

## Tiga Laku Penggugahan: *Sīla, Samādhi, Prajñā* oleh Upasaka Salim Lee

### DALAM KONTEKS *SĪLA — SAMĀDHI — PRAJÑĀ*

*Sīla* adalah lanjaran — penopang, pengarah, pelindung. Menjaga agar batin tidak keruh.

*Samādhi* adalah kondisi ketika tanaman sudah menemukan arahnya dan tumbuh dengan mantap — tidak terombang-ambing, tidak merambat kesana-kemari. Ada keutuhan dalam pertumbuhannya, membuat batin stabil dan tidak goyah.

*Prajñā* adalah bunga dan buah yang muncul dari tanaman yang tumbuh dengan mantap itu — penglihatan yang menjadi mungkin karena ada kestabilan. Melihat kenyataan dengan jernih.

Ketiganya bukan tahapan linear yang diselesaikan satu per satu, melainkan tiga dimensi dari satu proses yang sama.

*Sīla* memungkinkan *samādhi*;  
*samādhi* memungkinkan *prajñā*; dan  
*prajñā* memperdalam *sīla*.  
Berputar saling menguatkan.

*sīla* (lanjaran) → menjaga arah tumbuh  
*samādhi* (batang tegak) → membuat hidup tidak goyah  
*prajñā* (buah) → kematangan pemahaman.

### AKAR KATA DAN MAKNANYA

#### *SĪLA*

'*Sīla*' sering diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris sebagai *ethical conduct, virtue, and moral discipline*.

Memang ada rasa kecanggungan menerjemahkannya ke dalam Bahasa Indonesia, apalagi menerangkan artinya. Karena istilah-istilah Inggris itu sedikit moralistik, padahal saya sering merasakan bahwa sila itu seperti 'lanjaran' dalam bahasa Jawa. Melindungi, menopang sekaligus 'mengarahkan', pegangan untuk merambat. Saya cenderung membiarkan dipakainya istilah 'sila' daripada misalnya, 'disiplin moral'. Meskipun ini juga butuh pengertian dan penjelasan sehingga tidak menjadi hanya 'asas' atau 'aturan'.

Istilah *sīla* (Pāli/Sanskerta: *śīla*) memang sering "menyempit" ketika diterjemahkan menjadi moral, etika, atau disiplin. Kata-kata itu cenderung membawa nuansa aturan luar, penilaian benar-salah, bahkan kadang rasa bersalah. Padahal dalam Buddhadharma, *sīla* jauh lebih organik, fungsional, dan hidup.

## ***Sīla* Bukan “Aturan”, tetapi Cara Hidup yang Menata Pengalaman**

Kalau kita kembali ke fungsi aslinya, *sīla* itu bukan pertama-tama “apa yang boleh/tidak boleh”, melainkan:

- menata hubungan kita dengan pengalaman (diri, orang lain, dunia)
- menjaga kejernihan batin agar tidak terguncang oleh penyesalan, konflik, atau kekacauan
- membentuk kondisi agar kewaskitaan (*prajñā*) bisa muncul.

Jadi *sīla* itu lebih dekat ke “cara hidup yang tidak mengacaukan batin sendiri maupun orang lain.”

### **Analogi “Lanjaran”**

KBBI: Lanjar » lan.jar.an

n alat (berupa kayu dan sebagainya) untuk menopang dan tempat menjalarkan tanaman menjalar

*Sīla* yang dirasakan sebagai ‘lanjaran’ itu sangat Nusantara dan sangat tepat secara esensial.

Lanjaran:

- bukan tanaman itu sendiri
- bukan buahnya
- bukan pula tujuan akhir

Tetapi:

- penopang agar tanaman bisa tumbuh ke arah yang baik
- pengarah agar tidak liar dan kusut
- pelindung agar tidak roboh atau rusak

Ini sangat selaras dengan fungsi *sīla*:

*Sīla* itu bukan tujuan akhir, tetapi struktur hidup yang memungkinkan “tumbuhnya penggugahan.”

Tanpa lanjaran:

- tanaman tetap hidup, tetapi mudah kusut, jatuh, atau tidak berbuah maksimal.

Tanpa *sīla*:

- batin tetap berjalan, tetapi mudah kacau, reaktif, dan tertutup dari kejernihan.

### ***Sīla* sebagai “Perlindungan Alami”, Bukan Paksaan**

Dalam banyak *sutta*, *sīla* justru dipahami sebagai sesuatu yang:

- melindungi (*rakkhati*)
- mendukung ketenangan (*samādhi*)

- mengarah pada kebebasan (*vimutti*)

Jadi BUKAN:

“Aku harus baik supaya jadi orang baik”

melainkan:

“Cara hidup ini menjaga batin tetap ringan, terbuka, dan tidak terbebani.”

Karena “pelanggaran” *sīla* sebenarnya bukan “dosa moral”, tetapi gangguan terhadap kejernihan dan keseimbangan batin sendiri. Sebenarnya, tidak ada ‘pelanggaran *sīla*’.

