

Sekejap Piwulang Borobudur oleh Upasaka Salim Lee

Selamat pagi saudara saya semuanya ... sebagai wujud 'syukuran' dan berterima kasih, saya ingin berbagi suatu ringkasan yang saya harap bisa kita gunakan dalam hidup kita dan membawa kesejahteraan yaitu ringkasan dasar Piwulang Borobudur. Semoga bermanfaat.

Sekejap Piwulang Borobudur

Karmavibhanga — *aku bertanggung jawab, ngunduh wohing pakarti*. Ini tapak landasan. Bukan hukuman, bukan takdir, melainkan kesadaran bahwa setiap tindakan memiliki bobot. Hidup bukan kebetulan, bukan kekacauan.

Jataka-Avadana — *aku bermakna ketika bermanfaat, migunani tumpraping liyan*. Setelah sadar akan prinsip sebab-akibat, pertanyaannya bukan lagi "bagaimana aku selamat?" melainkan "bagaimana aku hidup?" dan jawabannya adalah dengan melampaui kerepotan menanggulangi tantangan memuaskan diri sendiri dengan menjadi berguna bagi yang lain.

Lalitavistara — bukan sekadar biografi Buddha historis, melainkan arketipe — Bodhisatwa Svetaketu yang memilih turun, memilih terlibat, memutar roda *dharma*. Ini bukan pencapaian pribadi, ini gerakan keluar menuju dunia.

Gandavyuha — Sudhana yang berjalan, belajar dari setiap makhluk dan setiap situasi, menemukan bahwa *yathābhūtarśana* — melihat apa adanya — bukan hanya pencerahan atau penggugahan kontemplatif, melainkan kemampuan melihat ke-Buddha-an, *kasampurnaning dumadi*, dalam setiap wajah, setiap peristiwa, setiap sudut kehidupan.

Bhadracaryā-praṇidhāna, ikrar perilaku bajik Samantabhadra, bukan sekadar penutup *Gandavyuha*, tetapi adalah **pernyataan arah**: penggugahan yang sejati bukan pengalaman pribadi yang berhenti pada diri sendiri, tetapi harus *memancar keluar, harus berwujud di antara semua makhluk*, harus terus bergerak selama masih ada makhluk yang menderita.

Sepuluh ikrar Samantabhadra — menghormati semua Buddha, memuji keagungan mereka, mempersembahkan, mengakui kesalahan, bersukacita atas kebaikan semua makhluk, memohon *dharma* terus berputar, memohon para Buddha tetap di dunia, selalu belajar, melayani semua makhluk, dan melimpahkan semua jasa — ini adalah **welas asih dalam bentuk tindakan yang tak pernah berhenti**.

Jika *praññā* adalah melihat, maka *Samantabhadra-carya* adalah bergerak dari visi itu. Sepuluh ikrarnya bukan ritual, tetapi adalah perwujudan **upāya yang lahir dari praññā**, tindakan kasih yang muncul secara alami ketika seseorang sudah melihat bahwa dirinya dan semua makhluk tidak terpisah. *Praññā* dan *upāya* bukan dua hal, tetapi dua sisi dari satu kenyataan.

Bahwa ini yang dipilih sebagai ukiran terakhir di galeri tertinggi — ini adalah pernyataan

arsitektural yang sangat sadar: **puncak bukan keheningan yang menutup diri, melainkan gerakan tanpa henti yang lahir dari keheningan, gerakan kasih yang membuka diri tanpa batas.**

Jadi perjalanan naik Borobudur bukan pelarian dari dunia, melainkan **pembalikan motivasi secara total**: dari respek dan mengerti tentang karma, menuju tanggung jawab, menuju pengabdian, menuju visi yang menembus, dan kemudian kembali ke dunia dengan mata yang berbeda.

Tapak Landasan Pengertian: Cara Kerjanya dalam Pengalaman Langsung

Peta Dasarnya

Nāma-rūpa — pengalaman kita selalu datang sebagai nama (aspek mental: perasaan, persepsi, kesadaran) dan *rūpa* (aspek material: tubuh, dunia fisik). Kita tidak pernah bertatap dengan "realitas murni". Kita selalu bertatap dengan *nāma-rūpa*. Ini adalah medan tempat semua karma bekerja.

Vedanā — setiap pertemuan dengan *nāma-rūpa* langsung diwarnai oleh nada perasaan: menyenangkan, tidak menyenangkan, atau netral. Ini terjadi sebelum pikiran sempat berkomentar. Ini sangat cepat, sangat halus, tetapi sangat menentukan.

Cetanā — kehendak, niat, dorongan untuk merespons. Inilah yang Buddha sebut sebagai karma itu sendiri: "*Cetanāham bhikkhave kammaṃ vadāmi*" — "Kehendak itulah yang kusebut karma." Bukan tindakannya saja, melainkan kualitas kesadaran yang menggerakkan tindakan.

