



Master Yin Shun

*Tiga Pokok Utama dalam  
Mempraktikkan Ajaran Buddha*

**TIGA POKOK UTAMA DALAM  
MEMPRAKTIKKAN AJARAN BUDDHA**

# TIGA POKOK UTAMA DALAM MEMPRAKTIKKAN AJARAN BUDDHA

**Master Yin Shun**



Penerbit Dian**Dharma**

**Tiga Pokok Utama dalam Mempraktikkan Ajaran Buddha**  
Master Yin Shun

Edisi Pertama: Oktober 2017

Judul Asli: The Three Essential in Practice the Teachings of  
the Buddha

Penerjemah: Ir. Edij Juangari, M.M.

Penyunting: Hendra W.

Foto Sampul: Brian S.

Tata Letak dan Sampul: ST Design

**Penerbit Dian Dharma**

Jl. Mangga I Blok F No. 15, Duri Kepa

(Greenville-Tanjung Duren Barat) Jakarta Barat 11510

Telp. & Fax. (021) 5674104

WhatsApp: 081 1150 4104

Website: [www.diandharma.org](http://www.diandharma.org)

Facebook: Dian Dharma Book Club

Instagram: Penerbitdiandharma

**Untuk Donasi:**

**Bank Central Asia KCP Cideng Barat**

**No. 397 301 9828**

**a.n. Yayasan Triyanavardhana Indonesia**

Bukti pengiriman dana

dapat dikirim melalui WhatsApp: 0811-1504-104

viii + 66 hlm; 10,5x15 cm

**Galeri Penerbit Dian Dharma:**

■ Jl. Mangga I Blok F No. 15

Dharma Tak Ternilai

# Daftar Isi

1. Keyakinan dan Tekad, Cinta Kasih dan Welas Asih, serta Kebijaksanaan (1)
2. Sebuah Perbandingan Pendekatan Ajaran Konghucu, Kristen, dan Buddha tentang Tiga Pokok Utama (17)
3. Menemukan, Memasuki, dan Maju dalam Praktik Tiga Pokok Utama Ajaran Buddha (29)
4. Peranan Tiga Pokok Utama dalam Pengembangan/Inisiasi Batin, Praktik, dan Pencapaian (39)
5. Tiga Pokok Utama dan Perapalan Nama Buddha, Vegetarian, serta Pendarasan Sutra (49)



# 1

## **Keyakinan dan Tekad, Cinta Kasih dan Welas Asih, serta Kebijakanaksanaan**

Pandangan hidup yang dibabarkan Buddha sangat mendalam dan luas. Sedemikian luas dan mendalamnya sehingga kadangkala orang biasa kesulitan menemukan pintu yang tepat untuk masuk ke dalam. Mereka tidak tahu harus mulai dari mana. Akan tetapi, ini tidak berarti Ajaran Buddha itu membingungkan dan tidak rapi. Sebaliknya, tradisi Buddha memiliki kaidah-

kaidah yang sangat masuk akal, dengan latar belakang penalaran yang baik dan praktis.

Orang-orang bijaksana pada zaman dahulu kala menyatakan bahwa semua metode yang diajarkan oleh Buddha, apakah yang sifatnya jitu praktis maupun jalan hakiki tertinggi, dimaksudkan hanya untuk membawa orang mencapai Kebuddhaan. Apakah itu jalan yang membawa orang menjauh dari kejahatan dan menuju kepada kebajikan (prinsip Lima Wahana<sup>1</sup>); atau jalan yang membawa kepada kemerdekaan dari nafsu indra dan kepada pembebasan (prinsip Tiga Wahana<sup>2</sup>); atau jalan yang mengalihkan orang dari praktik Srawaka<sup>3</sup> maupun

---

1 Praktik bagi manusia, dewa, srawaka, pratyeka-buddha, dan Buddha serta Bodhisattwa.

2 Praktik Srawaka, Pratyeka-Buddha, dan Bodhisattwa.

3 Murid langsung di masa Buddha, yakni, 'Pendengar'.



Pratyeka-Buddha<sup>4</sup> dan mengarahkan orang kembali kepada batin Mahayana (prinsip Satu Wahana<sup>5</sup>). Buddha menjelaskan jalan-jalan menuju pencerahan dalam semua cara yang berbeda-beda ini demi kebaikan semua makhluk hidup yang berbeda-beda pula. Demi niat agung inilah Buddha muncul di dunia.

Dari sudut pandang orang yang ingin belajar ajaran Buddha, sangatlah penting untuk memahami bahwa semua metode yang diajarkan sebenarnya merupakan proses di dalam praktik Bodhisattwa<sup>6</sup>.

- 
- 4 Mereka yang mencapai pencerahan melalui kontemplasi sendiri tentang makna hidup.
  - 5 Mahayana, yang mengandung hukum Buddha yang paling hakiki dan lengkap.
  - 6 Secara harafiah, "Menjadi cerah sepenuhnya". Seorang Bodhisattwa adalah ia yang mampu membebaskan diri dari penderitaan dunia tapi secara sukarela tetap aktif di sini karena

Semua itu adalah jalan-jalan Bodhi yang menghantar kepada Kebuddhaan. Karena kita dilahirkan dengan kondisi-kondisi, sebab-sebab, waktu, dan tempat yang berbeda, juga karena perbedaan pada fondasi dan minat spiritual, jalan terbaik menuju Bodhi (Pencerahan) bisa saja berbeda antara orang yang satu dengan orang yang lain.

Namun jika mencoba menemukan kebenaran melalui berbagai metode, kita akan menyadari bahwa tidak terdapat perbedaan besar dalam semua ajaran Buddha itu. Semua metode itu dapat diikhtisarkan dalam tiga tema. Tiga tema ini merupakan ciri semua ajaran dan mencakup

---

welas asih bagi semua makhluk yang masih tercemari. “Ikhar Bodhisattwa” untuk berbuat seperti itu merupakan ciri sentral praktik Mahayana dan merupakan ekspresi dari cita-citanya yang paling tinggi.

semuanya sebagai satu keutuhan. Tema-tema ini sama dapat diterapkan pada praktik “Satu Wahana”, seperti juga pada “Tiga Wahana” dan “Lima Wahana”. Dengan demikian, kita bisa menyebut tema-tema ini “Tiga Pokok Utama dalam Mempraktikkan Ajaran Buddha.”

## **1.1 Tiga Pokok Utama dalam Praktik**

Apakah Tiga Pokok Utama itu? Sutra Prajnya Agung menjelaskan bahwa Tiga Pokok Utama itu adalah “Menjaga perhatian murni pada Bodhi tertinggi (pencerahan sempurna), berlabuh pada welas asih, serta mempelajari upaya-upaya terampil yang jitu dari kesunyaaan (kebijaksanaan yang tidak-mencengkeram atau tanpa-konsep yang halus).”

Sutra Prajnya Agung menerangkan praktik seorang Bodhisattwa yang mencakup semuanya. Seorang Bodhisattwa harus mempelajari semua metode praktik, yang sebenarnya tidak lebih dari cara-cara untuk mengembangkan kebajikan dan kebijaksanaan. Semua metode ini harus selaras dengan Tiga Pokok Utama, yang merupakan landasannya. Tujuan tertinggi dari semua praktik adalah untuk mencapai kesempurnaan dalam ketiga nilai ini.

Dengan demikian, semua tema ini sebenarnya merupakan *hati* dari praktik jalan Bodhisattwa. Seperti dikatakan orang-orang zaman dahulu kala, "Jika tidak menemukan arah yang benar dari praktik, kita akan berkeliaran dengan membuta di antara delapan puluh ribu metode dan ajaran yang dibabarkan oleh Buddha, seperti berjalan di dalam kegelapan. Jika kita bisa menemukan

arah praktik yang benar, dua belas bagian<sup>7</sup> kitab suci Buddha akan sejernih pembicaraan sederhana.”