### **Mengapa Sering Terasa Moralistik?**

Karena dalam proses penyebaran budaya:

- *sīla* sering dijadikan alat pengaturan sosial atau
- standar identitas (“orang baik vs. tidak”)

Sehingga makna aslinya (yang fungsional dan membebaskan) menjadi:

- normatif
- kaku
- bahkan kadang menekan

Padahal dalam inti ajaran:

*sīla* itu bukan untuk menilai orang lain, tetapi untuk menjaga kejernihan pengalaman sendiri.

Maka, kadang lebih baik membiarkan istilah “*sīla*” tetap hidup sebagai istilah teknis.

Tetapi jika ingin diperjelas, mungkin beberapa pendekatan yang lebih “hidup”:

- “tata laku yang menopang kejernihan”
- “pegangan hidup yang melindungi batin”
- “lanjaran hidup” (ini sangat kuat!)

### ***Sīla* dalam Jalur Tiga Latihan (*Tri-sīkṣā*)**

Dalam struktur klasik:

- *sīla* → *samādhi* → *prajñā*
- *sīla* = lanjaran (penopang arah hidup)
- *samādhi* = batang yang tegak (ketenangan, stabilitas)
- *prajñā* = buah yang matang (kewaskitaan)

Tanpa lanjaran:

- batang sulit tegak
- buah sulit muncul

*Sīla* bukan tentang menjadi “baik”,

tetapi tentang hidup sedemikian rupa sehingga batin tidak menjadi keruh.

*Sīla* bukan larangan,  
melainkan lanjutan—  
yang diam-diam menopang kita  
agar bisa tumbuh ke arah terang.

### ***Pañca-sīla* sebagai Lanjaran Hidup**

Bukan “Aku harus menaati ini ...”

Tetapi “Aku memilih cara hidup ini karena ini menjaga kejernihan dan arah hidupku.”

1. Tidak membunuh → Lanjaran welas asih

Bukan sekadar “jangan membunuh”

Tetapi rasa yang dijaga:

- tidak melukai kehidupan
- tidak menumbuhkan kekasaran dalam batin
- belajar merasakan hidup sebagai sesuatu yang berharga

Ini menjadi lanjutan agar hati tidak mengeras.

Ketika ‘dilanggar’:

- batin menjadi kasar
- empati menurun
- hubungan dengan kehidupan terputus

2. Tidak mengambil yang tidak diberikan → Lanjaran kejujuran batin

Bukan sekadar “jangan mencuri”

Tetapi:

- tidak mengambil yang bukan haknya
- tidak hidup dari ketamakan halus
- belajar cukup (*nrimo* yang sadar)

Ini menjadi lanjutan agar batin tidak terus merasa kurang.

Ketika ‘dilanggar’:

- muncul rasa takut, sembunyi, gelisah
- batin menjadi tidak utuh

3. Tidak menyalahgunakan hubungan → Lanjaran tanggung jawab rasa

Bukan sekadar “tidak berbuat asusila”

Tetapi:

- tidak menggunakan orang lain sebagai objek pemuasan
- menjaga kejujuran dalam relasi
- menghormati kepercayaan dan perasaan

Ini menjadi lanjutan agar rasa tidak menjadi alat nafsu semata.

Ketika 'dilanggar':

- muncul luka (pada diri sendiri dan orang lain)
- relasi menjadi sarang keterikatan dan penderitaan

4. Tidak berucap tidak benar → Lanjaran kejernihan kata  
Bukan sekadar "jangan berbohong"

Tetapi:

- menjaga ucapan agar tidak melukai
- tidak memecah-belah
- tidak memanipulasi realitas

Ini menjadi lanjutan agar kata-kata tetap menjadi jembatan, bukan senjata.

Ketika 'dilanggar':

- batin menjadi keruh
- kepercayaan runtuh
- diri sendiri kehilangan pijakan

5. Tidak mengaburkan kesadaran → Lanjaran kewaspadaan  
Bukan sekadar "jangan mabuk"

Tetapi:

- tidak membiarkan batin kehilangan kejernihan
- tidak melarikan diri dari pengalaman
- menjaga agar sadar tetap hadir

Ini menjadi lanjutan agar cahaya batin tidak redup.

Ketika 'dilanggar':

- kesadaran melemah
- keputusan menjadi tidak jernih
- semua sila lain mudah runtuh

Cara melihat sila yang lebih 'hidup': jika dirangkum, jelas bahwa *pañca-sīla* bukan lima larangan, tetapi lima arah:

1. Hidup → jangan dilukai
2. Hak → jangan dilanggar
3. Relasi → jangan disalahgunakan
4. Kata → jangan dikotori
5. Kesadaran → jangan dikaburkan

### **Menggeser Cara Pandang**

'Pelanggaran' *sīla* bukan "*dosa*", tetapi kehilangan arah dari lanjutan.

Dalam banyak pemahaman umum: pelanggaran *sīla* → rasa bersalah lalu muncul:

- menyesal berlebihan
- menyalahkan diri
- atau justru menyangkal

Tetapi dalam Buddhadharmā, arah sebenarnya berbeda.