Bīja — benih. Setiap *cetanā* meninggalkan jejak, bukan di suatu "tempat", melainkan dalam kecenderungan batin itu sendiri seperti lintasan yang semakin dalam setiap kali dilalui.

Vāsanā — aroma yang tertinggal, residu yang lebih halus dari *bīja*. Jika *bīja* adalah benih yang masih bisa diidentifikasi, *vāsanā* adalah wewangian yang sudah meresap ke seluruh kain, tidak bisa ditunjuk satu per satu, tetapi mempengaruhi seluruh suasana batin. Ini adalah lapisan terdalam dari kebiasaan.

Asmimāna — "aku-anggapan sebagai pusat", "aku-sebagai sumber rasa". Ini yang paling halus dan paling mendasar. Bukan sekadar pikiran "aku adalah X", melainkan operasi dasar yang secara terus-menerus membagi pengalaman menjadi "yang aku" dan "yang bukan aku", "yang menguntungkan aku" dan "yang mengancam aku."

Cara Kerjanya — Satu Momen Penuh

Seseorang berkata sesuatu yang terasa meremehkan kita.

1. **Nāma-rūpa hadir** — suara masuk ke telinga, kata-kata terbentuk di kesadaran.

2. **Vedanā muncul** — tidak menyenangkan. Ini terjadi dalam sepersekian detik, bahkan sebelum kita "memutuskan" untuk tersinggung. Ini bukan salah kita, ini adalah cara kerja sistem.

3. **Vāsanā bekerja** — dari kedalaman, pola-pola lama bangkit. Mungkin dari masa kecil, mungkin dari pengalaman diremehkan sebelumnya. Batin sudah punya "lekuk, lintasan, tilasan" untuk situasi seperti ini dan cenderung mengalir ke sana secara otomatis.

4. **Asmimāna aktif** — "aku yang diremehkan", "martabatku yang diserang", "aku harus mempertahankan diri." Ini adalah operasi pembeda yang langsung membentuk seluruh persepsi. Kata-kata itu mungkin biasa saja, tetapi *asmimāna* mengubahnya menjadi ancaman.

5. **Cetanā terbentuk** — dan di sinilah persimpangan. Kehendak mulai terbentuk: membalas, menarik diri, meledak, atau ... berhenti.

6. **Bīja baru ditanam** — apa pun yang dipilih *cetanā* akan meninggalkan benih baru. Jika merespons dari reaktivitas, lintasan reaktivitas itu semakin dalam. Jika merespons dari kesadaran, lintasan kesadaran itu yang semakin dalam.

Di mana *Prajñā* dan *Upāya* Masuk

***Prajñā* bekerja di celah antara *vedanā* dan *cetanā*.**

Celah itu sangat sempit, kadang terasa tidak ada sama sekali. Namun, celah itulah satu-satunya tempat kebebasan. Bukan kebebasan untuk tidak merasakan *vedanā* — *vedanā* akan selalu ada, melainkan kebebasan untuk **tidak membiarkan *vedanā* langsung menjadi *cetanā* secara otomatis.**

Prajñā melihat "Ah, ini *vedanā* tidak menyenangkan. Ini *vāsanā* lama yang bangkit. Ini *asmimāna* yang merasa terancam." Bukan dengan jarak yang dingin, bukan dengan penolakan, melainkan dengan **pengenalan yang jernih dan hangat.**

Ketika *prajñā* hadir, *asmimāna* tidak lenyap seketika, tetapi **kehilangan daya otomatisnya.** Ia terlihat. Dan yang terlihat tidak lagi bisa bekerja dalam kegelapan dengan cara yang sama.

***Upāya* adalah cara *prajñā* itu kemudian bergerak.**

Mungkin diam sejenak. Mungkin berbicara dengan cara yang berbeda. Mungkin merasakan bahwa orang yang berkata demikian sedang membawa kelesahnya sendiri. Dan respons yang tepat bukan pembelaan diri, melainkan sesuatu yang lain sama sekali.

Tentang *vāsanā* yang paling sulit

Bīja bisa dilihat, kita bisa mengenali benih kebiasaan tertentu. Akan tetapi, *vāsanā* lebih sulit, karena ia sudah menjadi warna dasar dari seluruh cara kita merasakan dan memersepsi.

Seseorang yang tumbuh dalam keluarga yang tidak aman mungkin punya *vāsanā* kecemasan yang sudah meresap begitu dalam sehingga bahkan situasi yang aman pun terasa mengancam. Bukan karena ia "memilih" untuk cemas, melainkan karena seluruh sistem persepsinya sudah terwarnai demikian.