**a. Menjaga Perhatian Murni pada Bodhi Tertinggi (Keyakinan dan Tekad pada Bodhi Tertinggi)**

Bodhi Tertinggi merupakan kebajikan sempurna dan tertinggi Buddha yang dicapai melalui pencerahan Beliau. Para praktisi harus selalu menjaga agar setiap detik dari pikiran mereka selalu memperhatikan pada Bodhi Tertinggi. Kita harus memiliki keyakinan bahwa Buddha telah mencapai Bodhi Tertinggi dan bahwa Bodhi Tertinggi

---

7 Dua belas kategori Kitab Suci Mahayana, menurut isi dan gaya tulisannya, adalah: sutra, geya, gatha, nidana, itivrttaka, jataka, adbhuta-dharma (abhidharma), avadana, upadesa, udana, vaipulya, dan vyakarana.

bisa memunculkan perwujudan agung dan manfaat penggunaan tak terbatas.

Kepercayaan kepada kebajikan Bodhi Tertinggi membangkitkan tekad dan kegembiraan atasnya, yang memberi kita inspirasi lebih lanjut untuk menemukannya. Pikiran yang senantiasa memikirkan atau memperhatikan pada kebijaksanaan Bodhi tertinggi menyiratkan keyakinan dan tekad untuk mencapai Bodhi (Pencerahan). Ini juga disebut 'Ikrar untuk mencapai Bodhi.'

## **b. Welas Asih Agung**

Welas Asih Agung bisa berarti welas asih, atau kasih sayang dan welas asih secara umum. Dalam makna yang lebih luas, ia berarti kasih sayang, welas asih, turut bergembira, dan keseimbangan batin. Menjadi welas asih berarti memiliki niat batin

untuk membebaskan makhluk hidup dari kesusahan hati mereka. Memiliki cinta kasih berarti berniat memberi kegembiraan dan kebahagiaan bagi makhluk hidup.

Semua praktik Bodhisattwa dimulai dengan batin cinta kasih dan welas asih. Batin cinta kasih dan welas asih selalu yang pertama dan yang terutama. Seperti disebutkan dalam sutra, "Status seorang Bodhisattwa dapat dicapai melalui batin penuh welas asih, tidak dapat dicapai dengan hanya berbuat baik."

Tanpa cinta kasih dan welas asih, semua kebajikan dan kebijaksanaan tidak akan dapat disebut praktik seorang Bodhisattwa. Dengan demikian, batin agung cinta kasih dan welas asih, betul-betul merupakan *hati* dari praktik Bodhisattwa.

### **c. Kebijakan Tidak Mencengkeram**

Kebijakan tidak mencengkeram atau tanpa-konsep yang halus adalah kebijakan Prajnya. Kebijakan kesunyaaan yang dikembangkan di bawah bimbingan ikrar welas asih (yaitu, ikrar Bodhisattwa) ini bukan sekadar kekosongan dan diam tanpa makna. Kebijakan ini dapat bermanifestasi menjadi metode-metode terampil yang hebat. Dengan memiliki kebijakan ini, praktik kasih sayang dan welas asih akan berhasil, dan dengan demikian membawa kita pada pencapaian buah Bodhi tertinggi.

Oleh karena itu, tiga tema ini, Ikrar Bodhi, Welas Asih Agung serta Kebijakan Kesunyaaan merupakan sari sejati dari jalan Bodhisattwa. Melalui praktik tiga



tema ini nilai-nilai kebajikan Bodhisattwa direalisasikan.

## **1.2 Tiga Pokok Utama – Keunggulan Praktik Bodhisattwa**

Ikrar Bodhi Tertinggi<sup>8</sup>, Welas Asih dan Cinta Kasih Agung, serta Kebijaksanaan Agung Bodhisattwa merupakan perpanjangan dari, dan melampaui praktik paling murni dari semua umat manusia, dewa, juga Dua Wahana<sup>9</sup>. Ini adalah keunggulan praktik Bodhisattwa.

Pun demikian, praktik Bodhisattwa mencakup semua ajaran-ajaran baik. Berkenaan dengan niat batin dan motivasi, manusia dan dewa berlatih untuk menjadi

---

8 Tekad untuk mencapai pencerahan sempurna (Kebuddhaan).

9 Para Srawaka dan Pratyeka Buddha.

orang suci atau untuk dilahirkan di surga. Mereka mencari realita duniawi, keindahan duniawi, dan kebaikan duniawi. Praktik Dua Wahana mengembangkan pikiran yang bercita-cita untuk belajar ajaran benar yang menghantar ke Nirwana, yakni pikiran untuk bebas dari dunia yang terdelusi. Sedangkan untuk praktik Bodhisattwa, itu adalah praktik mengembangkan Ikrar Bodhi Tertinggi.

Dalam hal kasih sayang kepada semua makhluk hidup, di dalam praktik dewa dan manusia, kasih sayang muncul karena simpati terhadap makhluk hidup lain. Dalam praktik Dua Wahana, perasaan altruisme universallah yang memunculkan kasih sayang atau cinta kasih. Dalam praktik Bodhisattwa, kebijaksanaan kesunyaaan (realisasi atas Sebab-musabab Yang Saling Bergantungan, tanpa-diri, dan tidak melekat)-lah yang memunculkan kasih sayang.

Dalam hal pengembangan kebijaksanaan, di dalam praktik manusia dan dewa, kebijaksanaan berarti pengetahuan duniawi. Dalam praktik Dua Wahana, kebijaksanaan berarti dogma satu-sisi. Di dalam praktik Bodhisattwa, kebijaksanaan itu adalah kebijaksanaan non-diskriminasi dalam semua aspek.

Tanggapan pikiran terhadap lingkungan luar bervariasi di antara ketiga kalangan praktik itu. Aktivitas mental yang terlibat pada dasarnya merupakan aktivitas keyakinan dan tekad, cinta kasih dan welas asih, serta kebijaksanaan. Perbedaan di antara ketiga kalangan adalah bahwa praktisi dalam masing-masing kalangan mempraktikkannya pada tingkatan yang berbeda-beda. Dari analisis di atas, dapat dilihat bahwa tiga tema utama dalam praktik Bodhisattwa melampaui semua praktik lainnya; pada saat

yang sama, praktik Bodhisattwa mencakup semua praktik kebajikan, baik yang duniawi maupun yang adiduniawi.

Saat kita mulai mempraktikkan ajaran-ajaran Buddha, baik sebagai umat awam atau sebagai biksu atau biksuni, kita harus mempelajari praktik Bodhisattwa karena ini merupakan satu-satunya cara menuju Kebuddhaan. Nilai sejati Bodhisattwa ada dalam tiga tema ini. Kita harus selalu merenungkan, "Sudahkah saya mengerahkan daya upaya untuk mempraktikkan tiga tema ini?"

Jika belum, bagaimana kita bisa menyebut diri kita seorang Bodhisattwa? Kita harus selalu mengingatkan diri sendiri untuk berlatih dan melihat Bodhisattwa sebagai teladan kita.



<b>Perujudan Dharma</b>	<b>Praktik Dewa dan Manusia</b>	<b>Praktik Dua Wahana</b>	<b>Praktik Bodhisattwa</b>
Keyakinan dan tekad	Menjadi orang suci dan dilahirkan di surga	Meninggalkan dunia yang terdelusi	Ikrar Bodhi
Kasih sayang dan welas asih	Simpatik kepada makhluk hidup	Rasa altruisme universal	Batin kasih sayang dan welas asih
Kebijaksanaan	Pengetahuan duniawi	Dogma satu-sisi	Kebijaksanaan Prajnya



## 2

# **Sebuah Perbandingan Pendekatan Ajaran Konghucu, Kristen, dan Buddha tentang Tiga Pokok Utama**

Tema pokok dalam praktik jalan Bodhisattwa adalah keyakinan dan tekad, cinta kasih dan welas asih, serta kebijaksanaan. Mereka sebenarnya membangun suatu proses purifikasi dan perbaikan batin manusia menurut kemampuan alamiahnya.

Ini memiliki kesamaan dengan praktik-praktik duniawi lainnya. Akan tetapi, praktik atau ideologi duniawi cenderung melekat pada satu aspek dan menganggap satu aspek itu sebagai keseluruhan, atau menerima satu aspek dan menyangkal aspek-aspek lainnya. Dengan demikian, praktik itu menjadi tidak lengkap.