1. Yang terjadi sebenarnya batin menjadi keruh

Ketika *sīla* “terlanggar”, yang paling langsung terjadi bukan “aku berdosa” tetapi batin kehilangan kejernihannya.

Misalnya:

- berbohong → batin tidak lagi utuh
- menyakiti → hati menjadi kasar
- mengambil yang bukan hak → muncul gelisah

Jadi pelanggaran itu bukan pelanggaran “aturan luar”, melainkan gangguan terhadap kualitas batin sendiri.

2. Analogi lanjaran

Bayangkan tanaman yang merambat:

- selama ada lanjaran → tumbuh terarah
- ketika keluar dari lanjaran → tidak “berdosa”

Tetapi:

- menjadi kusut
- jatuh ke tanah
- sulit berbuah

Tidak ada “hukuman dari luar”, yang ada hanya akibat alami dari kehilangan penopang.

3. Dari rasa bersalah → ke tanggung jawab yang hidup

Perbedaan halus, tetapi sangat penting.

Rasa bersalah:

- “Aku ini buruk”
- identitas mengeras
- energi melemah
- cenderung menghindar atau menutup diri.

Tanggung jawab sadar:

- “Tindakan ini membuat batin keruh”
- melihat sebab-akibat (karma)
- ada ruang untuk memperbaiki
- energi kembali mengalir

'*Nrimo*' yang sadar, bukan pasrah, tetapi memahami  
 "Apa yang kulakukan, itu yang membentuk pengalaman ini."

4. *Sīla* sebagai "penjaga kejernihan", bukan "penjaga moral"  
 Kalau kita ubah sudut pandang:

- bukan "Aku harus menjaga *sīla* supaya jadi orang baik"
- tetapi "Aku menjaga *sīla* agar batin tetap jernih dan tidak terbebani."

Ini mengubah segalanya.

Karena kita tidak lagi hidup dalam tekanan, tetapi dalam pengertian.

5. Ketika merasa 'melanggar', apa yang dilakukan?

Bukan menghukum diri, tetapi:

1. Melihat dengan jujur

"Ini membuat batinku keruh."

2. Merasakan akibatnya (tanpa menolak)

bukan untuk menyiksa, tetapi untuk memahami

3. Melepaskan pembenaran

tidak menyalahkan orang lain

4. Kembali ke lanjaran

tanpa drama, tanpa identitas

### ***Sīla* sebagai Buah dari Kewaskitaan**

Pada awalnya:

- *sīla* adalah lanjaran
- sesuatu yang kita pegang, jaga, dan latih

Akan tetapi, seiring kejernihan tumbuh,

*sīla* berubah dari "pegangan hidup"

menjadi "cara hidup yang muncul dengan sendirinya."

1. Ketika melihat dengan jernih, kita tidak lagi ingin melukai

Jika benar-benar melihat:

- bahwa semua makhluk ingin bebas dari dukha
- bahwa tindakan kasar langsung mengeruhkan batin sendiri

Maka:

- tidak membunuh
- tidak menyakiti

bukan lagi "aturan", melainkan sesuatu yang secara alami tidak ingin dilakukan,  
 seperti orang yang melihat api, tidak perlu diingatkan untuk tidak menyentuhnya.

2. Kewaskitaan memutus akar, bukan hanya menahan cabang

Kalau *sīla* dijaga sebagai aturan:

- kita menahan diri di permukaan

Tetapi dengan kewaskitaan, kita melihat akar:

- *trṣṇā* (kehausan)
- *asmimāna* (“aku”)
- *avidyā* (ketidaktahuan)

Ketika akar ini dilihat, dorongan untuk melanggar *sīla* melemah dengan sendirinya.

3. Dari “disiplin” → menjadi “kealamian”

Perjalanan halusnyanya:

1. Tahap awal: “Aku menjaga *sīla*”

2. Tahap tengah: “Aku melihat menjaga *sīla* itu menjaga batinku”

3. Tahap dalam: “Tanpa berpikir pun, hidup mengalir selaras dengan *sīla*”

Di sini:

- tidak ada lagi konflik batin
- tidak ada rasa “berjuang menjadi baik”

Yang ada: keselarasan alami

4. *Sīla* sebagai ekspresi *advaya* (*non-dual*)

Dalam pemahaman lebih dalam:

- tidak ada “aku” yang menjaga
- tidak ada “orang lain” yang dilindungi

Yang ada:

kehidupan yang saling terjalin (*interpenetrasi*)

Sehingga:

- menyakiti orang lain → terasa seperti menyakiti diri sendiri
- berbohong → langsung terasa memecah keutuhan pengalaman

Maka *sīla* muncul sebagai kepekaan terhadap kesatuan hidup

5. Ini mengapa Buddha tidak moralistik

Karena beliau tidak mengajarkan “jadilah baik”, tetapi “lihatlah dengan benar.”

