencakup lebih luas dari sekadar "motivasi" dalam pengertian psikologi modern. Ia adalah keseluruhan keadaan batin yang menjadi tanah tempat tindakan tumbuh, bukan hanya "mengapa aku melakukan ini", tetapi "dari tempat mana dalam diriku tindakan ini berasal."

Ini perbedaan yang sangat penting:

- Motivasi dalam psikologi modern: alasan atau dorongan untuk bertindak.
- ***Samutthāna* (*kunlong*)**: kualitas kesadaran yang menyeluruh yang menjadi sumber tindakan.

Dua orang bisa melakukan tindakan yang sama persis — memberikan uang kepada yang membutuhkan — tetapi ***samutthāna* (*kunlong*)**-nya bisa sangat berbeda: dari rasa bersalah, dari keinginan dipuji, dari kasih yang tulus, atau dari pemahaman tentang ketidakterpisahan. Tindakannya sama, tetapi benih yang ditanam sangat berbeda.

Hubungan *Samutthāna* (*Kunlong*) dengan *Cetanā*

Di sinilah hubungannya sangat erat dan sangat halus.

Cetanā adalah kehendak yang muncul dalam satu momen. *Cetanā* adalah karma itu sendiri, *cetanā* bekerja di titik momen itu.

***Samutthāna* (*kunlong*)** adalah medan yang lebih luas — keadaan batin yang menyeluruh yang mewarnai *cetanā* sebelum ia muncul.

Analoginya:

- *Samutthāna* (*kunlong*) adalah tanah dan iklim
- *Cetanā* adalah benih yang jatuh di tanah itu
- Karma adalah buah yang tumbuh.

Benih yang sama akan tumbuh berbeda di tanah yang berbeda. *Cetanā* yang sama — misalnya kehendak untuk membantu — akan menghasilkan karma yang berbeda tergantung pada *samutthāna* (*kunlong*) yang menjadi tanahnya.

Maka, *samutthāna* (*kunlong*) adalah lapisan di bawah *cetanā*. Inilah mengapa ia begitu penting dan begitu sering tidak disadari. Kita sering memeriksa apa yang kita lakukan dan mengapa kita melakukannya, tetapi jarang memeriksa dari keadaan batin mana tindakan itu berasal.

Bagaimana *Bodhicitta* Berbeda dari Sekadar Motivasi

Motivasi biasa, bahkan motivasi yang mulia masih beroperasi dalam kerangka *asmimāna*: ada aku yang bermotivasi, ada tujuan yang ingin dicapai, ada hasil yang diharapkan. Bahkan motivasi untuk “membantu semua makhluk” bisa masih bersifat transaksional jika di dasarnya masih ada “aku yang mulia yang membantu.”

Bodhicitta berbeda dalam dua lapisan:

Bodhicitta relatif (*samvrti-bodhicitta*): niat yang tulus untuk mencapai penggugahan demi semua makhluk. Ini masih dalam ranah motivasi, tetapi motivasi yang sudah mulai melampaui diri. *Migunani tumrapping liyan* ini adalah *bodhicitta* relatif dalam bahasa Jawa. Ia masih ada "aku yang bergerak menuju yang lain", tetapi arahnya sudah terbalik dari *asmimāna* yang biasa.

Bodhicitta absolut (*paramārtha-bodhicitta*), ini sudah bukan lagi "motivasi" dalam pengertian biasa. Ini adalah visi langsung tentang ketidakterpisahan — *prajñā* yang melihat bahwa tidak ada batas sejati antara “aku yang membantu” dan “yang dibantu.” Tindakan kasih tidak lagi lahir dari keputusan moral atau niat yang dibangun. Ia lahir secara alami seperti air yang mengalir ke bawah karena visi tentang kenyataan sudah berubah.

Perbedaan yang paling sederhana:

Motivasi biasa berkata: “Aku ingin membantu.”

Bodhicitta relatif berkata: "Aku berkomitmen untuk berguna bagi semua makhluk."

Bodhicitta absolut tidak berkata apa-apa — ia hanya bergerak, karena batas antara diri dan yang lain sudah tidak sekokoh dulu.

Pelatihan yang Efektif: Tiga Tahap yang Saling Mensyaratkan

Śruta-mayī prajñā: *prajñā* yang lahir dari mendengar/mempelajari. Ini fondasi. Tanpa pengertian yang benar tentang cara kerja batin — *bija*, *vāsanā*, *vedanā*, *cetanā*, *asmimāna* — kita berlatih dalam kegelapan seperti dokter yang belum mempelajari anatomi. Namun, ini baru peta, belum perjalanan.