Ajaran Konghucu, yang mewakili arus utama kebudayaan Tionghoa di Tiongkok, mendukung Tiga Kebajikan, yakni pengetahuan, kemurahan hati, dan keberanian. Ini menjadi nilai moral dalam berurusan dengan orang lain dan kehidupan di masyarakat. Singkatnya, pengetahuan bisa dibandingkan dengan kebijaksanaan, kemurahan hati dengan cinta kasih dan welas asih, dan keberanian dengan keyakinan dan tekad.



Ada ungkapan dalam agama Buddha, “Keyakinan membangkitkan tekad, dan tekad membangkitkan ketekunan (upaya benar).” Dengan keyakinan yang tulus, kita bisa memunculkan ikrar dan tekad yang ikhlas. Dan dengan tekad yang tulus, orang dengan sendirinya akan menjadi rajin dan menerapkan upaya benar ke dalam praktik. Singkatnya, keyakinan membawa kepada tekad dan tekad akan membawa kepada keberanian dan ketekunan. Ini merupakan perkembangan energi yang berasal dari keyakinan. Kegigihan dan keberanian dibutuhkan dalam semua perbuatan baik, tapi harus dimulai dengan keyakinan dan tekad.

Ajaran Konghucu terlalu memberikan penekanan pada hubungan umum antar manusia, dan kurang memiliki inspirasi. Karenanya, sukar memunculkan keyakinan

dan tekad yang tulus bagi pengikutnya. Tanpa keyakinan yang kuat, nilai keberanian tidak bisa sepenuhnya diwujudkan. Konsep “menjadi bijaksana”, “menjadi suci”, “Hukum Langit”, “hati nurani”, dan “takut kepada perintah Langit, takut kepada orang suci, dan takut kepada titah penguasa”, semuanya melemahkan pengembangan keyakinan dan tekad. Keyakinan dan tekad seperti ini mengarah ke gagasan “orang yang tahu bagaimana merasa malu sudah bisa dianggap berani.”

Ideologi seperti ini sukar berkembang di antara populasi umum karena keyakinan yang dikembangkan tidak sekuat orang yang bertekad “dilahirkan di surga” atau untuk “mencapai Kebuddhaan”. Ajaran Konghucu berpengaruh kepada orang Tionghoa sudah dalam waktu yang lama. Sehingga kita menyaksikan bangsa ini semakin lemah dan

pudar. Ini karena keyakinan yang dimasukkan ajaran Konghucu telah gagal membangkitkan keberanian yang kuat dan antusiasme untuk meningkatkan taraf hidup orang. Oleh karenanya, orang menjadi kurang memiliki tekad yang kuat untuk berbakti kepada suatu tujuan yang lebih tinggi. Penganut agama Konghucu seyogianya sadar bahwa adalah penting untuk membina keyakinan dan tekad yang tulus dan menekankan nilai keberanian, baik apakah tujuannya untuk mencoba mengembangkan hakikat manusia maupun untuk menguatkan negara.

Agama Kristen (Katolik dan Protestan), yang membentuk budaya dan semangat kontemporer bangsa Barat, juga memiliki tiga tema utama: iman (keyakinan), pengharapan, dan kasih. Orang Kristen percaya pada Tuhan, dan karena kepercayaan mereka pada Tuhan, ada harapan akan masa depan

yang lebih terang bagi mereka. Karena Tuhan mengasihi kita, maka kita juga harus mengasihi sesama. Ajaran ini yang segalanya didirikan oleh Tuhan Kristen, tentu saja, sangat berbeda dengan ajaran-ajaran tradisi Buddha. Akan tetapi, secara umum, kita bisa menganggap kepercayaan dan harapan sama dengan keyakinan dan tekad dalam tradisi Buddha, dan kasih sama dengan kasih sayang dan welas asih dalam agama Buddha. Yang kurang disebutkan di dalam agama Kristen adalah elemen kebijaksanaan.

Meskipun orang Kristen menyatakan bahwa mereka memiliki kepercayaan yang rasional dan logis, hakikat umum agama ini tidak memberikan penitikberatan pada nilai kebijaksanaan. Tatkala Adam dan Hawa mengunyah buah terlarang, mata mereka menjadi terbuka. Ini merupakan awal dari kesadaran diri dan perkembangan

pengetahuan umat manusia. Akan tetapi, bagi para penganutnya, ini adalah dosa, dan sumber kematian.

Perkembangan dan pencapaian kultur ilmiah moderen masa sekarang telah menggoyahkan kultur dan ajaran theis tradisional Barat. Terdapat pertentangan antara ilmu pengetahuan dan ajaran theis tersebut. Sehingga, muncul sentimen dan emosi anti-agama. Ini menimbulkan keyakinan dan determinasi melakukan perlawanan politik untuk menolak agama sama sekali. Dari sudut pandang moral kemanusiaan dan masa depan dunia, kecenderungan yang bias dari nilai-nilai moral Kristen perlu dirobah. Jika tidak, akan sulit baginya untuk bertemu dengan pertanyaan-pertanyaan dan kebutuhan orang dalam masyarakat yang sedang berkembang ini.

Dalam tradisi Buddha, para Srawaka (orang-orang yang hidup di zaman Buddha dan mendengar langsung ajaran Beliau) kurang memberikan tekanan pada pengembangan cinta kasih dan welas asih. Ada Srawaka yang menekankan keyakinan dan kebijaksanaan, tetapi tidak ada yang menekankan pada welas asih. Ini persis berseberangan dengan praktik Kristen. Kristen memberikan penekanan pada kepercayaan dan kasih, tetapi kurang memiliki kebijaksanaan. Srawaka sebaliknya, memberikan penekanan pada keyakinan dan kebijaksanaan, tetapi kurang memiliki cinta kasih dan welas asih. Kedua jenis praktik ini sempit dan tidak lengkap.

Praktik Bodhisattwa Mahayana, yang menitikberatkan pada keseimbangan terhadap ketiga tema, tak diragukan lagi lebih lengkap. Meskipun ajaran-ajaran

Konghucu terbatas dalam kedalaman dan keluasan, ketiga tema utama mereka paling dekat dengan praktik Bodhisattwa.

Sekte Tanah Suci dalam tradisi Buddha Mahayana Tiongkok (sebagian berasal dari India dan dilengkapi di Tiongkok) juga memiliki tiga tema pokok. Ketiga tema pokok itu adalah keyakinan, tekad (dedikasi), dan praktik. Tatanan keyakinan, tekad, dan praktik menggambarkan urutan proses itu. Dari keyakinan timbul tekad, dan dari tekad muncul upaya untuk menjalankan praktik.

Istilah “mempraktikkan” berarti “mempraktikkan dengan rajin.” Istilah itu tidak harus mencakup konsep cinta kasih dan welas asih atau kebijaksanaan. Sebagian praktisi Tanah Suci mempraktikkan dengan merapal nama Amitabha Buddha, namun tidak mengembangkan kebijaksanaan. Di

samping itu, praktik welas asih dan kasih sayang mereka baru akan dilaksanakan di masa depan yang jauh ketika mereka kembali ke dunia Saha ini setelah mereka merealisasi pencerahan. Dari sudut pandang ajaran Mahayana, cara praktik ini memiliki penekanan yang tidak seimbang dan sudah mengabaikan kelengkapan praktik jalan Mahayana.

Tatkala sekte Tanah Suci menyebar ke Jepang, sekte ini muncul dalam tradisi theistiknya dan berubah menjadi sekte "Kebenaran", yang mempromosikan gagasan dilahirkan kembali dengan keyakinan dan tekad. Bahkan perapalan nama menjadi tidak penting lagi. Ini sama dengan doktrin Kristen, di mana mereka yang percaya akan diselamatkan.

Pun demikian, penting bagi kita untuk ingat bahwa tema utama praktik



Bodhisattwa adalah pemenuhan dan penyempurnaan pengembangan keyakinan dan tekad, kasih sayang dan welas asih, serta kebijaksanaan.