Ketika melihat benar:

- hidup menjadi selaras
- tindakan menjadi tepat
- *sīla* menjadi alami

### **Ketika *Sīla* Tidak Lagi Diperlukan**

Pada tahap awal:

- kita memegang *sīla*

Pada tahap berikutnya:

- kita ditopang oleh *sīla*

Dan pada kedalaman tertentu:

- tidak ada lagi yang “memegang”
- tidak ada lagi yang “ditopang”

Yang ada hanya:

hidup yang selaras dengan sendirinya

### 1. Mengapa *sīla* bisa “larut”?

Karena akar pelanggaran sudah tidak bekerja lagi:

- tidak ada dorongan kuat dari *tṛṣṇā*
- tidak ada pusat “aku” yang ingin memiliki, menolak, atau menguasai
- tidak ada ketidaktahuan yang mengaburkan

Maka:

- tidak perlu lagi “menahan diri”
- karena tidak ada lagi yang perlu ditahan

### 2. Seperti orang yang sudah sehat

Analoginya sederhana:

- orang sakit → perlu aturan makan
- orang yang sehat → tidak perlu diingatkan setiap saat

Bukan karena aturan tidak benar,  
tetapi karena fungsi aturan sudah terpenuhi.

Demikian juga:

- *sīla* bukan hilang, tetapi
- menjadi alami dan spontan

### 3. Hidup menjadi “tidak mungkin melanggar”

Ini bukan kesempurnaan moral, tetapi  
tidak ada kondisi batin yang mendorong pelanggaran

Sehingga:

- tidak menyakiti → bukan pilihan, tetapi kealamian
  - tidak berbohong → bukan usaha, tetapi keutuhan
  - tidak mengambil → bukan pengendalian, tetapi kecukupan
- Ini seperti mata yang terbuka tidak bisa “berpura-pura tidak melihat”.

### 4. Di sinilah *advaya (non-dual)* menjadi hidup

Ketika tidak ada lagi pusat “aku”:

- “aku menjaga *sīla*” → lenyap
- “aku adalah orang baik” → lenyap

Yang ada: respons yang tepat, langsung, tanpa konflik

Karena:

- tidak ada pemisahan tajam antara diri dan yang lain
- kehidupan dirasakan sebagai satu jalinan

Maka tindakan menjadi tepat tanpa direncanakan, selaras tanpa dipaksakan.

5. Mengapa ini bukan “bebas sebebaskan-bebasnya”?

Ini sering disalahpahami.

Bukan “tidak perlu *sīla*, jadi bebas melakukan apa saja”

Tetapi:

tidak ada lagi dorongan untuk melakukan yang merusak

Sehingga kebebasan di sini adalah:

- bukan kebebasan untuk melanggar
- tetapi kebebasan dari dorongan yang mengarah pada pelanggaran

Pada awalnya, kita menjaga langkah agar tidak salah arah.

Kemudian, kita mulai melihat jalan itu sendiri.

Dan akhirnya, tidak ada lagi “yang berjalan” dan “jalan yang ditempuh”— yang ada hanya perjalanan itu sendiri.

*Sīla* tidak hilang,

ia menjadi nafas dari hidup.

Tidak dijaga,

tidak dilanggar,

tidak dipikirkan.

Ia hadir...

seperti kejernihan yang tidak perlu diusahakan,

ketika tidak lagi dikotori.

*Sīla* bukan tentang menjadi “baik”,

tetapi hidup tanpa mengeruhkan batin.

Ia bukan pagar yang membatasi,

tetapi lanjutan yang menopang—

agar hidup tetap “*urup*”, menyala jernih.

## **SAMĀDHI**

*Samādhi* dari akar *sam-ā-dhā* — "menempatkan secara sempurna bersama-sama," "menyatukan sepenuhnya."

Secara akar kata:

- *sam-* → bersama, menyatu
- *ā-dhā* → menempatkan, menegakkan

Jadi *samādhi* adalah batin yang "diletakkan dengan utuh"—tidak tercerai-berai.

Bukan sekadar duduk diam, tetapi keutuhan perhatian, kejernihan, dan kestabilan batin. Bukan sekadar konsentrasi dalam arti menyempitkan perhatian, melainkan integrasi — seluruh aspek batin yang bergerak dalam satu arah, tanpa kontradiksi internal. Bukan "meditasi", tetapi buah dari latihan.

Sering orang menyamakan:

*bhāvanā* → latihan/penumbuhan (semadi)

*samādhi* → hasilnya: batin yang terkumpul dan stabil

Jadi semadi adalah jalan, *samādhi* adalah keadaan batin yang matang.

Seperti: bertani → *bhāvanā*; tanah yang subur dan siap tanam → *samādhi*.

Bayangkan air yang tidak tenang: gelombang, riak, arus yang saling bertentangan, tidak bisa melihat dasar.

*Samādhi* bukan membekukan air itu, melainkan kondisi ketika seluruh air bergerak selaras. Bening bukan karena diam, tetapi karena terintegrasi, realitas terlihat jelas.

Tanpa *sīla*: *samādhi* sulit stabil.