Cintā-mayī prajñā: *prajñā* yang lahir dari perenungan mendalam. Pengetahuan yang dipelajari diendapkan, dipertanyakan, diuji dengan pengalaman sendiri. Bukan diterima begitu saja. Bukan pula ditolak, melainkan direnungkan sampai ia mulai terasa hidup dalam diri sendiri.

Di sinilah *samutthāna (kunlong)* mulai berubah. Bukan karena kita "memutuskan" untuk berubah, melainkan karena pemahaman yang semakin dalam secara alami mengubah cara kita melihat.

Bhāvanā-mayī prajñā: *prajñā* yang lahir dari pengembangan/pelatihan langsung yang 'mendarah-daging'. Ini penerapan, tetapi bukan penerapan mekanis. Ia adalah hidup yang dijalani sebagai pelatihan, pelatihan sebagai cara hidup. Setiap momen *vedanā* adalah kesempatan. Setiap bangkitnya *asmimāna* adalah undangan untuk melihat lebih jernih. Setiap tindakan adalah penanaman *bīja*.

Satu Hal yang Sering Terlewat

Ketiga tahap itu tidak cukup tanpa satu unsur: *kalyāṇamitra* — sahabat sejati dalam perjalanan.

Vāsanā yang terbentuk dalam relasi tidak bisa sepenuhnya bertransformasi hanya melalui latihan soliter. Kita butuh cermin yang hidup — orang-orang yang bisa memantulkan kepada kita apa yang tidak bisa kita lihat sendiri, yang bisa menopang kita ketika latihan terasa berat, yang bisa menjadi contoh hidup bahwa transformasi itu mungkin. Transformasi batin pun tidak terjadi dalam isolasi.

Kembali ke *Samutthāna (Kunlong)*

Maka, pelatihan yang paling efektif, dalam pengertian ini adalah pelatihan *samutthāna (kunlong)* itu sendiri. Bukan hanya melatih tindakan atau bahkan pikiran, melainkan secara perlahan, sabar, dan berulang-ulang, mengubah tanah tempat semua tindakan tumbuh.

Caranya:

[1] Memeriksa *samutthāna (kunlong)* sebelum bertindak, bukan dengan kecemasan moral, melainkan dengan rasa ingin tahu yang jujur: "Dari mana ini berasal? Dari kelesah yang sedang bekerja? Dari kebiasaan lama? Atau dari tempat yang lebih jernih?"

[2] Tidak menghakimi *samutthāna (kunlong)* yang "belum bersih" karena penghakiman itu sendiri adalah kelesah baru. Cukup melihat, cukup mengenali.

[3] Mengembangkan *bodhicitta* relatif secara sadar dengan *migunani tumraping liyan* sebagai orientasi yang terus-menerus diperbarui. Bukan sekali diputuskan lalu selesai, melainkan diperbarui setiap pagi, setiap momen, sampai ia perlahan menjadi *vāsanā* baru yang meresap.

[4] Membiarkan *prajñā* bekerja dari bawah karena pada akhirnya, bukan kehendak yang mengubah *samutthāna (kunlong)*, melainkan visi yang semakin jernih. Semakin kita melihat

ketidakterpisahan, semakin *bodhicitta* absolut bukan lagi cita-cita, melainkan cara kenyataan terasa.

Dan di titik itu — **gerakan tanpa henti yang lahir dari keheningan itu** — *samutthāna (kunlong)* dan *cetanā, prajñā* dan *upāya*, diri dan yang lain, tidak lagi dua hal yang harus diselaraskan. Mereka sudah selalu satu.

Kira-kira istilah apa yang mendekati dan dapat kita gunakan untuk menggantikan *samutthāna* atau *kunlong*?

Apakah ada kata yang menggambarkan "keadaan batin yang menyeluruh sebelum tindakan", bukan niatnya, melainkan iklim batin yang melahirkan niat itu?

Beberapa Kemungkinan

"*Karep*" — mendekati *cetanā*, kehendak yang sudah terbentuk. Ini kata yang baik, tapi mungkin belum seluruhnya *samutthāna/kunlong*.