# 3

## **Menemukan, Memasuki, dan Maju dalam Praktik Tiga Pokok Utama Ajaran Buddha**

### **3.1 Cara yang Berbeda-beda untuk Memasuki Praktik**

Di antara Tiga Pokok Utama dalam praktik Bodhisattwa, kita jangan menitikberatkan satu praktik dan mengabaikan praktik lainnya. Namun, sebagai pemula, orang

awalnya dapat menemukan pintu masuk melalui salah satu (atau dua) pintu gerbang. Mereka yang berminat pada filosofi, psikologi, atau subjek-subjek teoritis bisa meneliti keluhuran dan kedalaman dari ajaran, sehingga dengan demikian bisa muncul minat untuk mempelajari ajaran-ajaran Buddha. Ini merupakan orang yang masuk melalui pintu gerbang kebijaksanaan.

Sebaliknya, ada juga orang yang suka terlibat dalam karya kesejahteraan sosial dan gemar membantu orang lain. Mereka dekat dengan ajaran Buddha mengenai hubungan dengan orang lain. Mereka memuji dan menghargai kasih sayang dan welas asih dari ajaran Buddha dan karenanya mulai mempraktikkan nilai-nilai ini. Ini adalah orang-orang yang masuk melalui pintu gerbang kasih sayang dan welas asih.

Di samping itu, terdapat pula orang lain yang mengagumi kesempurnaan kebajikan Tiga Permata, atau orang yang karena pengalaman khususnya dengan Buddha dan para Bodhisattwa, memutuskan untuk mempraktikkan ajaran Buddha. Ini merupakan orang-orang yang masuk melalui gerbang keyakinan dan tekad.

Karena adanya perbedaan dalam potensi spiritual makhluk hidup, para pemula bisa menemukan pintu masuk dari cara yang berbeda-beda. Singkatnya, orang yang memiliki banyak ketamakan dapat masuk melalui pintu cinta kasih dan welas asih. Orang yang memiliki banyak kebencian bisa masuk melalui pintu kebijaksanaan, dan orang yang punya pikiran yang sederhana bisa masuk melalui pintu keyakinan dan tekad.

### **3.2 Pentingnya Keseimbangan dalam Praktik Keyakinan dan Tekad, Cinta Kasih dan Welas Asih, serta Kebijaksanaan – Tiga Pokok Utama**

Akan tetapi, begitu memulai praktik Buddha, kita jangan berdiam tidak bergerak sepanjang waktu dari tingkatan awal kecenderungan kita. Setelah menjalankan praktik Buddha untuk jangka panjang, jika selama sepuluh atau dua puluh tahun, kita tetap menjalankan praktik dengan cara yang sama, ini bisa membawa konsekuensi yang tidak mendukung.

Kita harus mengerti bahwa dalam praktik Dua Wahana terdapat orang yang memberi penekanan pada keyakinan, sementara yang lain menitikberatkan pada kebijaksanaan. Ini terutama disebabkan oleh perbedaan fondasi spiritual masing-masing

individu, dan tidak berarti praktisi seperti itu hanya memiliki keyakinan saja tanpa kebijaksanaan, atau kebijaksanaan semata tanpa keyakinan.

Baik Sutra Parinirwana maupun Sutra Pitaka menyatakan bahwa “Keyakinan tanpa kebijaksanaan membawa orang menjadi lebih bodoh dan kebijaksanaan tanpa keyakinan membawa orang pada pandangan sesat.” Jika bergantung pada keyakinan saja dan tidak menumbuhkan pengertian dan kebijaksanaan, kita tidak akan bisa memahami Tiga Permata dan metode-metode yang kita pelajari. Jika demikian halnya, manfaat sejati dari Dharma tidak akan terjangkau oleh kita. Bagi yang menjalankan praktik dengan cara seperti ini, dalam batin mereka, kepercayaan mereka kepada Buddha tidak ada bedanya dengan memuja makhluk halus atau para dewa. Itu cuma

kepercayaan dengan pengertian meleset— takhayul. Sikap seperti ini sebenarnya sangat umum ditemukan di lingkungan umat Buddha Tiongkok sekarang ini.

Lebih berbahaya bagi orang yang memiliki kebijaksanaan tanpa keyakinan. Bodhisattwa Nagarjuna menyatakan, “Jika kita mencoba mencapai “kesunyaaan” tanpa landasan keyakinan dan sila, konsep “kekosongan” seperti itu akan menjadi yang tidak tepat.” Pandangan tidak tepat mengenai “kekosongan” seperti itu menyangkal adanya Kebenaran Hukum Sebab-Akibat. Kesalahan seperti itu terjadi karena kekaguman pada diri sendiri dan kurangnya keyakinan murni terhadap nilai-nilai baik Tiga Permata. Kedunguan pandangan tidak tepat lebih serius daripada kedunguan dari kepercayaan takhayul. Pandangan tidak tepat bisa membawa orang ke neraka. Oleh karena



itu, keyakinan dan kebijaksanaan harus dipraktikkan bersama-sama, tidak boleh mengabaikan salah satu.

Dalam ajaran Wahana Agung, ada seorang “Bodhisattwa Kebijaksanaan Bertumbuh”, dan seorang “Bodhisattwa Welas Asih Bertumbuh”. Kita harus mencatat kata “Bertumbuh” di sini, hanya berarti bahwa mereka lebih kuat atau lebih baik atau menitikberatkan pada aspek-aspek itu. Jika cuma ada kebijaksanaan tanpa welas asih atau welas asih tanpa kebijaksanaan, praktik itu tidak bisa dianggap praktik seorang Bodhisattwa. Baik welas asih maupun kebijaksanaan harus dikembangkan bersama-sama.

Bahkan jika orang mempraktikkan welas asih dan kebijaksanaan bersama-sama, jika pahala dan tekad welas asih

tidak cukup kuat, orang bisa secara resah mengejar pembebasan dan pencapaian kebijaksanaan untuk diri sendiri saja. Dia sebenarnya menjalankan praktik untuk diri sendiri, dan tidak bisa mencapai pencerahan sempurna. Sebaliknya, jika batin orang penuh cinta kasih dan welas asih, tetapi lemah dalam kebijaksanaan, maka dalam mempraktikkan Jalan Bodhisattwa, dia bisa menjadi “Bodhisattwa yang Kalah”.

Hal ini dikarenakan praktik Bodhisattva tidak bisa berhasil tanpa cara-cara terampil dan jitu dari kebijaksanaan kesunyiaan (kebijaksanaan tidak-mencengkeram). Dengan demikian, orang bisa memasuki ajaran Buddha melalui gerbang manapun juga. Akan tetapi, jika bermaksud maju dan melangkah lebih jauh ke dalam ajaran dan mempelajari praktik Bodhisattwa, orang harus mengembangkan kekuatan yang seimbang dari kesemua tiga area ini:

cinta kasih, welas asih, dan kebijaksanaan. Tiga area perkembangan ini akan saling melengkapi dan secara bertahap memimpin praktisi ke tingkatan yang lebih tinggi.

Saat orang mencapai kebijaksanaan mendalam Buddha, dia menjadi sempurna dalam praktik dari ketiga tema tersebut. Ini merupakan pencapaian Bodhi tertinggi atau Nirwana agung, dengan kata lain, Kebuddhaan. Ada yang berpikir bahwa cukuplah cuma menjadi ahli dalam salah satu tema, tidak perlu mempelajari semua aspek-aspek ini. Ini sebuah kesalahan.

Sebenarnya, jika telah benar-benar ahli dalam salah satu tema, orang akan dengan sendirinya mengerti kesalingtergantungan di antara ketiganya dan bagaimana mereka saling melengkapi untuk menghantar kepada keutuhan. Satu tema bisa digunakan sebagai titik awal dalam praktik, dan dengan tema

ini sebagai fokus utama, orang bisa belajar memeluk semua yang lain pada saat yang sama. Ini tidak berarti bahwa ia meninggalkan praktik kebajikan dan pahala lainnya.

