

Untaian Permata Bodhisattva
(Bodhisattva's Jewel Garland; Bodhisattvamanevali)
 Atisha Dipamkarashrijnana
 (982-1054)

Penghormatan pada Mahakaruna.
 Penghormatan kepada para Guru.
 Penghormatan kepada para Istadevata.

1.
 Hilangkan semua keraguan yang berlarut
 Dan berjuanglah dengan ketekunan dalam praktekmu.
 Sepenuhnya tinggalkan keengganan, ketumpulan pikiran, dan kemalasan
 Dan berjuanglah senantiasa dengan virya.
2.
 Dengan perhatian penuh, kewaspadaan dan ketekunan,
 Senantiasa jagalah gerbang-gerbang inderamu.
 Secara berulang-ulang, tiga kali siang dan malam,
 Awasilah arus pikiranmu.
3.
 Tunjukkanlah kekurangan-kekuranganmu sendiri,
 Tetapi jangan mencari kesalahan-kesalahan orang lain.
 Sembunyikan kualitas-kualitas baik dirimu,
 Tetapi sebutkan kualitas-kualitas baik orang lain.
4.
 Abaikan kekayaan dan kedudukan;
 Senantiasa lepaskan pikiran untuk mencari keuntungan dan ketenaran.
 Milikilah keinginan sederhana, mudah merasa berkecukupan,
 Dan selalu membalas kebaikan.
5.
 Kembangkan kasih sayang dan welas asih,
 Dan kukuhkan Bodhicittamu.
 Hentikan sepuluh perbuatan tidak bajik (akushala karma),
 Dan selalu perkuat keyakinanmu.
6.
 Hancurkan kemarahan dan ketinggian hati,
 Dan milikilah kerendahan hati.
 Hentikan cara hidup yang keliru,
 Dan hiduplah sesuai sila.
7.
 Jangan hiraukan kepemilikan harta benda,
 Perkayalah dirimu seperti para Arya.
 Jangan terganggu oleh hal-hal kecil yang sepele,
 Dan bersemayamlah dalam kesendirian di alam bebas.

8.

Tinggalkan kata-kata tak berarti;
Senantiasa jagalah ucapanmu.
Ketika engkau melihat Guru-guru dan pelindung-pelindungmu,
Dengan penuh hormat bangkitkan keinginan untuk melayani mereka.

9.

Kepada para bijaksana dengan pandangan Dharma
Dan juga kepada para pemula ,
Kenalilah mereka sebagai Guru-guru spiritualmu,
[Bahkan] saat melihat makhluk apapun,
Pandanglah mereka sebagai orang tuamu, anakmu, atau cucumu.

10.

Tinggalkan lingkungan negatif,
Dan andalkan sahabat spiritual.
Hilangkan sikap permusuhan dan sikap tidak menyenangkan,
Dan tempuhlah jalan mencapai kebahagiaan.

11.

Jangan terikat pada apapun
Dan hiduplah bebas dari tirani keinginan.
Keterikatan tidak akan dapat membawa pada kelahiran di alam lebih tinggi;
Bahkan, hal itu menutup jalan mencapai pembebasan.

12.

Ketika menghadapi sebab-sebab kebahagiaan,
Selalu bersitekad.
Tugas apapun yang dikerjakan lebih dahulu,
Prioritaskan pada hal ini.
Dengan demikian, engkau memastikan keberhasilan keduanya,
Jika tidak, engkau tidak akan mencapai hasil apapun.

13.

Karena perbuatan-perbuatan negatif tidak akan membawa kenyamanan,
Ketika pikiran betapa pentingnya diri-sendiri muncul,
Pada saat itu juga kempiskanlah kesombonganmu
Dan ingatlah ajaran-ajaran Gurumu.

14.

Ketika pikiran-pikiran putus asa muncul,
Bangkitkanlah semangatmu
Dan renungkanlah sifat shunya dari keduanya.
Ketika hal-hal yang kita sukai maupun yang kita benci muncul,
Anggaplah sebagai ilusi dan penampakan bayangan.

15.

Ketika mendengar kata-kata tidak menyenangkan,
Anggaplah sebagai pantulan suara.
Ketika tubuhmu terluka,
Ketahuilah itu adalah buah perbuatan lampau.

16.

Hening bersemayam dalam kesendirian,
di luar kebisingan kota.
Seperti bangkai binatang liar tak bertuan,
Sunyikan dirimu di dalam hutan
Dan hiduplah bebas dari keterikatan.

17.

Selalu tetap teguh dalam samayamu.
Ketika segelintir kemalasan dan penundaan muncul,
Seketika itu juga, akui satu per satu kekurangan- kekuranganmu
Dan ingatlah kembali intisari dari cara hidup.

18.

Namun, dalam hubungan kita dengan yang lain,
Berbicaralah dengan tenang, tulus dan benar.
Jangan meringis atau merengut,
Tetapi selalu tampilkanlah senyummu.

19.

Secara umum, dalam menghadapi yang lain,
Bebaskan diri dari kepelitan dan bersuka-citalah dalam kemurahan hati;
Hilangkan semua pikiran kecemburuan.

20.

Untuk menenangkan pikiran orang lain,
Hindari semua perselisihan
Dan milikilah kesabaran dan sikap pemaaf.

21.

Dalam persahabatan, bebaslah dari kepura-puraan dan kerewelan,
Selalu bersedia dan dapat diandalkan setiap waktu.
Jangan meremehkan orang-orang lain.
Tetapi selalu bersikap penuh hormat.

22.

Ketika memberi nasehat,
Milikilah welas asih dan sikap peduli kepada sesama.
Jangan menyalahkan ajaran-ajaran.
Apapun praktek-praktek yang engkau kagumi,
Dengan aspirasi dan sepuluh perbuatan spiritual,
Berjuanglah dengan rajin, siang dan malam.

23.

Apapun kebajikan yang terkumpul di tiga masa,
Dedikasikan semuanya untuk pencapaian pencerahan yang tiada taranya.
Sebarkan semua potensi positif kepada semua makhluk
Dan kumandangkanlah doa-doa aspirasi tertinggi
Dari Saptanga puja setiap saat.

24.

Jika ini dijalankan, engkau akan cepat menyempurnakan punya dan jnana
Dan menghilangkan kedua varana.

Dengan diperolehnya manfaat terlahir sebagai manusia,
Engkau akan mencapai pencerahan yang tiada bandingnya.

25.

Kekayaan batin yang berlimpah dalam bentuk keyakinan, sila,
Kemurahan hati, ajaran-ajaran,

Hrih/standar diri, apatrapya/mempertimbangkan yang lain,
Dan pengamatan yang tajam adalah ketujuh harta.

26.

Mustika-mustika agung yang berharga ini

Adalah tujuh harta yang tiada habis-habisnya.

Jangan diutarakan kepada mereka yang bukan manusia.

Jika berada di antara orang-orang, awasi secara ketat kata-katamu;

Jika sendirian, amati dan jagalah pikiranmu.

Demikianlah *Untaian Permata Bodhisattva* karya kepala vihara Lama Atisha
Dipamkarashrijnana dari India.