"*Niyat*" (dari Arab: *niyyah*) — kata ini sudah masuk dalam bahasa Jawa dan Indonesia, bermakna niat yang disadari, tetapi terlalu sadar dan verbal. ***Samutthāna (kunlong)* mencakup juga lapisan yang tidak disadari.**

"*Udel-udelaning ati*" — ini mungkin terlalu informal, tapi dalam percakapan Jawa sehari-hari, ungkapan tentang "apa yang ada di dasar hati" ini justru menangkap sesuatu yang *kun slong* maksudkan: bukan apa yang kita katakan sebagai alasan, melainkan apa yang sesungguhnya bergerak di kedalaman.

"Cipta" — dalam tradisi Jawa, cipta bukan sekadar "pikiran", melainkan keseluruhan orientasi kesadaran. Cipta, rasa, karsa adalah tritunggal Jawa yang sangat dalam:

- Cipta: orientasi kesadaran, cara pandang
- Rasa: kepekaan batin yang dalam
- Karsa: kehendak yang menggerakkan

Samutthāna (kunlong) mungkin paling dekat dengan gabungan cipta dan rasa, sebelum karsa bergerak.

Satu Kata Baru: Ciptarasa

Istilah 'ciptarasa' akan dirasakan oleh banyak orang sebagai "keadaan batin yang menyeluruh sebelum tindakan", **ladang dimana 'karsa' menyusul.**

Mengapa "Ciptarasa" Terasa Tepat

Istilah ini, ciptarasa, bukan terjemahan, tetapi kata yang tumbuh dari akarnya sendiri, dan justru karena itu membawa sesuatu yang terjemahan tidak bisa bawa.

Cipta — orientasi kesadaran, cara batin mengarahkan dirinya, bagaimana kita melihat sebelum kita bertindak.

Rasa — ini yang membuat kata ini khusus. Dalam tradisi Jawa, rasa bukan sekadar "perasaan" dalam pengertian emosi. Ia adalah kepekaan yang paling dalam — lapisan kesadaran yang paling halus yang mendahului pikiran dan kata-kata. Rasa adalah yang merasakan sebelum ada yang dirasakan secara sadar.

Keduanya disatukan, **ciptarasa** menjadi:

Keadaan batin yang menyeluruh — cara pandang dan kepekaan yang mendalam — yang menjadi ladang sebelum karsa tumbuh dan tindakan lahir.

Ini menangkap *samutthāna* (*kunlong*) dengan sangat utuh. Bahkan mungkin **lebih kaya**, karena:

- *Samutthāna* (*kunlong*) lebih menekankan motivasi dan keadaan mental.
- Ciptarasa menambahkan dimensi rasa yang dalam tradisi Jawa justru dianggap lebih dalam dari pikiran.

Ciptarasa sebagai Ladang Karsa

Gambaran **ladang** ini sangat tepat dan sangat Nusantara.

Pengertian ini pasti sudah 'ngoyut jero' — 'berakar yang dalam' di masyarakat sejak dulu, sebagai salah satu ajaran 'pakem' (pedoman pokok) dari *Buddhadharma* Nusantara dan tersirat di Piwulang Borobudur.

Ladang bukan pasif. Ladang adalah **hidup yang siap**. Ladang menentukan apa yang bisa tumbuh, bagaimana tumbuhnya, seberapa kuat akarnya. Petani yang bijak tidak hanya memikirkan benih, ia *mengolah tanah, ladangnya terlebih dahulu*.

Maka, dalam hidup sehari-hari:

Ciptarasa yang keruh — penuh kelesah, *asmimāna* yang kuat, *vāsanā* lama yang belum disentuh — akan melahirkan karsa yang reaktif, bahkan ketika tindakannya tampak baik di permukaan.

Ciptarasa yang jernih — hasil olah cipta yang dalam dan rasa yang peka — akan melahirkan karsa yang lahir dari tempat yang lebih luas dari sekadar kepentingan diri. Di sinilah *migunani tumraping liyan* bukan lagi keputusan moral, melainkan **ekspresi alami dari ciptarasa yang sudah matang**.

Dan **bodhicitta absolut** — dalam bahasa ini — adalah ciptarasa yang sudah begitu jernih sehingga **karsa yang lahir darinya selalu sudah bergerak menuju semua makhluk**, tanpa perlu diputuskan lagi.

Bagaimana menurut pendapat kalian? *Have a great, beneficial day, everyone!*

Oleh Upasaka Salim Lee, 25-26 Maret 2026.

Kata kunci: *cetanā*, ciptarasa, *samutthana*, *śruta-cintā-bhāvanā* (belajar, merenung, dan semadi).