Kita, yang menjalankan praktik penyempurnaan Bodhisattwa dan bertujuan meraih buah Kebuddhaan, harus bertanya pada diri sendiri, apakah Buddha dan para Bodhisattwa tidak sempurna dalam praktik ketiga tema tersebut? Apakah mereka memiliki keyakinan tanpa kebijaksanaan, atau kebijaksanaan tanpa keyakinan? Buddha memiliki arti kesempurnaan dalam semua nilai-nilai luhur. Dengan demikian, mereka yang bertekad belajar dari Buddha, harus berpaling kepada nilai-nilai luhur sempurna Buddha sebagai tujuan dan berjuang dengan tekun untuk mencapainya.



# 4

## **Peranan Tiga Pokok Utama dalam Pengembangan/ Inisiasi Batin, Praktik, dan Pencapaian**

Mereka yang mengembangkan batin Bodhi dengan tulus dan berupaya melaksanakan praktik penyempurnaan Bodhisattwa, harus membekali diri dengan pokok-pokok utama praktik Mahayana, kendati mereka memiliki kecenderungan

pada aspek-aspek tertentu. Pokok-pokok utama itu adalah: keyakinan dan tekad, cinta kasih dan welas asih, serta kebijaksanaan. Tanpa keyakinan dan tekad Mahayana, praktik yang dijalankan akan sama dengan kemurahan hati dan pengetahuan di dalam ajaran Konghucu; tanpa kasih dan welas asih Mahayana, praktik orang akan serupa dengan keyakinan dan kebijaksanaan para Srawaka. Tanpa kebijaksanaan Mahayana, praktik orang akan sama dengan kepercayaan dan kasih dalam agama Kristen.

Praktik Bodhisattwa dari ajaran Mahayana, yang menyatukan keyakinan dan tekad, kasih sayang dan welas asih, serta kebijaksanaan, merupakan satu-satunya praktik yang dapat secara penuh menyampaikan kebenaran ajaran Buddha, dan dapat menjadi praktik tertinggi di dunia umat manusia. Tiga tema ini saling

melengkapi satu sama lain dan membawa orang kepada pencapaian kesempurnaan.

Ketiga tema ini merupakan pokok-pokok utama dan tidak bisa diabaikan atau dikesampingkan. Dalam proses belajar, terdapat tingkatan kemajuan tertentu. Orang maju dari penekanan terhadap satu aspek tertentu kepada aspek lainnya, hingga menyelesaikan keseluruhan pelajaran. Untuk memulai praktik, dari batin seorang umat awam, kita harus tahu urutan praktik tersebut. Jika kita berkata besar soal kesempurnaan dan keutuhan, semua ini akan menjadi kata-kata kosong dan realita akan membuktikan bahwa keberhasilan kita cuma ilusi.

## **Urutan Praktik**

Sutra dan Abhidharma telah memberikan banyak penjelasan tentang praktik yang

membuka Jalan Bodhisattwa. Secara umum, praktik-praktik itu dapat dibagi ke dalam dua jalan sejajar – Jalan Prajnya dan Jalan Cara-cara Terampil yang Jitu. Tingkatan-tingkatan dalam Jalan itu adalah sebagai berikut:

- i. Untuk memulai praktik Bodhisattwa, orang harus pertama-tama mengembangkan batin Bodhi (batin pencerahan). Dengan batin Bodhi, orang kemudian dapat melangkah ke dalam praktik Bodhisattwa. Ini merupakan tingkatan yang memberikan tekanan pada pentingnya keyakinan dan tekad.
- ii. Setelah inisiasi batin Bodhi, orang melangkah maju di dalam praktik. Praktik Bodhisattwa menitikberatkan untuk membawa manfaat bagi orang lain. Pengumpulan jasa-jasa baik, kebajikan, dan kebijaksanaan seharusnya bukan



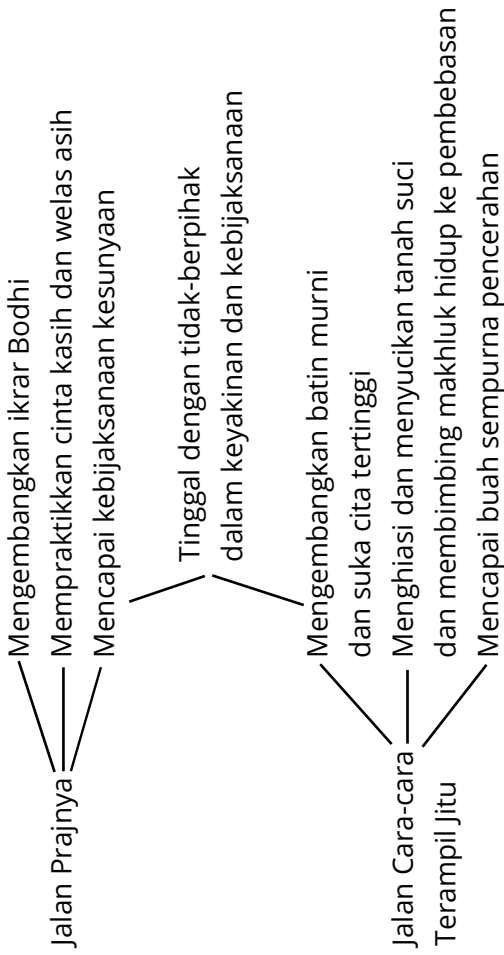
untuk diri sendiri. Ini merupakan tingkatan yang memberikan tekanan pada kasih sayang dan welas asih.

- iii. Tatkala orang dibekali dengan jasa-jasa baik dan kebijaksanaan, dan seimbang dalam praktik welas asih dan kebijaksanaan, orang lalu mencapai kebijaksanaan batin yang seimbang dan tidak memihak. Ini merupakan tingkatan Prajnya (kebijaksanaan kesunyaaan).

Ini adalah langkah-langkah di dalam Jalan Prajnya – inisiasi batin Bodhi, praktik dan pencapaian. Realisasi kebijaksanaan kesunyaaan di dalam Jalan Prajnya mewakili pengembangan batin untuk Jalan Cara-cara Terampil yang Jitu. Ini merupakan batin Bodhi tertinggi. Ia merupakan penyatuan dari keyakinan dan kebijaksanaan – ‘pencapaian keyakinan murni.’

- iv. Dari sana, Bodhisattwa sangat menitikberatkan untuk membebaskan penderitaan semua makhluk hidup dan memperindah tanah-tanah suci. Ini merupakan praktik cinta kasih dan welas asih dengan kebijaksanaan.
- v. Pada tingkatan kesempurnaan, orang menyadari Bodhi tertinggi, kebijaksanaan dari semua kebijaksanaan. Ini adalah pencapaian kebijaksanaan sempurna.

Urutan kemajuan di atas Jalan Cara-cara Terampil yang Jitu mencakup pengembangan batin Bodhi tertinggi, praktik dan pencapaian kebijaksanaan sempurna. Bersama dengan Jalan Prajnya, ada lima tingkatan semuanya. Ini merupakan tingkatan-tingkatan yang harus dilalui seorang Bodhisattwa dalam proses praktik mereka. Ini merupakan sesuatu yang harus selalu diingat oleh mereka yang mempraktikkan Jalan Bodhisattwa.



Dua jalan dan lima tingkatan ini dapat diringkas sebagai berikut:

1. pengembangan batin,
2. praktik – yaitu praktik cinta kasih dan welas asih, kemudian kebijaksanaan di dalam Jalan Prajnya, dan selanjutnya praktik cinta kasih dan welas asih di dalam Jalan Cara-cara Terampil yang Jitu, serta
3. pencapaian buah (Kebuddhaan).

Semua itu adalah tingkatan-tingkatan praktik dari makhluk duniawi menuju Kebuddhaan, yang sebenarnya merupakan penyucian dan peningkatan dari Tiga Kebajikan<sup>1</sup> untuk mencapai tingkat kesempurnaan.

---

1 Tiga Kebajikan Buddha adalah kesempurnaan dalam ketidakmelekatan, welas asih, dan kebijaksanaan

Ringkasnya, makhluk hidup duniawi itu bodoh, tidak murni, dan penuh nafsu. Dari tingkatan makhluk duniawi, orang membangkitkan keyakinan dan tekad untuk mencapai Kebuddhaan. Melalui praktik cinta kasih dan welas asih, orang maju menuju pencapaian kebijaksanaan kesunyaan. Kebijaksanaan kesunyaan juga merupakan keyakinan dan tekad Bodhisattwa (batin murni sukacita tertinggi). Melalui praktik tindakan-tindakan welas asih dan pengembangan kebijaksanaan murni, Bodhisattwa mencapai penyatuan keyakinan dan kebijaksanaan. Ini adalah keyakinan dan tekad Bodhisattwa.