Cara kerja dengan *vāsanā* **bukan dengan melawannya** melainkan dengan **menghadirkan pengalaman yang berbeda, berulang-ulang, sampai lekuk lintasan baru terbentuk.**

Ini adalah *bhāvanā* — penumbuhkembangan, pengembangan, pelatihan batin. Bukan sekali, bukan cepat, tetapi seperti air yang perlahan membentuk lintasan baru di batu.

Dan di sini Sangha — komunitas — menjadi *upāya* yang tidak bisa digantikan. Karena *vāsanā* yang terbentuk dalam relasi hanya bisa benar-benar bertransformasi dalam relasi juga.

Tentang *asmimāna* yang paling mendasar

Ini yang paling halus dan paling penting untuk dipahami dengan tepat.

Asmimāna sering disalahpahami sebagai "ego yang harus dihancurkan." Ini berbahaya karena yang terjadi kemudian bukan pembebasan, melainkan penindasan diri yang berpakaian spiritualitas.

Pemahaman yang lebih tepat:

***Asmimāna* adalah operasi, bukan entitas**, bukan "sesuatu yang ada di dalam" yang harus dibuang, tetapi adalah cara kerja yang terkondisi — cara batin membentuk referensi diri untuk berfungsi di dunia.

Sebagian dari *asmimāna* diperlukan untuk berfungsi sehari-hari. Saya perlu tahu bahwa saya yang lapar, bukan orang lain. Saya perlu tahu bahwa saya yang berjanji sehingga saya yang menepatinya.

Yang dilampaui bukan *asmimāna* sebagai fungsi, melainkan *asmimāna* sebagai penjara — keyakinan bahwa ada "aku" yang tetap, solid, terpisah, yang harus terus-menerus dipertahankan dan diperbesar.

Ketika *prajñā* melihat *asmimāna* dengan jernih — "Ah, ini operasi pembeda yang sedang bekerja" — *asmimāna* tidak lenyap, tetapi mengendur. Cengkeramannya berkurang. Dan dalam kekenduran itulah ada ruang — ruang untuk merespons dari tempat yang lebih luas dari sekadar "apa yang menguntungkan aku."

Dalam perilaku dan sikap sehari-hari

Maka secara praktis, ini bisa berarti:

Mengenali *vedanā* sebelum bereaksi. Latihan sederhana tetapi sangat dalam: sebelum berbicara atau bertindak dalam situasi yang intens — satu napas, satu jeda — untuk mengenali "ini *vedanā* tidak menyenangkan yang sedang bekerja."

Mengamati *asmimāna* saat aktif. Bukan dengan menghakimi, melainkan dengan rasa ingin tahu yang hangat: "Bagian mana dari 'aku' yang merasa terancam sekarang?"

Memperlakukan *vāsanā* dengan kesabaran. Kebiasaan batin yang sudah lama tidak berubah dalam semalam. Akan tetapi, setiap momen kesadaran adalah benih baru yang ditanam. *Ngunduh wohing pakarti* berlaku di sini juga dalam arah yang membebaskan.

Melihat orang lain melalui kaca mata yang sama. Ketika seseorang menyakiti, ia juga sedang bergerak dari *vedanā*, *vāsanā*, dan *asmimāna*-nya sendiri. Ini bukan pembenaran, tetapi ini membuka pintu menuju respons yang lebih bijak dari sekadar reaksi.

Dan kembali ke *prajñā-upāya*

Maka lingkaran ini menyambung:

Prajñā melihat cara kerja karma dalam diri sendiri — *bīja*, *vāsanā*, *vedanā*, *cetanā*, *asmimāna* — bukan sebagai konsep, melainkan sebagai **pengalaman langsung yang sedang berlangsung**.

Dari visi itu, *upāya* lahir secara alami bukan sebagai aturan moral yang dipaksakan dari luar, melainkan sebagai **respons yang tepat yang muncul dari dalam**, karena batin sudah cukup jernih untuk melihat apa yang benar-benar dibutuhkan dalam momen ini.

Dan setiap *upāya* yang lahir dari *prajñā* menanam *bīja* baru — benih kesadaran yang perlahan mengubah *vāsanā*, melembutkan *asmimāna*, memperluas ruang antara *vedanā* dan *cetanā*.

Inilah **gerakan tanpa henti yang lahir dari keheningan**. Bukan dalam pengertian abstrak, melainkan dalam setiap momen kehidupan sehari-hari. ***Mamayu Hayuning Bawana***.

OM AWIGHENAM ASTU MUGI RAHAYU SAGUNG DUMADI

Selamat berhari Minggu semuanya ... Jaya jaya wijayanti

Oleh Upasaka Salim Lee, 12 April 2026.

Kata kunci: *asmimāna*, *bīja*, *cetanā*, *nāma-rūpa*, piwulang Borobudur, *prajñā-upāya*, *vāsanā*, *vedanā*