Tanpa *samādhi*: *prajñā* sulit muncul

Tanpa *samādhi*: batin mudah goyah, mudah terseret emosi, reaksi, distraksi.

Dengan *samādhi*: batin menjadi "mapan"—tidak mudah terguncang.

*Samādhi* bukan tujuan akhir, tetapi ruang di mana kewaskitaan bisa lahir, seperti langit yang tenang memungkinkan kita melihat bintang.

### **Mengapa Istilah "Meditasi" Menyempitkan**

Baik pengertian *bhāvanā* maupun *samādhi* itu bukan 'meditasi'.

*Bhāvanā* — yang lebih tepat diterjemahkan sebagai "pengembangan" atau "kultivasi" — adalah metode, sedangkan *samādhi* adalah kondisi yang bisa dicapai melalui *bhāvanā*, tetapi tidak terbatas pada sesi semadi formal.

Seseorang yang hidup dengan *sīla* yang kuat, dengan perhatian penuh dalam setiap tindakan, ia pun sedang mengembangkan *samādhi* meskipun tidak duduk bersila.

Ini penting untuk konteks Nusantara. Banyak praktik *ngoyot jero* dalam budaya Jawa — eling, *andhap asor*, *nrima ing pandum* — sesungguhnya adalah ekspresi dari *samādhi* dalam kehidupan sehari-hari meskipun tidak pernah diberi nama demikian.

### ***Samādhi* dalam Sutra Gandavyuha: Buddha Memasuki *Samādhi Simhavijrmbhita***

Ini membuka dimensi yang berbeda dan sangat menarik.

Di sini *samādhi* bukan lagi sekadar kondisi batin individual, melainkan modus kehadiran — cara seorang Buddha atau Bodhisatwa berada dan beroperasi dalam dunia.

*Simhavijrmbhita* — "Singa yang meregangkan tubuh dengan agung" — ini bukan nama teknik meditasi. Ini kualitas kehadiran: penuh wibawa, tak tergoyahkan, memancar ke segala penjuru. *Samādhi* yang penuh daya — kehadiran yang agung, terbuka, dan tanpa takut.

Ketika teks menyebut "Buddha memasuki *samādhi* ini," yang dimaksud adalah Buddha mengambil modus kehadiran tertentu yang kemudian memungkinkan terjadinya sesuatu: pelajaran diberikan, transformasi terjadi, alam semesta bergetar. Menggambarkan *samādhi* yang hidup, dinamis, dan penuh kekuatan batin. Bukan "diam kosong" tetapi kehadiran yang memancar.

Dalam *Sutra Gandavyuha*, *samādhi-samādhi* seperti ini adalah pintu — cara Bodhisatwa membuka realitas yang lebih dalam kepada yang hadir.

Dalam banyak pemahaman awal, *samādhi* adalah batin tenang, terintegrasi, tidak tercerai berai.

Namun kelanjutannya, seperti dalam tradisi *Avatamsaka/Gandavyūha*, *samādhi* menjadi ruang kesadaran yang terbuka, luas, dan saling menembus tanpa batas. Bukan hanya "diam", tetapi hidup yang hadir sepenuhnya—tanpa pusat yang memisah.

### **Dari Fokus yang Terintegrasi ke Keterbukaan Tanpa Batas**

Perjalanan halusnyanya:

*Samādhi* sebagai fokus

→ batin tidak terpecah

*Samādhi* sebagai kestabilan

→ batin tidak goyah

*Samādhi* sebagai keterbukaan

→ tidak ada batas antara "dalam" dan "luar."

Di titik ini yang melihat dan yang dilihat tidak lagi terpisah secara kaku.

Dalam bahasa *Huayan/Avatamsaka*, *samādhi* dan interpenetrasi: saling menembus.  
satu fenomena → mengandung seluruh semesta  
setiap titik → memantulkan semua titik lain

Ini bukan konsep, tetapi pengalaman *samādhi* yang mendalam seperti Jala Indra - *Indra's Net* atau ruang cermin Fazang.

Di dalam *samādhi* seperti ini tidak ada yang berdiri sendiri.

### **Sudhana dalam *Gandavyūha***

Perjalanan Sudhana bukan sekadar belajar dari banyak guru.

Pada titik tertentu, Sudhana mengalami:  
satu kutagara → berisi tak terhingga kutagara  
satu tubuh → mencakup seluruh alam  
satu momen → membuka tak terhingga waktu.

Ini bukan imajinasi, tetapi deskripsi pengalaman *samādhi dharmadhātu*.  
Ruang terbuka di puncak → tanpa narasi, tanpa bentuk. Ini bukan “kosong” biasa, tetapi ruang *samādhi* terbuka—tanpa pusat, tanpa batas. Seperti masuk ke keheningan, tetapi keheningan yang hidup.

Apa artinya bagi kita secara sangat praktis? Ini penting agar tidak menjadi konsep tinggi saja.

*Samādhi* seperti ini mulai terasa ketika:

- kita hadir tanpa membagi-bagi pengalaman
- tidak langsung menilai atau memisahkan
- membiarkan segala sesuatu hadir dalam keterbukaan.