Dengan keyakinan dan tekad (bersih namun belum murni sempurna), orang berlanjut mempraktikkan cinta kasih dan welas asih dan berbagai perbuatan kebajikan. Tatkala aktivitas ini menyatu

dengan kebijaksanaan, orang mencapai tingkat kebijaksanaan. Ini juga merupakan keyakinan dan tekad yang tertinggi dan paling murni. Pada saat ini, orang mencapai kesempurnaan agung dalam kebijaksanaan, cinta kasih dan welas asih, serta keyakinan dan tekad.

Praktik Bodhisattwa itu tidak terbatas dan sangat mendalam. Untuk bisa mempraktikkan kesempurnaan Bodhisattwa dari tingkatan makhluk hidup duniawi, orang harus selalu memegang teguh Tiga Pokok Utama ini sebagai kaidah pembimbing dalam menjalankan praktik.



# 5

## **Tiga Pokok Utama dan Perapalan Nama Buddha, Vegetarian, serta Pendarasan Sutra**

Keyakinan dan tekad, cinta kasih dan welas asih, serta kebijaksanaan adalah Tiga Pokok Utama dalam menjalankan praktik jalan Bodhisattwa. Buddha memperkenalkan berbagai cara praktik yang tidak terhitung banyaknya, namun semua itu pada kenyataannya adalah praktik dalam Tiga

Pokok Utama. Semua itu sangat luas dan mendalam. Sekarang, mari kita diskusikan cara-cara yang paling cocok bagi seorang pemula untuk menjalankan praktik. Merapal nama Buddha, menjadi vegetarian, dan mendaras (melantunkan) sutra merupakan cara utama berlatih umat Buddha Tiongkok. Ketiga praktik itu menghadirkan salah satu langkah yang paling mendasar pun demikian sangat jitu dalam mempraktikkan Jalan Bodhisattwa.

## **5.1. Perapalan Nama Buddha**

Manfaat dan aplikasi perapalan nama Buddha tentu saja tidak cuma satu. Akan tetapi, tujuan utama merapal nama Buddha adalah untuk membangkitkan keyakinan dan tekad. Keyakinan dan tekad Bodhisattwa adalah untuk mengembangkan batin Bodhi, dan menjaga perhatian murni pada Bodhi



tertinggi. Tidak mudah membangkitkan keyakinan dan tekad pada Bodhi tertinggi.

Bodhi tertinggi adalah apa yang dicapai oleh Buddha Sakyamuni. Buddha adalah orang yang telah menyadari Bodhi tertinggi—kebijaksanaan dari semua kebijaksanaan. Beliau memiliki perwujudan agung dan kemampuan tanpa batas. Beliau merupakan perwujudan dari semua kebijaksanaan serta cinta kasih dan welas asih yang tiada tandingannya. Sejak menjalankan praktik sebagai seorang Bodhisattwa, Beliau telah melakukan tak terhitung banyaknya perbuatan luhur membawa manfaat bagi diri sendiri dan orang lain.

Kita harus menghormati dan mengagumi Buddha. Kita harus mengingat Buddha dalam setiap pikiran kita dan menjadikan Buddha sebagai yang diandalkan di semua

tempat. Buddha memabarkan Dharma, dan karena Dharma, Sangha ada. Oleh karena itu, Buddha juga merupakan perwujudan dari Tiga Permata. Kita harus selalu memandangi Buddha sebagai teladan ideal kita. Dengan rasa hormat dan kagum terhadap jasa-jasa baik Buddha, dan penghargaan yang tulus terhadap kebaikan hati dan welas asih Beliau, keyakinan dan tekad orang untuk berlatih akan semakin kuat. Ini merupakan alasan utama mengapa banyak sutra Mahayana menitikberatkan pada praktik “merapal nama Buddha”, dan “memuji pengembangan batin Bodhi”.

Kita merapal nama Buddha untuk mengingatkan diri kita akan nilai-nilai luhur Buddha<sup>1</sup> (nilai-nilai luhur kebijaksanaan sempurna, ketidakterikatan, dan kebaikan),

---

1 Tiga puluh dua tanda atau ciri pada tubuh fisik Buddha setelah Beliau mencapai Kebuddhaan

tanda-tanda keagungan Buddha, Sari Buddha, dan tanah suci Buddha<sup>2</sup>. Perluasan jangkauan dari praktik ini mendorong timbulnya praktik-praktik seperti memberi hormat kepada Buddha, memuji Buddha, memberikan persembahan kepada Buddha, bertobat di depan Buddha, bersuka cita dalam jasa-jasa baik Buddha, dan mendorong pembabaran ajaran Buddha dan berdoa agar Buddha tetap hadir di dunia ini. Ini merupakan makna yang diperluas dari praktik merapal nama Buddha.

*Prajna-Paramita Sastra* menyatakan, "Ada Bodhisattwa yang memasuki Dharma dengan keyakinan (tekad) yang kuat dan tekun, dan dengan gembira mengumpulkan jasa-jasa baik seorang Buddha." Ini merupakan 'suatu jalan mudah' yang secara khusus diperkenalkan kepada

---

2 Kebenaran kesunyiaan

'Bodhisattwa Keyakinan Bertumbuh' dalam ajaran Mahayana.

'Jalan mudah' ini juga merupakan metode terampil yang jitu menuju 'jalan yang sukar' (Jalan Prajnya dan Jalan Cara-cara Terampil Jitu yang memberikan penekanan pada kebijaksanaan dan welas asih). Dengan demikian, "Ulasan atas Sepuluh Tingkatan Bodhisattwa" yang ditulis oleh Bodhisattwa Nagarjuna menyatakan, "Seorang pemula harus berlatih merapal nama Buddha, bertobat, mendukung pembabaran Dharma dan metode lain seperti yang disebutkan di atas, sehingga pikiran bisa dipurifikasi dan keyakinan menguat. Setelah itu mereka bisa selangkah lebih maju ke dalam praktik kebijaksanaan serta cinta kasih dan welas asih."

*Sraddhotpada Sutra* juga menyatakan, "Pemula harus belajar metode-metode

seperti itu untuk menguatkan keyakinan mereka, karena makhluk hidup itu lemah pikirannya." Dengan mengajarkan mereka untuk "berkonsentrasi pada nama Buddha", ini akan membantu mereka untuk mempertahankan dan menguatkan keyakinan, sehingga mereka tidak mundur.

Tujuan utama praktik perapalan nama Buddha adalah untuk memicu keyakinan dan tekad dalam diri mereka yang belum mengembangkan nilai-nilai ini, sekaligus untuk menguatkan dan mempertahankan keyakinan dan tekad di dalam diri mereka yang sudah memiliki nilai-nilai ini. Merapal nama Buddha adalah merapal dengan batin. Mengingat nilai-nilai luhur Buddha pada waktu sedang merapal dengan konsentrasi penuh merupakan cara yang tepat untuk memunculkan keyakinan dan tekad. Praktik normal merapal dengan mulut merupakan cara yang nyaman yang merupakan bagian

dari cara-cara terampil dan jitu, namun bukanlah cara terbaik dalam praktik ini.

## **5.2. Vegetarian**

Menjadi vegetarian artinya tidak makan daging. Vegetarian merupakan tradisi Buddha Tiongkok. Tidak wajib bagi orang untuk menjadi vegetarian supaya bisa menjadi seorang umat Buddha. Umat Buddha Therawada di Sri Lanka dan umat Buddha di Tibet dan Jepang makan daging sebagai bagian yang diterima dalam diet mereka.

Ada sebagian umat Buddha Tiongkok yang berpikir bahwa menjadi vegetarian adalah tradisi Hinayana, dan bukan ajaran Mahayana. Ini adalah salah paham besar. Dalam kenyataannya, vegetarian merupakan praktik yang secara khusus disarankan

oleh ajaran Mahayana. Ini bisa ditemukan di dalam sutra, seperti *Lankavatara Sutra*, *Nirvana Sutra*, dan *Angulimala Sutra*. Terdapat berbagai alasan dan tujuan untuk tidak makan daging, tetapi alasan utamanya adalah untuk mengembangkan cinta kasih dan welas asih. Seperti disebutkan dalam sutra, "Makan daging menghentikan welas asih sebelum berkembang."

Seorang Bodhisattwa harus selalu berusaha membawa manfaat bagi orang lain dan membebaskan semua makhluk hidup dari penderitaan. Jika orang cukup kejam untuk menyembelih dan memakan daging, maka di manakah batin kasih sayang dan welas asihnya? Praktik Bodhisattwa menekankan batin yang penuh kasih sayang dan welas asih. Karena itu, kesimpulan dari ajaran Mahayana secara alamiah akan memandang vegetarian sebagai kebajikan.

### **5.3. Pendarasan Sutra**

Mendaras sutra dengan berkelanjutan, bahkan tanpa memahami makna dari naskah, adalah satu lagi cara terampil dan jitu dalam praktik Buddha. Meskipun praktik ini bisa memiliki aplikasi lain, tujuan utamanya adalah untuk mengembangkan kebijaksanaan. Ada tiga tingkatan dalam praktik kebijaksanaan sebelum realisasi Prajnya sejati (kebijaksanaan pencerahan). Mereka adalah tingkatan mendengar, memikir dan mengontemplasi, dan mempraktikkan.

Tiga tingkatan mengembangkan kebijaksanaan ini dapat juga dikelompokkan ke dalam Sepuluh Praktik Kebajikan (Sepuluh Jalan Berbakti kepada Ajaran Buddha), yaitu:

1. menyalin sutra (Khotbah-khotbah Buddha),



2. menawarkan tempat untuk menjaga dan memelihara sutra atau tulisan Dharma,
3. membabarkan atau menjelaskan Dharma kepada orang lain,
4. mendengarkan dengan saksama penjelasan Dharma,
5. membacakan Dharma kepada orang lain,
6. mengajarkan Dharma kepada orang lain,
7. mendaras Dharma,
8. menjelaskan Dharma,
9. memikirkan dan menganalisa Dharma,
10. mempraktikkan Dharma.

Dalam skema tradisional ini, delapan langkah pertama merupakan praktik kebijaksanaan dengan mendengar. Pendarasan sutra mengingatkan sekolah-

sekolah pada zaman dahulu kala, di mana orang akan melantunkan teks sebelum memberikan penjelasan mengenainya. Setelah mendaras sutra, orang menjadi dekat dengannya. Kemudian orang dapat pada akhirnya memahaminya, atau paling tidak mencari pengertian atas teks itu. Ini merupakan jalan terampil yang jitu dalam mempraktikkan kebijaksanaan dengan cara mendengar.

#### **5.4. Jalan yang Bajik dalam Mempraktikkan Cara-Cara Terampil yang Jitu**

Metode paling umum di antara umat Buddha Tiongkok adalah perapalan nama Buddha, vegetarian (membebaskan kehidupan), dan mendaras sutra. Ini, kenyataannya, merupakan langkah-langkah yang terampil atau awal bagi siapa saja yang

ingin mulai menjalankan praktik Bodhisattwa. Ketiganya merupakan langkah-langkah yang akan menguatkan keyakinan dan tekad, cinta kasih dan welas asih, dan kebijaksanaan, seperti dinyatakan dalam ajaran-ajaran Mahayana.

Akan tetapi, ada yang menekankan jasa-jasa baik mendaras sutra, sementara hanya sedikit memandangi nilai tinggi untuk memahami maknanya. Dalam hal ini, pendarasan itu tidak akan secara terampil membantu perkembangan kebijaksanaan.

Sebaliknya, ada orang yang menyarankan praktik vegetarian dan membebaskan makhluk hidup yang dikurung. Ada beberapa yang memberikan tekanan penting pada dua metode ini, tetapi bisa saja tidak menunjukkan cinta kasih dan welas asih terhadap umat manusia yang menderita

ataupun tidak bertindak untuk melindungi dan menolong umat manusia. Mereka hanya peduli pada nasib makhluk hidup lain, tetapi mengabaikan panggilan untuk menolong dan melindungi umat manusia. Praktik yang menyimpang ini muncul karena tidak mengetahui tujuan di balik praktik sejati. Sebagai akibatnya, praktik demikian tidak akan menghantar kepada cinta kasih dan welas asih sejati.

Sebagai perbandingan, merapal nama Buddha akan dengan satu dan lain cara membantu mengembangkan keyakinan. Akan tetapi, masalahnya kebanyakan umat cenderung kepada perilaku takhayul sedang beberapa lagi mencari pembebasan pribadi semata. Oleh karena itu, langka ditemukan adanya praktisi dari metode ini yang telah mengembangkan keyakinan dan tekad Bodhisattwa untuk mencapai Kebuddhaan

dan membebaskan semua makhluk hidup dari penderitaan; dan jarang yang sudah memulai ikrar agung dan ketekunan mengorbankan kepentingan sendiri demi Dharma dan makhluk hidup sehingga membawa manfaat bagi diri sendiri dan orang lain.

Perapalan nama Buddha, vegetarian, dan pendarasan sutra merupakan praktik-praktik terampil yang sangat unggul dalam praktik-praktik Bodhisattwa. Namun karena kurang antusiasme dalam mencari kebijaksanaan, dan kurangnya cinta kasih dan welas asih, serta terlalu menitikberatkan pada keyakinan, manfaat seutuhnya yang dihasilkan dari penerapan cara-cara terampil yang jitu ini tidak sepenuhnya dapat direalisasikan. Ini menyedihkan dan merupakan sumber kemerosotan di kalangan penganut agama Buddha Tiongkok.

Berlatih dengan cara seperti ini tidak bisa dianggap sebagai praktik Bodhisattwa, sehingga penerapan agung Dharma tidak dapat direalisasikan. Mereka yang berlatih dengan cara seperti ini tidak akan mampu menyelamatkan diri sendiri, apalagi menyelamatkan dunia. Pada waktu kita berlatih di jalan Buddha dan Bodhisattwa, kita harus mengerti dengan jelas tujuan dari semua praktik yang terampil yang jitu ini. Kita jangan merapal nama Buddha cuma untuk merapal; menjadi vegetarian cuma untuk menjadi seorang vegetarian; atau mendaras sutra cuma untuk mendaras sutra.

Kita harus merapal nama Buddha dengan tujuan mengembangkan keyakinan dan tekad; menjadi vegetarian untuk menguatkan cinta kasih dan welas asih; mendaras sutra dengan tujuan mengembangkan kebijaksanaan. Tatkala mempraktikkan metode-metode, kita musti ingat tujuannya

adalah untuk mengembangkan keyakinan dan tekad, cinta kasih dan welas asih, serta kebijaksanaan.

Dengan demikian, orang yang dengan tulus mempraktikkan ajaran Buddha dan mempelajari Jalan Bodhisattwa, seyogianya:

- Dengan praktik perapalan nama Buddha, mengembangkan tekad agung dan upaya untuk mendapatkan pencapaian Kebuddhaan, dan membebaskan semua makhluk hidup dari penderitaan.
- Menjalankan vegetarian dan membebaskan makhluk hidup yang terkurung, untuk menumbuhkan cinta kasih dan welas asih. Orang juga harus aktif ambil bagian dalam aktivitas kesejahteraan sosial yang bermanfaat bagi umat manusia.

- Dari praktik mendaras sutra, menempuh selangkah lebih maju dan belajar memahaminya. Dengan demikian ia mengembangkan kebijaksanaan.

Dengan berbuat seperti itu, praktik-praktik terampil yang jitu ini akan meletakkan fondasi baginya untuk maju terus di Jalan Bodhisattwa. Ini merupakan langkah-langkah awal. Perjalanan masih panjang di depan sana. Kita harus mulai dari sini dan berjuang untuk mendapatkan ajaran Buddha yang tak terbatas.