Contoh sederhana:

mendengar seseorang sepenuhnya → tanpa “aku vs. kamu”  
melihat tanpa segera memberi label  
hadir tanpa pusat yang terus mengomentari.

Ini masih awal, tetapi arahnya sama: dari keterpecahan → ke keutuhan → ke keterbukaan.

Terjemahan:

Seperti *sīla*, *samādhi* pun lebih baik dipertahankan sebagai istilah dengan penjelasan kontekstual yang berbeda-beda sesuai penggunaannya:

Dalam konteks *sīla-samādhi-prajñā*: *samādhi* sebagai keutuhan batin atau keselarasan batin — bukan konsentrasi sempit, melainkan integrasi.

Dalam konteks "Buddha memasuki *samādhi X*": *samādhi* sebagai modus kehadiran atau cara berada yang memancar dan mengubah.

Dan mungkin yang paling dalam: *samādhi* sebagai kondisi ketika batas antara "yang bermeditasi" dan "yang direnungkan" mulai mencair. Ini yang membuat ia berbeda secara fundamental dari sekadar semadi atau *trance*.

### **PRAJÑĀ, MENGAPA TERJEMAHAN 'KEBIJAKSANAAN' KURANG MEMADAI**

*Prajñā* yang diterjemahkan sebagai '*wisdom*' dalam bahasa Inggris dan sangat sering diterjemahkan sebagai 'kebijaksanaan' dalam bahasa Indonesia, keduanya membawa konotasi yang terlalu manusiawi dan akumulatif. Seolah kebijaksanaan adalah sesuatu yang dikumpulkan seiring usia dan pengalaman seperti perpustakaan yang makin penuh. Seorang 'orang bijak' dalam pengertian umum adalah orang yang banyak tahu dan banyak pengalaman. Padahal *prajñā* bergerak ke arah yang sebaliknya. Ia justru tentang melepas lapisan-lapisan yang mengaburkan penglihatan, bukan menambah.

#### **Akar kata *prajñā***

*Pra-jñā* — *pra* (sebelum, melampaui, mendahului) + *jñā* (mengetahui, mengenal).

Bukan sekadar "mengetahui banyak hal" melainkan pengetahuan yang mendahului; atau lebih dalam: kemampuan melihat yang bekerja sebelum konsep-konsep mengaburkan.

Ini sangat dekat dengan *yathābhūta-darsana* yang kita bicarakan dalam konteks *Gandavyuha* — melihat apa adanya, sebelum pikiran memberi label, kategori, penilaian.

#### **Kewaskitaan**

Waskita dalam tradisi Jawa membawa dimensi yang sangat berbeda dari sekadar 'bijaksana':

- Ada unsur ketajaman penglihatan — melihat yang tidak terlihat oleh kebanyakan orang
- Ada unsur kepekaan — bukan hanya intelektual, tetapi seluruh rasa dan batin
- Ada unsur melampaui yang biasa — waskita bukan kemampuan rata-rata, ia kualitas yang berkembang melalui olah batin

Dan yang paling penting, waskita tidak menyiratkan akumulasi. Ia menyiratkan kejernihan.

Tetapi ada satu hal yang perlu direnungkan. Kewaskitaan dalam penggunaan umum kadang membawa konotasi kemampuan supranatural — melihat masa depan, membaca pikiran orang, dan sebagainya. Ini bisa menyesatkan dalam konteks Dharma, karena *prajñā* yang dimaksud dalam *sīla-samādhi-prajñā* bukan tentang kemampuan istimewa itu.

*Prajñā* di sini lebih spesifik yaitu kemampuan melihat apa yang ada, mulai dengan (tiga) ciri kehidupan: *trilakṣaṇa* atau tiga corak universal — *anitya/anicca*, *duḥkha/dukkha*, *anatman/anattā* — secara langsung, bukan hanya sebagai konsep yang dipahami secara intelektual. Dan juga dalam konteks kemampuan melihat *sūnyatā* — kekosongan dari eksistensi inheren — secara langsung.

Kalau kita kembali ke akar waskita yang lebih dalam, bukan dalam arti populer, tetapi dalam arti olah batin Nusantara, ada kualitas yang justru sangat relevan:

Waskita adalah kondisi ketika batin sudah bening (*samādhi*) sehingga bisa melihat tembus. Ini persis hubungan antara *samādhi* dan *prajñā*. Tanpa kejernihan *samādhi*, *prajñā* tidak bisa bekerja sepenuhnya seperti air yang tenang bisa memantulkan langit dengan sempurna.

Dalam konteks tiga laku penggugahan — *sīla-samādhi-prajñā* — secara utuh.

Mungkin bisa dibayangkan begini:

*Sīla* — lanjaran yang menopang dan mengarahkan

*Samādhi* — keutuhan dan keselarasan batin yang tumbuh

*Prajñā*/kewaskitaan — penglihatan yang menembus yang menjadi mungkin karena batin sudah selaras dan jernih.