(Diterjemahkan dari bahasa Mandarin ke dalam bahasa Inggris oleh Neng Rong, disunting oleh Mick Kiddle 16-06-1995. Direvisi oleh YBS Translation and Editing Class, dibaca ulang oleh Li Ann Woon, Mandy Phan, dan Y.A. Neng Rong 25-10-2002.)







# Penerbit Dian Dharma



## SEJARAH

Penerbit Dian Dharma didirikan pada 8 Mei 1995 oleh empat biksu Sanggaha Agung Indonesia, yaitu Biksu Saddhanyano, Biksu Dharmavimala, Biksu Nyanamaitri, dan Biksu Nyanapradipa.

## MANAJEMEN

Yayasan Triyanavardhana Indonesia mengelola Penerbit Dian Dharma dengan semboyan penyebaran Ajaran Buddha melalui penerbitan atau media lainnya.

## DISTRIBUSI

Terbitan kami baik berupa buku, CD, atau DVD menjangkau ke seluruh pelosok Nusantara.

## GALERI & REDAKSI

Jl. Mangga I Blok F No. 15, Duri Kepa  
Jakarta 11510. Hp. 081 1150 4104  
Telp. & Fax (021) 567 4104  
Email: [admin@diandharma.org](mailto:admin@diandharma.org)



## Profil



Setiap rupiah  
yang Anda danakan  
akan menjelma  
menjadi pencerahan  
bagi saudara-saudara kita  
di pelosok  
tanah air Indonesia

## Bagaimana Cara Menjadi Donatur Tetap?

Caranya mudah!

Silakan salurkan dana Anda melalui:

**\* Kunjungi Galeri Kami:**

Jl. Mangga I Blok F No. 15,  
Duri Kepa, Jakarta 11510

**\* WhatsApp atau SMS ke : 081 1150 4104**

Ketik: DT\*Nama\*Alamat lengkap\*Telepon\*Email\*Atas nama  
(bila ingin diatasnamakan orang lain)\*ya/tidak  
(apakah ingin di kirim buku?)

**\* Email ke : [admin@diandharma.org](mailto:admin@diandharma.org)**

*"Berdana Memperindah Batin."*

AN IV, 236

**FORMULIR DONATUR TETAP**  
**(silakan difotokopi)**

Tanggal : \_\_\_\_\_  
Nama lengkap : \_\_\_\_\_  
Alamat lengkap : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Rt \_\_\_\_\_ Rw \_\_\_\_\_  
Provinsi \_\_\_\_\_  
Kode Pos \_\_\_\_\_  
Alamat email : \_\_\_\_\_  
No. Telp. : \_\_\_\_\_  
HP : \_\_\_\_\_  
Dana : Rp. \_\_\_\_\_,-  
Terbilang : \_\_\_\_\_  
Diatasnamakan  
untuk : \_\_\_\_\_

*Pengiriman Dana Parami ditujukan ke:*

BCA KCP Cideng Barat

No. Rek. 3973019828

a.n. Yayasan Triyanavardhana Indonesia

Cantumkan angka 999 pada akhir nominal transfer Anda

(Cth: Rp. 100.999,-)

Mohon formulir ini dapat dikirim bersama dengan bukti dana melalui:

- WhatsApp: 081 1150 4104 (Foto formulir ini)
- Email: [admin@diandharma.org](mailto:admin@diandharma.org)

# PERSEMBAHANKASIH

Penerbit Dian Dharma memfasilitasi pelimpahan jasa untuk orang yang terkasih dalam bentuk penerbitan buku, CD, dan DVD

## PAKET A

- ✦ Buku, CD, dan DVD bebas
- ✦ Cetak minimal 1000 eksemplar/keping

## PAKET B

- ✦ Buku bebas \*
- ✦ 3 paket cetak:
  1. 100 eksemplar
  2. 250 eksemplar
  3. 500 eksemplar

\* Selama persediaan masih ada



admin@diandharma.org  
f Dian Dharma Book Club

Jl. Mangga I Blok F No. 15  
Duri Kupa, Jakarta 11510  
(Greenville-Tanjung Duren Barat)  
Hp. 081 1150 4104  
Fax. (021) 567 4104

BCA No. Rek. 397 301 9828  
a.n. Yayasan Triyanavardhana  
Indonesia



## **WIHARA EKAYANA ARAMA INDONESIA BUDDHIST CENTRE**

Jl. Mangga II No. 8 Duri Keba, Jakarta Barat 11510  
Telp. (021) 5687921-22, Fax. (021) 5687923  
WA. 0813 1717 1116 / 0813 1717 1119  
Website: [www.ekayana.or.id](http://www.ekayana.or.id), Email: [info@ekayana.or.id](mailto:info@ekayana.or.id)  
[www.facebook.com/ekayana.monastery](https://www.facebook.com/ekayana.monastery)  
IG: @ekayanaarama, Youtube: ekayanabudhist

### **JADWAL KEGIATAN RUTIN**

#### **Kebaktian Umum**

Minggu, 08.00 – 09.30 (Mandarin)  
Minggu, 17.00 – 19.00 (Pali)

#### **Sangha Dana**

Tiap minggu pertama setelah kebaktian minggu sore 17.00

#### **Kebaktian Pemuda dan Umum**

Minggu, 10.00 – 12.00 (Pali)

#### **Kebaktian Remaja**

Minggu, 08.30 – 10.00 (Pali)

#### **Sekolah Minggu**

Minggu, 08.30 – 10.00

#### **Kebaktian Uposatha**

Ce It dan Cap Go, 19.00 – 21.00

#### **Kebaktian Sore**

Setiap hari, 16.00 – 17.00  
(kecuali Ce It dan Cap Go, digabung Kebaktian Uposatha)

#### **Dharma Class I**

Minggu, 08.30 – 10.00

#### **Dharma Class II**

Minggu, 09.00 – 10.00

#### **Latihan Meditasi**

Kamis, 19.00 – 21.00 (Chan)  
Jumat, 19.00 – 21.00 (Vipassana)

#### **Kunjungan Kasih ke Rumah Sakit**

setiap Sabtu pk. 09.30 – selesai



## WIHARA EKAYANA SERPONG

Jl. Ki Hajar Dewantara no. 3A,  
Summarecon Serpong, Tangerang 15810.  
WA. 0812 1932 7388

Website: [www.ekayanaserpong.or.id](http://www.ekayanaserpong.or.id)

Email: [admin@ekayana.or.id](mailto:admin@ekayana.or.id)

IG: ekayanaserpong, IG: koremwes,

IG: kopemwes, FB: Wihara Ekayana Serpong

## JADWAL KEGIATAN RUTIN

### **Kebaktian Umum**

Minggu, pk. 09.00 – 11.00

Tempat: Baktisala Lt. 1

### **Sekolah Minggu (TK - SD)**

Minggu, pk. 09.00 – 11.00

Tempat: Ruang Kelas Lt. 3

### **Kebaktian Remaja (SMP - SMA)**

Minggu, pk. 09.00 – 11.00

Tempat: Ruang Bodhgaya Lt. 5

### **Kebaktian Pemuda**

Minggu, pk. 09.00 – 11.00

Tempat: Ruang Isipatana Lt. 5

### **Kebaktian Mandarin (Liam Keng)**

Malam Ce It dan Cap Go,  
pk. 19.00 – 20.30

Tempat: Baktisala Lt. 1

### **Latihan Meditasi**

Selasa, pk. 19.00 – 21.00

Tempat: Ruang Bodhgaya Lt. 5

### **Latihan Tenis Meja**

Senin dan Kamis,  
pk. 18.00 – 22.00

Tempat: Ruang Makan Lt. Dasar

### **Latihan Paduan Suara**

Minggu, pk. 12.00 – 14.00

Tempat: Ruang Isipatana Lt. 5

### **Latihan Yoga**

**(dengan pendaftaran)**

Senin dan Kamis, pk. 19.00 – 20.30

Rabu dan Jumat, pk. 09.30 – 11.00

Tempat: Ruang Isipatana Lt. 5

### **Kungfu**

Sabtu, pk. 08.00 – 10.00