Ketiganya bukan tangga yang naik lurus, melainkan seperti tiga senar yang ketika diselaraskan bersama, menghasilkan satu bunyi yang utuh.

**Kewaskitaan.** Dengan catatan bahwa mungkin perlu satu kalimat penjelas di awal untuk mengkalibrasi pembaca bahwa kewaskitaan di sini bukan kemampuan supranatural, melainkan kejernihan penglihatan yang menembus tabir konsep — melihat apa adanya.

### Yang Mungkin Hilang dari 'Kewaskitaan'

Kewaskitaan sangat kuat menangkap aspek penglihatan — tajam, menembus, jernih. Akan tetapi, *prajñā* dalam tradisi Buddhis, terutama dalam kerangka Mahāyāna dan Madhyamaka, sesungguhnya memiliki dua sayap yang tidak bisa dipisahkan:

- **Sayap pertama: *jñāna*** — pengetahuan yang terkumpul, yang dihayati, yang matang melalui pembelajaran, perenungan, dan pengalaman. Ini aspek yang bisa *missing* dari 'kewaskitaan'. *Jñāna* bukan sekadar kilatan penglihatan; *jñāna* bangunan pemahaman yang kokoh.
- **Sayap kedua: *darśana*** — penglihatan langsung, menembus, yang melampaui konsep. Inilah yang ditangkap 'kewaskitaan' dengan baik.

Dalam tradisi, ini sering dirumuskan sebagai tiga tahap *prajñā*:

- *Sutamayī prajñā* — kewaskitaan yang lahir dari mendengar dan mempelajari
  - *Cintāmayī prajñā* — kewaskitaan yang lahir dari merenungkan dan menghayati
  - *Bhāvanāmayī prajñā* — kewaskitaan yang lahir dari kultivasi dan realisasi langsung
- Ketiganya adalah satu *prajñā* yang berkembang, bukan tiga hal berbeda.

Jadi yang '*missing*' adalah aspek proses penghayatan.

Kewaskitaan dalam penggunaan umum terasa seperti hadiah atau kualitas bawaan, misal seseorang itu waskita atau tidak. Sedangkan *prajñā* dalam *Bodhipathakrama* (*Tahapan Jalan Penggugahan*) sangat menekankan bahwa ia tumbuh melalui belajar, melalui perenungan, melalui kultivasi *samādhi*, melalui perjumpaan dengan guru.

Ini paralel langsung dengan struktur *Bodhipathakrama* dan Borobudur. *Prajñā* bukan hanya di puncak, ia berkembang di setiap tahap.

Apakah ada kata dalam bahasa Indonesia/Jawa yang menangkap kedua sayap itu?

**Kawruh** dalam tradisi Jawa — ini menarik karena ia menggabungkan aspek pengetahuan yang dihayati dengan pengenalan langsung. Bukan sekadar informasi, bukan sekadar kilatan, melainkan pengetahuan yang sudah menjadi bagian dari diri.

Atau mungkin justru *prajñā* sendiri dipertahankan seperti halnya *sīla* dan *samādhi*, tetapi dengan penjelasan yang mengurai kedua sayapnya itu.

Kata '**kewaskitaan**' sudah terbentuk, sudah beku sebagai nomina abstrak.

Jika 'dikurangi', menjadi:

**Waskita** — masih hidup, masih bergerak. Ia bisa:

- Kata sifat: batin yang waskita
- Kata kerja: ia waskita dalam setiap langkah
- Keadaan: hidup dalam waskita
- *Gerund*: waskita sebagai proses yang terus berlangsung

Dan ini persis mencerminkan sifat *prajñā* itu sendiri. Bukan benda yang dimiliki, melainkan kualitas yang hidup dan bergerak.

Begitu juga **weruh**:

**Weruh** dalam bahasa Jawa membawa sesuatu yang hilang dalam 'mengetahui' bahasa Indonesia:

- *Weruh* bisa berarti tahu sekaligus melihat. Dalam satu kata, epistemologi dan persepsi langsung tidak dipisahkan.
- *Ora weruh* bukan sekadar 'tidak tahu' — ada nuansa belum melihat sendiri
- *Wis weruh* — sudah tahu, sekaligus sudah melihat, sudah mengalami.

Ini sangat koheren dengan tiga tahap *prajñā* — *sutamayī*, *cintāmayī*, *bhāvanāmayī* — karena *weruh* sudah mengandung ketiganya dalam satu kata: dari mendengar, merenungkan hingga realisasi langsung.

Bahasa Indonesia sebagai bahasa modern yang dikodifikasi cenderung membekukan kata — nomina adalah nomina, verba adalah verba. Fleksibilitas ontologis seperti waskita atau *weruh* dalam bahasa Jawa sulit dipertahankan.

Tetapi mungkin justru di sinilah peluangnya. Menggunakan **waskita** atau **weruh** dalam teks Indonesia, tanpa diterjemahkan seperti *silā* dan *samādhi*, justru memaksa pembaca berhenti. Kata itu tidak langsung 'masuk' ke dalam kategori yang sudah ada. Dan dalam keheningan sejenak itulah kita mulai merasakan sebelum memahami.

Sebuah kemungkinan. Dalam terjemahan, mungkin ada ruang untuk membiarkan ketiga kata itu hidup berdampingan: **Silā — samādhi — prajna**.

Dengan glosarium hidup di catatan penerjemah yang menjelaskan bahwa **prajñā dalam tradisi Nusantara paling dekat dengan waskita sekaligus weruh**. Dua kata yang dalam bahasa Jawa

sesungguhnya adalah satu realitas yang sama dilihat dari dua sisi: *waskita* dari sisi penglihatan yang menembus; *weruh* dari sisi pengetahuan yang dihayati. Dan bahwa keduanya bersama-sama menangkap apa yang dalam bahasa Sanskerta disebut *prajñā*.

Justru kekayaan ini, bahwa diperlukan dua kata Jawa untuk menangkap satu kata Sanskerta, menunjukkan betapa dalamnya *prajñā* itu. Dan betapa *ngoyot jero*-nya akar-akar ini dalam bahasa dan batin Nusantara.

## **WASPADA lan WICAKSANA, HENENG, HENING, AWAS lan ELING**

### **Waspada lan wicaksana**

**Waspada.** Bukan sekadar 'waspada' dalam arti modern yang cenderung ke kewaspadaan terhadap bahaya. Dalam pengertian yang lebih dalam: mata batin yang terbuka, tidak lengah, tidak tertutup oleh asumsi. Ada kualitas *smṛti* yang sangat kuat di sini; kehadiran yang tidak putus.

**Wicaksana.** Ini menangkap kedua sayap *prajñā*: *waskita* sekaligus *weruh*. Ia bukan sekadar 'bijaksana' dalam arti pengalaman yang terkumpul, tetapi pengetahuan yang sudah menjadi kualitas diri, sudah menyatu, sudah *dadi*.

Bersama: **waspada lan wicaksana** menangkap *smṛti* dan *prajñā* dalam satu nafas.

### **Heneng, Hening**

Keduanya terdengar hampir sama, tetapi berbeda lapisannya:

**Heneng** — diam, tenang dalam arti tidak bergerak keluar, tidak terseret oleh dorongan untuk bereaksi. Ada kualitas *sīla* di sini. Penopang yang menjaga agar tidak terombang-ambing. Sekaligus *samyak sankalpa/sammā saṅkappa* — niat yang tidak berceceran.

**Hening** — jernih, bening seperti air yang sudah tenang. Ini *samādhi* yang sesungguhnya. Bukan sekadar diam, tetapi kejernihan yang memancar dari dalam. **Heneng menyiapkan hening — diam dulu, baru jernih.**

Urutan ini pun benar secara Dharma. Pertama **batin berhenti bergerak liar (heneng)**, kemudian **kejernihan muncul dengan sendirinya (hening)**.

### **Awat lan eling**

**Awat** — melihat dengan tajam dan tembus. Bukan hanya melihat permukaan. Awat melihat sebab, arah, akibat. Ini sangat dekat dengan *samprajanya* — *clear comprehension* — kemampuan melihat apa yang sedang terjadi sekaligus ke mana arahnya.

**Eling** —ingat sekaligus hadir sekaligus sadar. Benang kesadaran yang tidak putus. Ini *smṛti* yang paling dalam.

**Awas lan eling** bersama: bukan hanya hadir, tetapi hadir dengan penglihatan yang tembus. Ini *smṛti* yang sudah matang menuju *prajñā*.

Dan kalau kita lihat keseluruhannya sebagai satu formula:

**Waspada lan wicaksana** — fondasi: kehadiran dan kewaskitaan

*Heneng*, hening — proses: dari ketenangan menuju kejernihan

Awas lan eling — kulminasi: penglihatan tembus yang tidak putus

Ini kurikulum laku yang lengkap. *Sīla, samādhi, prajñā* — semuanya ada, tetapi diungkapkan bukan sebagai kategori teknis melainkan sebagai kualitas hidup yang mengalir.

Ini persis *ngoyot jero* yang paling dalam. Buddhadharma Nusantara yang tidak hilang, hanya berganti bungkus, dan terus mengajarkan dengan caranya sendiri.

*Waspada lan wicaksana, heneng, hening, awas lan eling*. Ini bisa menjadi salah satu jantung dari laku penggugahan.

*Sīla, samādhi, prajñā*— bukan tiga hal terpisah, tetapi satu laku kehidupan:

Menjaga,  
menegakkan,  
melihat.

Dan ketika melihat itu hidup sepenuhnya,  
ia menjadi *jñāna*—  
hidup yang jernih itu sendiri.

Selamat bermalam minggu semuanya ... santai dengan *bodhicitta* ....

\*\*\*

Oleh Upasaka Salim Lee, 16-18 April 2026.

Kata kunci: kewaskitaan, *silā-samadhi-prajña*; *waspada lan wicaksana heneng hening awas lan eling*, *waskita, weruh*